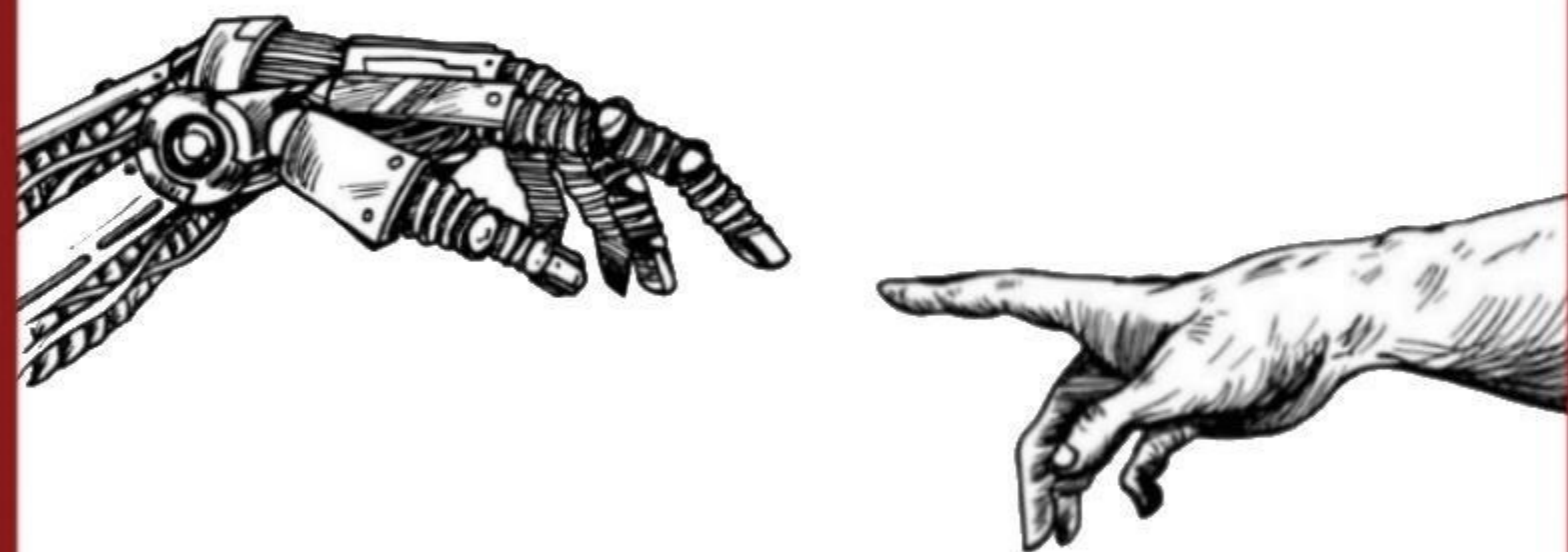




**ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК**

УЧЕНЫЕ ЗАПИСКИ

**ИНСТИТУТА ПСИХОЛОГИИ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ НАУК**



VERITAS IN MEDIO EST

**ТОМ 5
НОМЕР 3(16)
2025**

ВХОДИТ В ЕДИНЫЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ
НАУЧНЫХ ИЗДАНИЙ -
«Белый список» (K2)

**ISSN:
3034-378X**

Институт психологии Российской академии наук

**УЧЕНЫЕ ЗАПИСКИ
ИНСТИТУТА ПСИХОЛОГИИ РАН
2025. ТОМ 5. №3 (16)**

Выходит 4 раза в год

Специальный выпуск

**Актуальные проблемы изучения стресса
и посттравматического стрессового расстройства**

Главный редактор:

Лебедев Александр Николаевич

Заместители главного редактора:

Гордякова О.В. (Москва), Панфилова А.С. (Москва)

Члены редакционной коллегии:

Акопов Г.В. (Самара), Аксеновская Л.Н. (Саратов), Александров Ю.И. (Москва), Аллахвердов В.М. (Санкт-Петербург), Богданчиков С.А. (Москва), Волченков Д. (США, Техас), Гагарина М.А. (Москва), Демидов А.А. (Москва), Знаков В.В. (Москва), Корнилова Т.В. (Москва), Мазилев В.А. (Ярославль), Махнач А.В. (Москва), Нестик Т.А. (Москва), Панов В.И. (Москва), Прохоров А.О. (Казань), Сергиенко Е.А. (Москва), Скотникова И.Г. (Москва), Ушаков Д.В. (Москва), Харламенкова Н.Е. (Москва), Хащенко В.А. (Москва), Холодная М.А. (Москва), Юревич А.В. (Москва)

📍 Институт психологии РАН: 129366, г. Москва, ул. Ярославская д. 13, корп. 1.

✉ Электронная почта: scientificnotesipras@gmail.com

🌐 Полнотекстовая электронная версия журнала публикуется на сайте:
<https://scientific-letters.ru>

Входит в Единый государственный перечень научных изданий – «Белый список» (K2)

УЧЕНЫЕ ЗАПИСКИ ИНСТИТУТА ПСИХОЛОГИИ РАН
2025. Том 5. № 3(16)

СОДЕРЖАНИЕ НОМЕРА

От главного редактора	2
<i>Лебедев А. Н., Гагарина М. А., Гордякова О. В., Неврюев А. Н.</i> Машина Хабермаса: сможет ли искусственный интеллект преодолевать поляризацию мнений в обществе и бороться с социальным стрессом?.....	4
<i>Набатова С. В.</i> Феномен психической травмы: историко-культурный анализ и социальные представления о травме	13
<i>Ананьева К. И., Посохова О. А.</i> Особенности восприятия личностных качеств по внешнему облику в ситуации СВО.....	22
<i>Колобова С. В.</i> Посттравматический стресс как предмет эмпирического исследования	32
<i>Ковшова О. С.</i> Психодиагностический прогноз посттравматического стрессового расстройства у лиц с боевой травмой	39
<i>Ребеко Т. А.</i> Нарушенное воплощение телесного Я как триггер стресса	47
<i>Волкова Е. Н., Орлова А. А.</i> Цифровые и традиционные формы самоповреждения у современных подростков	57

От главного редактора

Уважаемые читатели журнала «Ученые записки ИПРАН», мы рады сообщить, что с этого номера наш журнал включен в Единый государственный список научных изданий — «Белый список» (К2). Это произошло во многом благодаря интересным статьям наших авторов на актуальные для науки и страны темы, работе редакции и редколлегии, а также нашему Академическому дискуссионному клубу ИПРАН, выступающие в котором часто становились авторами журнала. В этом году нам исполняется 5 лет, и это приятная новость для всех нас.

Третий номер журнала мы сделали тематическим. Он посвящен одной из наиболее важных и сложных проблем современной фундаментальной и прикладной психологии — феномену стресса и посттравматическому стрессовому расстройству. В нем представлен ряд статей, авторы которых были участниками конференции «Психология посттравматического стресса: методология, теория, практика», которая прошла в ИПРАН в мае 2025 года и привлекла большое внимание российских и зарубежных ученых.

Номер открывается статьей А.Н. Лебедева, М.А. Гагариной, О.В. Гордяковой, А.Н. Неврюева, которая посвящена широко обсуждаемому сегодня в научной литературе вопросу: «Может ли искусственный интеллект помочь людям преодолеть ценностно-аффективную поляризацию мнений в обществе и возникающие из-за нее конфликты?». Как отмечают авторы, в настоящее время, в связи с развитием информационных технологий, скорость передачи информации на планете измеряется секундами. В результате возникают противоречия между складывавшимися веками замкнутыми системами ценностей (моральными, философскими, политическими, религиозными и пр.), которые противоречивы по своему содержанию. И если раньше конфликтные отношения удавалось сдерживать, то сегодня в условиях быстрого обмена информацией люди постоянно вынуждены доказывать друг другу, что правильно и что нет в этом мире. В статье представлены результаты исследования, которые говорят о том, что имеющиеся в арсенале технологий ИИ программы способны повлиять на представления людей лишь в том случае, если у них нет устойчивых эмоционально окрашенных установок, например политических. В противном случае такие программы, как например

известная Машина Хабермаса, оказываются недостаточно эффективными.

В статье Набатовой С.В. представлен историко-культурный анализ феномена психической травмы. Проводится анализ понятия травмы как научного, а также на уровне социальных и обыденных представлений людей далеких от науки. Статья выполнена на основе опроса жителей Донбасса, который показал, что существуют определенные социальные представления о травмированной личности (сломленной, избегающей, скрытной, страдающей и т.д.).

В данном номере многие авторы обращаются к теме СВО. Так, в статье Ананьевой К.И. и Посоховой О.А. рассматриваются результаты исследования представлений о личности незнакомого человека, демонстрируемого в военной форме и без, с учетом состояния наблюдателя (симптомы ПТС). Был сделан вывод о том, что в целом военная форма как атрибут внешности является значимым компонентом для оценки некоторых личностных качеств незнакомого человека, что особенно важно в условиях боевых действий.

Близкая проблематика представлена в исследовании Ковшовой О.С., материалы которой проанализированы в статье о возможности прогноза развития ПТСР у лиц с боевой травмой. Установлено, что в развитии ПТСР можно выделить самозащитный, импунитивный тип эмоционального реагирования, который имеет неадаптивные психологические характеристики. В исследовании получен психодиагностический алгоритм прогноза в математической регрессионной модели.

В статье нашего автора из Мариуполя Колобовой С.В. поднимается крайне важный вопрос оценки научных подходов к изучению ПТСР и эффективности психотерапевтических практик лечения. Рассматривается специфика качественных и количественных методов изучения ПТСР.

Глубокий теоретический анализ, подтвержденный эмпирическими данными, феномена воплощенного телесного Я как триггера стресса проводится в статье Ребеко Т.А. На основе анализа полученных результатов автор приходит к выводу, что нарушенное воплощение имеет как психосоматические формы проявления (алекситимия, кожные заболевания), так и поведенческое (табуировки, нарушение пищевого поведения) и др. При этом и соматические, и психические факторы имеют разный вес.

Завершает номер статья Волковой Е.Н. и Орловой А.А., в которой рассматривается феномен цифрового самоповреждающего поведения подростков и его отличия от традиционных форм самоповреждающего поведения. Анализируют-

ся мотивы подростков, вовлеченных в цифровое самоповреждение.

Коллеги, мы рады получить отзывы на публикуемые материалы и ждем ваших статей для публикации в журнале.

С уважением, гл. редактор,
д.пс.н., Лебедев А.Н.

МАШИНА ХАБЕРМАСА: СМОЖЕТ ЛИ ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ ПРЕОДОЛЕВАТЬ ПОЛЯРИЗАЦИЮ МНЕНИЙ В ОБЩЕСТВЕ И БОРОТЬСЯ С СОЦИАЛЬНЫМ СТРЕССОМ?

© Лебедев А.Н.

Доктор психологических наук, Институт психологии РАН, Москва, Россия
lebedev-lubimov@yandex.ru; ORCID: 0000-0003-1030-9709

© Гагарина М.А.

Доктор психологических наук, Финансовый университет при Правительстве
Российской Федерации, Москва, Россия
mgagarina224@gmail.com; ORCID: 0000-0002-7812-7875

© Гордякова О.В.

Кандидат психологических наук, Институт психологии РАН, Москва, Россия
gordyakovaov@ipran.ru; ORCID: 0000-0003-3694-0734

© Неврюев А.Н.

Кандидат психологических наук, Первый МГМУ им. И.М. Сеченова, Москва, Россия
a.n.nevryuev@mail.ru; ORCID: 0000-0002-8640-9717

Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда (РНФ)
в рамках научного проекта № 23–18–00422, <https://rscf.ru/project/23-18-00422/>

Одна из наиболее крупных проблем современного общества — это информационные и социальные стрессы. Возникают они во многом вследствие ценностно-аффективной поляризации взглядов людей в социальных группах. Над решением проблемы поляризации работают специалисты по всему миру. Наиболее известным и широко обсуждаемым в настоящее время является подход, предложенный компанией Google DeepMind и получивший название «Машины Хабермаса» (*Habermas Machine*). Цель исследования состояла в оценке, какие высказывания и аргументы по поводу пользы или вреда от западных санкций оказываются для российской аудитории, и прежде всего молодых людей, более убедительными — известных специалистов в области политических и экономических наук или искусственного интеллекта? В исследовании приняло участие 168 респондентов. Результаты показывают, что поляризация мнений проявляется не в равномерной отрицательной или положительной оценке экспертных суждений, а в смещении акцентов. Политически «лояльные» респонденты придают большее значение исходным позитивным интерпретациям, тогда как «нелояльные» предпочитают критические версии, особенно когда они генерируются ИИ.

Ключевые слова: информационный стресс, социальный стресс, ценностно-аффективная поляризация социальных групп, Машина Хабермаса

Введение

В эпоху перехода цивилизации от однополярного мира к многополярному проблема прогнозирования и предотвращения конфликтных отношений как в малых социальных группах, так и в больших становится крайне актуальной. Противоречия между системами ценностей разных народов обостряются в связи с изменениями в сфере распространения и обмена информации

(Харари, 2019). Для решения этой проблемы проводятся многочисленные научные исследования в политических науках и разрабатываются технологии с применением искусственного интеллекта.

Одна из наиболее крупных проблем современного мира — это информационные и социальные стрессы, которые, как оказывается, тесно связаны. Если еще несколько десятилетий назад

люди, находящиеся в неких информационных ценностно замкнутых нишах, могли не обращать внимания на тех, кто думает иначе, не так себя ведет или имеет другую религию, то в настоящее время, в связи с тем, что информация, выражающая некую позицию или претензии на исключительность мировоззрения, распространяется по планете за несколько секунд, поляризация мнений в больших и малых социальных группах становится реальным и чуть ли не основным стрессовым фактором. Поэтому над методами преодоления негативных последствий ценностно-аффективной поляризации взглядов сегодня работают многие философы, политологи, ученые и специалисты IT-профессий.

Наиболее известным и широко обсуждаемым в настоящее время здесь является подход, предложенный компанией Google DeepMind и получивший название «Машины Хабермаса» (Habermas Machine). Данная система искусственного интеллекта предназначена для разрешения конфликтов и поиска согласия в группах с разными точками зрения (Kudiabor, 2024; Tessler et al., 2024).

Система была названа в честь немецкого философа Юргена Хабермаса, который в рамках своей теории коммуникативного действия утверждал, что уважительное общение на равных может приводить противодействующие группы к согласию. Юрген Хабермас полагает, что конфликтные отношения между людьми чаще всего определяются не содержанием проблемы, а неправильным способом ее обсуждения в поляризованных группах. По его мнению, любые разногласия можно преодолеть, если создать благоприятную среду для дискуссии, когда все участники получают равные возможности высказывать свое мнение и соглашаются действовать по общим правилам. Очевидно, что многие ученые с этим не согласятся, поскольку, например, в рамках отечественной науки принято считать, что как внутригрупповые, так и межгрупповые конфликты чаще всего имеют некие объективные основания и крайне редко возникают «на пустом месте».

Система «Машина Хабермаса» состоит из двух языковых моделей. Первая — генеративная — основана на модифицированной версии языковой модели Chinchilla, разработанной компанией DeepMind в 2022 году. Она создает несколько вариантов итогового заявления или аргумента на основе индивидуальных высказываний участников дискуссии. Вторая — модель оценки — анализирует высказывания каждого участника и предсказывает вероятность того, что каждый

из них согласится с предложенными генеративной моделью вариантами общего заявления.

Искусственный интеллект в этом случае выступает медиатором. Обработывая высказывания представителей противодействующих сторон, он находит нечто общее в аргументах и формулирует итоговую точку зрения, максимально снижающую вероятность несогласия или возможного конфликта. В процессе дискуссии ее участникам предлагается групповое заявление, которое, по оценкам системы, с наибольшей вероятностью будет принято всеми. Участники анализируют предложения системы и вносят свои замечания и предложения. Программа искусственного интеллекта, получая обратную связь, генерирует новые варианты заявления и этот процесс повторяется до тех пор, пока не будет достигнуто общее согласие.

В процессе разработки системы основная часть участников первого этапа исследования была привлечена через краудсорсинг. Несколько тысяч жителей Великобритании разделили на группы, каждой из которых было предложено обсудить одну из тем, связанных с актуальными вопросами политики правительства Великобритании. В частности, обсуждались такие темы, как облегчение въезда для беженцев и Брексит, возможность снижения возрастного ценза для голосования до 16 лет, необходимость приватизации Национальной службы здравоохранения Великобритании и другие. В этих случаях машина Хабермаса чаще всего превосходила людей-посредников. Были также сформированы контрольные группы, работавшие с модераторами-людьми.

Пилотажные исследования с помощью «Машины Хабермаса», проведенные DeepMind, показали, что ИИ обеспечивает более высокий уровень согласия участников дискуссии (56%) по сравнению с посредниками-людьми (44%). В этих экспериментах большинство участников предпочитали утверждения, сгенерированные ИИ, тем, которые были написаны людьми, и оценивали их как более аргументированные. Также они чаще меняли свои взгляды после обсуждения в сторону общего мнения, в формировании которого участвовал ИИ (Tessler et al., 2024).

Постепенно исследования компании DeepMind подверглись критике, которая, в частности, состояла в том, что мнения участников краудсорсинга не отражают мнения всего населения Великобритании по рассматриваемым вопросам, а значит практическая ценность программы ока-

зывается весьма спорной. Поэтому компания собрала группу из 200 человек, отражающую разнообразие британского общества (по возрасту, этнической принадлежности, социальному статусу и др.). Эта группа была разделена на более мелкие подгруппы по три человека, которые рассматривали и обсуждали девять вопросов. На этой более репрезентативной выборке были получены аналогичные результаты. В частности, после дискуссии уровень поддержки идеи сокращения заключенных в тюрьмах вырос с 60% до 75%. Также увеличилась поддержка облегчения въезда для беженцев (с 39% до 51%) и поощрения национальной гордости (с 42% до 57%). Участники сошлись во мнениях по пяти из девяти вопросов, хотя по некоторым, например, по вопросам Брексита, разногласия все-таки сохранились (Kudibor, 2024; Tessler et al., 2024).

Особенность Машины Хабермаса состоит в том, что эта программа не просто обобщает высказываемые точки зрения, в отличие от стандартной функции резюмирования, но анализирует множество точек зрения и стремится выделить общие идеи, способствующие достижению консенсуса. Более того, при разработке программы вопросы для обсуждения отбирались не случайным образом, а проходили проверку на предмет потенциально провокационных тем. Ее создатели стремились к тому, чтобы минимизировать риск оскорбительных высказываний участников дискуссии. То есть поляризация мнений в группах всегда оставалась на уровне обмена ценностными суждениями и никогда не переходила на этап аффективной. Разработчики осознанно избегали провокативных тем и острых дискуссий, чтобы получить наиболее предсказуемые результаты.

Таким образом, в том варианте медиации, который предложила компания Google DeepMind, разработав Машину Хабермаса, нет возможности решать проблемы, которые возникают во взаимоотношениях групп, находящихся в условиях крайне аффективной поляризации мнений и выясняющих отношения в агрессивной и уничижительной форме. Следовательно, возможности снижения уровня агрессии в обществе и социального стресса на основе данной программы весьма ограничены.

Когда в 2022 году компания OpenAI выпустила ChatGPT, Илон Маск выразил мнение и обеспокоенность большой группы авторитетных в сфере IT-специалистов по поводу того, что ИИ может использоваться политиками для манипулирования мнением населения в политической борьбе,

например, потому, что ИИ чаще поддерживает более прогрессивные и либеральные взгляды. Однако создатели Машины Хабермаса считают, что предвзятость ИИ зависит от того, каким образом формулируются вопросы. При выборе ответа из готовых вариантов ИИ часто склоняется к более прогрессивным взглядам. Когда он имеет больше самостоятельности, то его ответы и предложения выражают более нейтральную позицию.

Это ограничение было учтено при разработке Машины Хабермаса. Поэтому вместо обобщения одного фрагмента текста, предоставленного одним участником дискуссии, машина Хабермаса обобщает несколько фрагментов текста, предоставленных несколькими участниками, и выделяет общие идеи, находя точки пересечения. Цикл продолжается до тех пор, пока групповое заявление не будет одобрено всеми участниками дискуссии.

Эмпирическое исследование доверия граждан с разными политическими установками экспертам и искусственному интеллекту

Цель нашего исследования состояла в том, чтобы оценить, какие высказывания и аргументы по поводу пользы или вреда от западных санкций оказываются для российской аудитории, и прежде всего молодых людей, более убедительными — известных специалистов в области политических и экономических наук или искусственного интеллекта?

Метод

Для проведения исследования была разработана авторская анкета, включающая: 1) вопросы по социально-демографическим данным респондентов; 2) суждения экспертов, предлагаемые к оценке респондентам на степень согласия от 1 до 5; 3) комментарии ИИ по суждениям экспертов, предлагаемые к оценке респондентам на степень согласия от 1 до 5; 4) два вопроса на отношение к антироссийским санкциям, для разделения респондентов на группы; 5) вопросы на доверие ИИ, разработанные на основе модели формирования цифрового доверия — шесть вопросов, например, «Я считаю, что информация, предоставляемая сервисами ИИ, правдива» (Тункевичус, Ребязина, 2023); 7) вопрос на удовлетворенность жизнью (Насколько Вы удовлетворены вашей жизнью? От 1 до 10, где 1 — абсолютно не удовлетворен).

Суждения экспертов, предлагаемые для оценки респондентам, были отобраны из открытых

источников. Всего использовалось 10 суждений, высказанных экспертами в СМИ:

1. Н. Талеба, современного экономиста, математика, философа и писателя, автора книги «Черный лебедь. Под знаком непредсказуемости», вышедшей в 2007 году и содержащей прогноз финансового кризиса 2008 года. В опросе использовался фрагмент «О пользе санкций для России», опубликованный Forbes 23 марта 2018 г. (Известный экономист Нассим Талеб рассказал..., 2018).

2. И. Липсица¹, российского экономиста, маркетолога, автора публикаций в экономической прессе и первого в России учебника по рыночной экономике для подростков «Удивительные приключения в стране Экономика». Предлагался фрагмент «Российская экономика сейчас проедает будущее и тратит не по средствам», опубликованный в «Новой газете»² 08 ноября 2024 г. (Российская экономика сейчас..., 2024).

3. С. Бодрунова, директора ИНИР им. С.Ю. Витте, президента Вольного экономического общества России, член-корреспондента Российской академии наук. Представлен фрагмент «Экономист Бодрунов: антироссийские санкции способствовали развитию РФ», опубликованный ТАСС 06 мая 2025 г. (Экономист Бодрунов: антироссийские санкции способствовали..., 2025).

4. К. Каллас, эстонского юриста, политического и государственного деятеля. Предлагался фрагмент «Кая Каллас: планируем принять новый пакет санкций против РФ 20 мая», опубликованный «Деловыми ведомостями» 12 мая 2025 г. (Кая Каллас: планируем принять новый пакет..., 2025).

5. А. Дудчака, эксперта Института стран СНГ. Использовался фрагмент «Александр Дудчак: Санкции против России могут резко улучшить нашу экономику», опубликованный в «Украина.ру» 02 марта 2022 г. (Александр Дудчак: Санкции против России могут резко улучшить..., 2022).

6. Результаты ноябрьского опроса Российского союза промышленников и предпринимателей по теме: «Последствия введения санкций для российского бизнеса», опубликованные на сайте в разделе «Аналитика» (Результаты опроса..., 2024).

7. Р. Нельсон, представителя Congress.gov — онлайн-базы законодательной информации Конгресса США (Nelson, 2017).

8. Я. Кедми, Военно-политического эксперта. Представлен фрагмент ««Силенок не хватит»:

Кедми раскрыл, как Путин сделал Россию неуязвимой для новых санкций США», опубликованный Информационно-аналитическим изданием «Мировое Политическое Шоу» 09 мая 2025 г. («Силенок не хватит»: Кедми раскрыл..., 2025).

9. М. Сергеева, зав. отделом экономики «Независимой газеты». Предлагался фрагмент «От санкций уже пострадало 70% российского бизнеса», опубликованный НГ 15 января 2025 г. (От санкций уже пострадало..., 2025).

10. А. Зубца, экономиста. Представлен фрагмент «Экономист Зубец: Главный позитивный эффект от санкций — новая идеология развития, опирающаяся на внутренние ресурсы», опубликованный «Российской газетой» 10 марта 2023 г. (Экономист Зубец: Главный позитивный эффект от санкций..., 2023).

Все суждения были подвергнуты анализу с помощью ИИ. В качестве программы ИИ, применяемой в эксперименте, была выбрана система ИИ DeepSeek, которая считается аналогом ChatGPT и разработана в Китае.

Полученные комментарии ИИ по каждому суждению эксперта были разбиты на смысловые блоки и предложены для оценки респондентам.

В исследовании приняло участие 168 респондентов (студенты вузов). Из общего пула респондентов на основании степени согласия с вопросами: «Западные санкции приносят пользу и способствуют развитию нашей страны» и «Я считаю, что все проблемы в нашей стране имеют временный характер, и страна развивается в правильном направлении», были выделены две группы респондентов «лояльные» — согласные с тем, что страна движется в правильном направлении и санкции способствуют ее развитию (N=40, из них 65% женщин и 35% мужчин) и «нелояльные» — несогласные с этими утверждениями (N=39, из них 54% женщин и 46% мужчин).

Результаты и их анализ

В таблице 1 приведена описательная статистика результатов оценок высказываний экспертов всеми респондентами (лояльными и нелояльными), а также значение величины эффекта Коэна (Cohen's d), указывающее на силу различий между группами лояльных и нелояльных респондентов в оценке мнений экспертов. Распределение оценок оказалось близким нормальному по большинству измеряемых характеристик.

¹ Признан Минюстом РФ Иностранным агентом

² Издание признано Минюстом РФ Иностранным агентом

Таблица 1. Описательные статистики и значения эффекта Коэна оценок суждений экспертов лояльными и нелояльным респондентами

	Эксперты	Общая выборка (N=168)		«Нелояльные» (N=39)		«Лояльные» (N=40)		Значение эффекта Коэна
		М	σ	М	σ	М	σ	
1	Высказывание Н. Талеба	3,52	1,01	3,13	1,13	4,15	0,7	-1,11
2	Высказывание С. Бодрунова	3,45	1,07	3,00	1,08	3,90	1,01	-0,86
3	Результаты, полученные экспертами РСПП	3,4	1,06	3,38	1,11	3,45	1,18	-0,06
4	Высказывание М. Сергеева	3,32	1,02	3,46	1,05	3,20	1,02	0,25
5	Высказывание Р.М. Нельсон	3,29	1,06	3,36	1,06	3,30	1,07	0,06
6	Высказывание Я. Кедми	3,21	1,13	2,72	1,10	3,43	1,22	-0,61
7	Высказывание А. Зубца	3,19	1,03	2,56	0,85	3,70	0,91	-1,30
8	Высказывание А. Дудчака	3,08	1,10	2,44	1,12	3,38	1,05	-0,87
9	Высказывание И. Липсица	2,96	1,20	3,38	1,25	2,90	1,17	0,40
10	Высказывание К. Каллас	2,55	1,22	2,72	1,17	2,30	1,20	0,35

Примечания: М — среднее значение, σ — стандартное отклонение, d — значение эффекта Коэна

Самым популярным высказыванием в общей выборке респондентов является мнение Н. Талеба, суть которого сводится к тому, что некоторые экономические сектора России выиграют от введения санкций, а нефтяной шок, вызванный снижением цен на нефть, может быть даже полезным, выступая импульсом для развития, и итоговым суждением является идея, что надо отделить российскую экономику от нефти. Суждение Н. Талеба занимает первую строчку из десяти в рейтинге оценок высказываний экспертов лояльными респондентами и лишь пятую среди нелояльных.

Самым непопулярным среди респондентов общей выборки является высказывание К. Каллас, содержательно сводящееся к необходимости усиления санкционного давления на Россию. В группе лояльных респондентов это суждение также является самым непопулярным, а среди нелояльных респондентов оно занимает восьмое место.

Наибольшую степень согласия нелояльные респонденты выразили по отношению к мнению Н. Сергеева, утверждающего, что «санкционное давление остается значимым негативным фактором для большинства отечественных предприятий, и никаких признаков улучшения ситуации в этой сфере пока не просматривается, признают эксперты» (От санкций уже пострадало..., 2025), а самую низкую — к мнению А. Дудчака, под-

черкивающего возможность избавиться от обязательств перед международными организациями и обретения независимости объема денежной массы в российской экономике от валютной выручки (Александр Дудчак: Санкции против России могут резко улучшить..., 2022).

Сравнительный анализ оценок одних и тех же экспертов в группах респондентов выявил не только различия по уровню восприятия, но и принципиальные расхождения в структуре предпочтений. Расчет размеров эффекта (Cohen's d) показал, что наиболее выраженные различия наблюдаются в отношении высказывания Н. Талеба ($d > 0,9$, значимо выше у «лояльных») и С. Бодрунова ($d \approx 0,8$, также выше у «лояльных»), тогда как в случае И. Липсица и К. Каллас оценки «нелояльных» оказались выше.

Корреляционный анализ профилей средних оценок показал отсутствие согласованности между группами респондентов. Коэффициент Пирсона оказался практически нулевым ($r = -0,01$; $p = 0,98$), что свидетельствует об отсутствии линейной связи между уровнями оценок «лояльных» и «нелояльных». Анализ ранговой корреляции Спирмена также не выявил значимых зависимостей ($r = -0,21$; $p = 0,56$).

Таким образом, можно заключить, что эффект поляризации проявляется не только в уровне оценок, но и в их структурном распределении: «ло-

яльные» склонны поддерживать фигуры, ассоциированные с внешним позитивным дискурсом (например, Н. Талеб), тогда как «нелояльные» при-

дают большее значение критически настроенным отечественным экспертам (например, И. Липсиц).

Визуально картина представлена на рисунке 1.

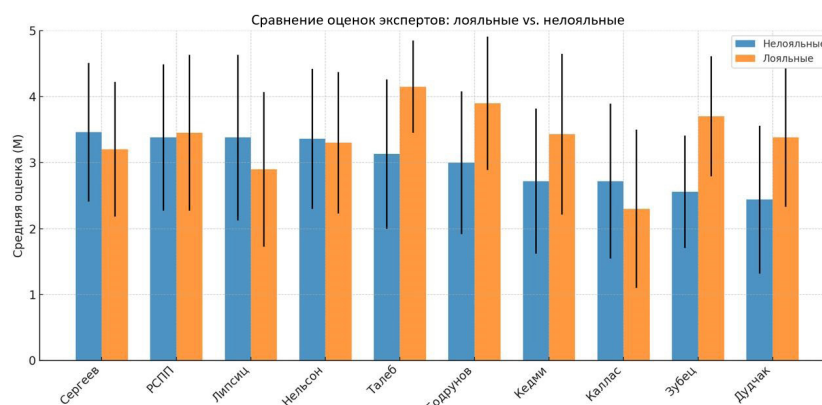


Рис. 1. Сравнение оценок высказываний экспертов лояльными и нелояльными респондентами

Объем статьи не позволяет нам рассмотреть все оценки суждений экспертов ИИ, а также отношение респондентов к оценкам ИИ. Далее будет проведено сравнение мнений лояльных и нелояльных респондентов по отношению к высказыванию Н. Талеба и оценкам различных аспектов его высказывания ИИ. Суждение Н. Талеба было

выбрано ввиду того, что в отношении именно этого суждения выявлен самый большой эффект.

В таблице 2 в качестве примера приведена описательная статистика и сравнение средних значений по t-критерию суждения Н. Талеба и его оценок ИИ лояльными и нелояльными респондентами.

Таблица 2. Описательные статистики и результаты сравнения средних значений суждения Н. Талеба, его оценок ИИ, доверия ИИ и удовлетворенности жизнью лояльными и нелояльными респондентами

Суждения	«Лояльные» (N=40)		«Нелояльные» (N=39)		p	
	М	σ	М	σ		
Статистики						Вывод
Н. Талеб (ориг.)	4,15	0,70	3,13	1,13	***	Значимо ↑ у лояльных
ИИ: Преувеличение выгод санкций	3,45	0,93	3,64	1,27	n.s.	Различий нет
ИИ: сравнение с Норвегией	3,33	0,92	3,92	1,01	**	Значимо ↑ у нелояльных
ИИ: нефтяной шок	3,05	1,13	3,82	1,07	**	Значимо ↑ у нелояльных
ИИ: уязвимость Саудовской Аравии	3,25	1,28	3,33	1,13	n.s.	Различий нет
ИИ: структурные проблемы России	3,28	1,20	4,08	1,04	**	Значимо ↑ у нелояльных
ИИ: вывод Талеба (оптимизм упрощает)	3,18	1,13	4,15	0,96	***	Значимо ↑ у нелояльных
ИИ: средняя оценка	3,25	1,10	3,82	1,08	**	Значимо ↑ у нелояльных
Доверие ИИ	22,28	4,06	22,54	3,68	n.s.	Различий нет
Удовлетворенность жизнью	8,15	1,27	6,64	1,88	***	Значимо ↑ у лояльных

Примечания: М — среднее значение, σ — стандартное отклонение, p — уровень значимости различий по критерию Стьюдента, n.s. — различия статистически не значимы, ** $p \leq 0,01$, *** $p \leq 0,001$.

Следует обратить внимание на наличие достоверных различий по степени удовлетворенности жизнью среди лояльных и нелояльных респондентов. При этом значения лояльных находятся в области зоны высоких значений, а нелояльных — средних. К сожалению, дизайн исследований не позволяет делать выводы ни о состоянии респондентов, ни о причинно-следственных связях, однако мы можем полагать, что удовлетворенность жизнью и интерпретация происходящих событий связаны. Так, анализ корреляций показал, что чем больше респонденты убеждены, что западные санкции приносят пользу и способствуют развитию нашей страны, тем больше они верят, что все проблемы в нашей стране имеют временный характер, и страна развивается в правильном направлении ($r=0,41^{***}$), и наоборот. Обе переменные также положительно связаны с удовлетворенностью жизнью ($r=0,28^{***}$; и $r=0,37^{***}$).

Полученные результаты демонстрируют наличие устойчивых различий в оценках высказываний экспертов и их интерпретаций между группами респондентов. Респонденты, отнесенные к группе «лояльных», статистически значимо выше оценили исходное высказывание Н. Талеба ($p \leq 0,01$), что может интерпретироваться как тенденция поддерживать позитивные интерпретации в дискурсе о санкциях и перспективах российской экономики.

В противоположность этому группа «нелояльных» респондентов систематически демонстрировала более высокие оценки критических интерпретаций, предложенных ИИ: сравнений России с Норвегией ($p \leq 0,01$), рассуждений о последствиях нефтяного шока ($p \leq 0,01$), указаний на структурные ограничения экономики ($p \leq 0,01$) и заключения о чрезмерном оптимизме Талеба ($p \leq 0,01$). Таким образом, именно критический пласт интерпретаций оказался более созвучным их восприятию.

Полученные результаты отчасти согласуются с результатами других исследователей, получив-

ших, что российская идентичность увеличивает политическую поляризацию между людьми, которые поддерживают и не поддерживают то, что происходит в стране (Гулевич, Косимова, 2024). Отсутствие значимых различий по пунктам «преувеличение выгод санкций» и «уязвимость Саудовской Аравии» указывает на наличие общих точек консенсуса, где позиции респондентов сближаются. При наличии достоверных различий в оценках высказываний самого эксперта, лояльные и нелояльные респонденты различаются и по степени согласия с комментариями ИИ.

Выводы

1. По результатам исследования можно сделать вывод, что именно оптимизм в отношении будущего себя и своей страны («страна движется в правильном направлении, трудности носят временный характер») позволяет справляться с текущими вызовами и поддерживает приемлемый уровень удовлетворенности жизнью.

2. По результатам методики «Доверие к ИИ» лояльные и нелояльные респонденты имеют одинаковый уровень доверия к ИИ, то есть предположение о различиях в содержательной оценке суждений ИИ правомерно.

3. В совокупности эти данные позволяют заключить, что поляризация мнений проявляется не в равномерной отрицательной или положительной оценке экспертных суждений, а в смещении акцентов. А именно: для группы «лояльных» респондентов более значимыми оказываются исходные позитивные интерпретации, тогда как для группы «нелояльных» — критические версии, особенно когда они генерируются ИИ. Это указывает на потенциальную роль ИИ как фактора, способного усиливать существующие границы в общественных установках, структурируя восприятие в зависимости от исходных ориентаций аудитории.

Литература:

1. Гулевич О.А., Косимова С.С. Связь российской идентичности и политической поляризации: роль надежной национальной идентификации и национального нарциссизма // Социальная психология и общество. 2024. № 15(4). С. 123–139. DOI: 10.17759/sps.2024150409
2. Тункевичус Э.О., Ребязина В.А. Многомерная модель формирования цифрового доверия пользователей цифровых сервисов: результаты эмпирического исследования // Вестник Московского университета. Серия 6. Экономика. 2023 № 4. С. 165–200. DOI: 10.55959/MSU0130-0105-6-58-4-8
3. Харари Ю.Н. 21 урок для XXI века. М.: Синдбад, 2019.
4. Kudabor H. AI tool helps people with opposing views find common ground // Nature. 17 October 2024. DOI: 10.1038/d41586-024-03424-z URL: <https://www.nature.com/articles/d41586-024-03424-z>
5. Nelson R.M. U.S. Sanctions and Russia's economy (Санкции США и экономика России) // Congressional research service. 17.02.2017. URL: <https://fas.org/sgp/crs/row/R43895.pdf>

6. *Tessler M. H., Bakker M. A., Jarrett D., et al.* AI can help humans find common ground in democratic deliberation // *Science*. 2024. V. 386. Issue 6719. URL: <https://www.science.org/doi/10.1126/science.adq2852>
7. Александр Дудчак: Санкции против России могут резко улучшить нашу экономику // *Украина.ру*. 02.03.2022. URL: <https://ukraina.ru/20220302/1033415109.html>
8. Известный экономист Нассим Талеб рассказал, чем санкции полезны для России // *Forbes. Бизнес*. 23.03.2018. URL: <https://www.forbes.ru/biznes/359061-izvestnyy-ekonomist-nassim-taleb-rasskazal-chem-sankcii-polezny-rossii>
9. Кая Каллас: планируем принять новый пакет санкций против РФ 20 мая // *Деловые ведомости*. 12.05.2025. URL: <https://www.dv.ee/novosti/2025/05/12/kaja-kallas-planiruem-prinjat-novyj-paket-sankcij-protiv-rf-20-maja>
10. От санкций уже пострадало 70% российского бизнеса // *Независимая Газета. Экономика*. 15.01.2025. URL: https://www.ng.ru/economics/2025-01-15/1_9171_sanctions.html
11. Результаты опроса «Последствия введения санкций для российского бизнеса» // *Российский союз промышленников и предпринимателей*. 2024. URL: <https://rspp.ru/activity/analytics/rezultaty-oprosa-posledstviya-vvedeniya-sanktsiy-dlya-rossiyskogo-biznesa/>
12. Российская экономика сейчас проедает будущее и тратит не по средствам // *Новая газета*. 11.08.2024. URL: <https://novayagazeta.ru/articles/2024/11/08/rossiiskaia-ekonomika-proedaet-budushchee-i-tratit-ne-po-sredstvam>
13. «Силенок не хватит»: Кедми раскрыл, как Путин сделал Россию неуязвимой для новых санкций США // *MPSH.RU*. 09.05.2025. URL: <https://mpsh.ru/31318-silenok-ne-hvatit-kedmi-raskryl-kak-putin-sdelal-rossiju-neujazvimoj-dlja-novyh-sankcij-ssha.html>
14. Экономист Бодрунов: антироссийские санкции способствовали развитию РФ // *ТАСС*. 6.05.2025. URL: <https://tass.ru/ekonomika/23870687>
15. Экономист Зубец: Главный позитивный эффект от санкций — новая идеология развития, опирающаяся на внутренние ресурсы // *Российская газета*. 10.03.2023. URL: <https://rg.ru/2023/03/10/ekonomist-zubec-glavnyj-pozitivnyj-effekt-ot-sankcij-novaia-ideologiya-razvitiia-opiraiushchaisia-na-vnutrennie-resursy.html>

THE HABERMAS MACHINE: WILL ARTIFICIAL INTELLIGENCE BE ABLE TO OVERCOME THE POLARIZATION OF OPINIONS IN SOCIETY AND COMBAT SOCIAL STRESS?

© Aleksandr N. Lebedev

Doctor of Psychology, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia
lebedev-lubimov@yandex.ru; ORCID: 0000-0003-1030-9709

© Mariya A. Gagarina

Doctor of Psychology, Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russia
mgagarina224@gmail.com; ORCID: 0000-0002-7812-7875

© Olga V. Gordyakova

Candidate of Psychology, Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia
gordyakovaov@ipran.ru; ORCID: 0000-0003-3694-0734

© Andrey N. Nevryuev

Candidate of Psychology, I.M. Sechenov First Moscow State Medical University, Moscow, Russia
a.n.nevryuev@mail.ru; ORCID: 0000-0002-8640-9717

This study was supported by the Russian Science Foundation (RSF) as part of research project No. 23-18-00422, <https://rscf.ru/project/23-18-00422/>

One of the biggest problems of modern society is information and social stress. They arise largely due to the value-affective polarization of people's views in social groups. Experts all over the world are working to solve the problem of polarization. The most well-known and widely discussed approach currently is the one proposed by Google DeepMind and called the Habermas Machine. The purpose of our study was to evaluate which statements and arguments about the benefits or harms of Western sanctions are more convincing for the Russian audience, and especially young people—well-known experts in the field of political and economic sciences or artificial intelligence? 168 respondents participated in the study. The results show that the polarization of opinions is manifested not in a uniform negative or positive assessment of expert judgments, but in a shift in emphasis. For politically “loyal” respondents, the initial positive interpretations are more important, while the “disloyal” ones prefer critical versions, especially when they are generated by AI.

Keywords: information stress, social stress, value-affective polarization of social groups, Habermas Machine

REFERENCES

1. Gulevich O.A., Kosimova S.S. (2024). The Connection between Russian Identity and Political Polarization: The Role of Secure National Identification and National Narcissism // *Social Psychology and Society*. № 15(4). P. 123–139. DOI: 10.17759/sps.2024150409
2. Tunkevichus E.O., Rebyazina V.A. (2023). A Multidimensional Model of Formation of Digital Trust of Users of Digital Services: Results of an Empirical Study // *Bulletin of Moscow University. Series 6. Economics*. № 4. P. 165–200. DOI:10.55959/MSU0130-0105-6-58-4-8
3. Harari Yu.N. (2019). *21 Lessons for the 21st Century*. M.: Sinbad.
4. Kudiabor H. (2024). AI tool helps people with opposing views find common ground // *Nature*. 17 October. DOI:10.1038/d41586-024-03424-z. URL: <https://www.nature.com/articles/d41586-024-03424-z>
5. Nelson R.M. U.S. (2017). Sanctions and Russia's economy (US sanctions and Russian economy) // Congressional research service. 02.17.2017. URL: <https://fas.org/sgp/crs/row/R43895.pdf>
6. Tessler M.H., Bakker M.A., Jarrett D., et al. (2024). AI can help humans find common ground in democratic deliberation // *Science*. V. 386. Issue 6719. URL: <https://www.science.org/doi/10.1126/science.adq2852>
7. Alexander Dudchak: Sanctions against Russia could dramatically improve our economy // *Ukraina.ru*. March 2, 2022. URL: <https://ukraina.ru/20220302/1033415109.html>
8. Famous economist Nassim Taleb explained how sanctions are beneficial for Russia // *Forbes. Business*. March 23, 2018. URL: <https://www.forbes.ru/biznes/359061-izvestnyy-ekonomist-nassim-taleb-rasskazal-chem-sankcii-polezny-rossii>
9. Kaya Kallas: We plan to adopt a new package of sanctions against Russia on May 20 // *Delovye Vedomosti*. May 12, 2025. URL: <https://www.dv.ee/novosti/2025/05/12/kaja-kallas-planiruem-prinjat-novyj-paket-sankcij-protiv-rf-20-maja>
10. 70% of Russian businesses have already suffered from sanctions // *Nezavisimaya Gazeta. Economics*. January 15, 2025. URL: https://www.ng.ru/economics/2025-01-15/1_9171_sanctions.html
11. Results of the survey “Consequences of the introduction of sanctions for Russian business” // *Russian Union of Industrialists and Entrepreneurs*. 2024. URL: <https://rspp.ru/activity/analytics/rezultaty-oprosa-posledstviya-vvedeniya-sanktsiy-dlya-rossiyskogo-biznesa/>
12. The Russian economy is currently eating up the future and spending beyond its means // *Novaya Gazeta*. August 11, 2024. URL: <https://novayagazeta.ru/articles/2024/11/08/rossiiskaia-ekonomika-proedaet-budushchee-i-tratit-ne-po-sredstvam>
13. “We won't have enough strength”: Kedmi revealed how Putin made Russia invulnerable to new US sanctions // *MPSH.RU*. May 9, 2025. URL: <https://mpsh.ru/31318-silenok-ne-hvatit-kedmi-raskryl-kak-putin-sdelal-rossiju-neujazvimoj-dlja-novyh-sankcij-ssha.html>
14. Economist Bodrunov: Anti-Russian sanctions contributed to Russia's development // *TASS*. May 6, 2025. URL: <https://tass.ru/ekonomika/23870687>
15. Economist Zubets: The main positive effect of the sanctions is a new development ideology based on domestic resources // *Rossiyskaya Gazeta*. March 10, 2023. URL: <https://rg.ru/2023/03/10/ekonomist-zubec-glavnyj-pozitivnyj-effekt-ot-sankcij-novaia-ideologiya-razvitiia-opiraiushchaisia-na-vnutrennie-resursy.html>

ФЕНОМЕН ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ: ИСТОРИКО-КУЛЬТУРНЫЙ АНАЛИЗ И СОЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ТРАВМЕ

© Набатова С.В.

Старший преподаватель кафедры клинической психологии,
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный университет», Донецк, Россия
sofya.nabatova@yandex.ru; ORCID: 0009-0004-7114-1481

Интерес к проблеме психической травмы обусловлен запросом социума на создание эффективной комплексной междисциплинарной программы работы с людьми, имеющими психотравмирующий опыт нахождения в зоне проведения специальной военной операции (как ветеранов боевых действий, так и гражданского населения). В статье представлен обзор исследований психической травмы в историческом аспекте, отмечается многообразие смысловых категорий психической травмы различных эпох, начиная с античности. Развитие такого многогранного понятия как психическая травма невозможно без анализа существующих на уровне обыденного познания представлений о травме. Опрос жителей Донбасса показал, что существуют определенные социальные представления о травме (как повреждении, нарушении целостности личности, негативном переживании события, оставившего след в жизни человека), о травмированной личности (сломленной, избегающей, скрытной, страдающей и т.д.) и о эффективных способах преодоления психической травмы (поиск социальной поддержки, сознательное принятие опыта).

Ключевые слова: психическая травма, социальные представления, ПТСР, психотравма, травмированная личность, военный невроз, травматерапия

Введение

События, выходящие за пределы обычного жизненного опыта, такие как военные конфликты, техногенные и природные катастрофы, пандемии, социальные и экономические кризисы, являются травмирующими для психики человека и способны привести к формированию посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).

Современные скрининговые исследования психического состояния жителей Донбасса показывают, что у многих людей, длительное время проживающих в условиях проведения боевых действий, присутствует депрессивная и тревожно-фобическая симптоматика (Таукенова, Кащенко, 2024). Следовательно, риск возникновения ПТСР как у ветеранов специальной военной операции, так и у гражданского населения прифронтовых районов свидетельствует о высокой актуальности данной проблемы для научного сообщества (в первую очередь психологического и медицинского).

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) относится к тяжелым комплексным психопатологическим состояниям, которое затрагивает эмоциональную, когнитивную, физиологическую и социальную сферы жизни человека, в значительной степени ухудшая ее субъективное и объективное качество. В основе механизмов формирования

ПТСР лежит психическая травма — некая отправная точка развития патологического состояния, которая может быть обусловлена как единичным экстремальным событием, так и длительным воздействием хронического стресса. Такие симптомы как навязчивые воспоминания, избегание травмирующих стимулов, гипервозбуждение и эмоциональное онемение, напрямую связаны с пережитыми человеком событиями.

Следовательно, определение границ понятия «психическая травма», понимание того, что ею считается, а что — нет, является важной задачей для осознания причин возникновения ПТСР и возможностей прогнозирования его последствий. В научной литературе до сих пор ведутся дискуссии относительно критериев психической травмы, ее отличий от других видов стрессовых воздействий, а также факторов, способствующих развитию ПТСР у различных групп населения (Brewin et al., 2017; Maercker et al., 2013).

Целью данного исследования является анализ понятия «психическая травма» в научной литературе и на уровне обыденного сознания в форме социальных представлений. Важно отметить, что современные подходы к изучению психической травмы включают не только клинические и психиатрические аспекты, но и социокультурные, что позволяет рассматривать травму как сложный феномен, затрагивающий индивидуальные, групповые и общественные уровни.

Анализ представлений о травме в философии и литературе

На протяжении всей истории человечества глубокие эмоциональные страдания человека, вызванные травматическими событиями, находили свое отражение в мировой литературе и мифологии. Так, например, в «Илиаде» Гомера показано, как Ахилл, узнав о гибели верного друга Патрокла, посыпает голову и всего себя «пеплом», падает на землю, рвет на себе волосы — он переживает гнев, скорбь и чувство вины (Апресян, 2015). А Одиссея Гомер называет не иначе как «страдалец» — мужественно претерпевший все невзгоды войны и многолетних скитаний он часто искренне плачет и испытывает чувство уныния, будто боги забыли о нем, бросили на произвол судьбы (Котенёва, 2013). Подобные описания можно встретить у Шекспира, Ф.М. Достоевского, Л.Н. Толстого, Э. Хемингуэя и многих других авторов, что свидетельствует о глубокой укорененности темы страдания и травмы в человеческой культуре.

Философы, начиная с античных времен, исследовали природу страдания, его влияния на жизненный путь человека и способы преодоления последствий травматических событий. Так, Аристотель в своей работе «Поэтика» вводит понятие катарсиса — трагического очищения через страдание и сострадание в искусстве, что можно рассматривать как психологический процесс переживания травмы и освобождения от ее последствий. Данная идея подтверждается современными исследованиями выражения травматических переживаний через рассказ (нарратив), способствующего эмоциональному исцелению (Pennebaker J. W., Seagal J. D., 1999). Платон в диалоге «Федон» подчеркивает, что душа может быть ранена не только физически, но и морально, что можно интерпретировать как раннее осмысление психической травмы. Ван дер Колк описывает, как травма нарушает способность мозга интегрировать переживания, что перекликается с платоновской идеей о дисгармонии души (Van der Kolk, 2014). Стоики (Сенека, Эпиктет, Марк Аврелий) уделяли большое внимание контролю над эмоциями и принятию страданий как части жизни, что перекликается с современными идеями когнитивно-поведенческой терапии о роли когнитивных стратегий в управлении эмоциями и снижении различных симптомов, возникших вследствие психической травмы (Beck, 2008). А Эпикур основными источниками человеческих страданий считал страх и тревогу, что также соответствует современному пониманию психиче-

ской травмы как состояния, сопровождающегося повышенной тревожностью, и эффективного метода восстановления эмоционального равновесия, душевного покоя — метода релаксации (Hoge E. A. et al., 2013).

Идеи философов Нового времени о взаимосвязи психических состояний с физиологическими процессами (Р. Декарт), о фрагментации памяти и потере связи с прошлым в случаях прерванного сознания (Дж. Локк), о ключевой роли эмоций и ассоциаций в формировании опыта (Д. Юм), о важной роли разума в преодолении страданий и моральных дилемм (И. Кант), о влиянии среды на формирование личности (Ж.-Ж. Руссо) дополнили представления античных мыслителей о страдании человека. Эти философские идеи легли в основу современных психологических теорий, объясняющих механизмы формирования и преодоления психической травмы.

Возникновение научных исследований собственно психической травмы связано с промышленной революцией в XVIII–XIX вв., а именно — с ростом количества случаев техногенного травматизма и как следствие — числа пострадавших от несчастных случаев. Первая монография о «травматическом неврозе» 1889 г. принадлежит перу немецкого психиатра Г. Оппенгейма. Он подробно описал психические последствия испуга, пережитого людьми при происшествиях на железнодорожном транспорте (Качалов, 2011). Данную работу можно считать отправной точкой в развитии психоаналитического подхода в понимании психической травмы.

Помимо этого, в 1866 г. британский хирург Дж. Эриксен опубликовал работу «О железнодорожных и других травмах нервной системы», где описывал состояние, которое он назвал «железнодорожным позвоночником» или «железнодорожным мозгом» — симптомы психического расстройства, возникающие у пассажиров, переживших железнодорожные аварии, даже если они не получили явных физических повреждений (Федунина, 2005). Примечательно, что многие врачи того времени скептически относились к жалобам пациентов, считая их преувеличенными или даже симулятивными, особенно в случаях, когда пострадавшие требовали компенсации от железнодорожных компаний. Это породило дискуссию о реальности психических последствий травматических событий — дискуссию, которая в разных формах продолжается до сих пор.

Переживание человечеством двух мировых войн в дальнейшем спровоцировало рост интереса

к изучению психических травм, связанных с военными действиями, что, в свою очередь, привело к появлению новых понятий, таких как «военный невроз», «травматическая истерия», «боевой шок».

В «Психоаналитическом словаре» Ж. Лапланша и Ж.-Б. Понталиса можно обнаружить такое определение травматического невроза: «Особый невроз, где возникновение симптомов является следствием эмоционального шока, обычно связанного с ситуациями переживания субъектом угрозы своей жизни» (Качалов, 2011). Психическая травма рассматривалась З. Фрейдом в ранних работах в качестве причины неврозов, симптомы которых появляются из-за влияния вытесненных в бессознательное травматических воспоминаний (Breuer J., Freud, 1895). Позже, во время Первой мировой войны, З. Фрейд описывал феноменологию психотравмы, вызванной военными действиями, где раскрыл симптоматику ПТСР (не используя самого понятия посттравматического стресса).

Другим значимым вкладом в ранние исследования психической травмы стали работы французца П. Жане, который, независимо от З. Фрейда, разработал концепцию диссоциации как защитной реакции на травму. В отличие от вытеснения в интерпретации З. Фрейда, при диссоциации травматические воспоминания не «устраняются» в бессознательное, а существуют как бы параллельно обычному сознанию, периодически вторгаясь в него и нарушая психическое равновесие человека (Коган, Семина, 2010).

М.Ш. Магомед-Эминов обобщил представления о травматических расстройствах после несчастных случаев, сложившихся в конце XIX в. и начале XX в., следующим образом: травматическое расстройство включает в себя болезненные явления у нормального человека после психической травмы (преходящие нервно-психические реакции), травматический невроз (травматическую истерию, травматическую неврастению, травматическую ипохондрию, собственно травматический невроз) и психоз после психической травмы (травматический психоз) (Магомед-Эминов, 2006, 2007).

На данном этапе научных представлений психическая травма понимается как психическое потрясение (шок) в момент инцидента, что не раскрывает психологическую работу личности с травматическим опытом. А ведь для анализа психотравмы и ее последствий важно учитывать не только объективные характеристики самого события, но и субъективную оценку, индивидуальные особенности личности травмированного

человека, факт наличия социальной поддержки, а также культурных факторов (Казенная, 2020).

Современный взгляд на травматическое расстройство позволяет говорить о нем как о негативном последствии травматического события, в противовес нейтральным (адаптационно-транзиторные реакции) и позитивным (посттравматический рост) последствиям (Магомед-Эминов, 2006). Это позволяет расширить понимание психической травмы и внести множество дополнительных переменных в схему «травматическое событие — психическая травма — травматическое расстройство».

В МКБ-10 зафиксировано следующее понятие ПТСР — это «психическое расстройство, развивающееся вследствие мощного психотравмирующего воздействия угрожающего или катастрофического характера, сопровождающееся экстремальным стрессом, основными клиническими проявлениями выступают повторные переживания элементов травматического события в ситуации “здесь и сейчас” в форме флэшбеков, повторяющихся сновидений и кошмаров, что сопровождается чаще тревогой и паникой, но возможно также гневом, злостью, чувством вины или безнадежности, стремлением избегать внутренние и внешние стимулы, напоминающие или ассоциирующиеся со стрессором» (МКБ-10).

Несмотря на это, для описания самого проживания психотравмирующего воздействия используется множество понятий: «психическая травма», «психологическая травма», «психогения», «военный невроз», «психологическая боль» и т.д. Все перечисленные термины могут иметь различные оттенки значения в зависимости от контекста и, в сущности, описывают состояния, связанные с негативным воздействием на психическое здоровье, однако это вносит неоднозначность в практическое использование теоретических знаний.

Следовательно, научный интерес вызывают представления о психической травме людей на уровне обыденного познания, а особенно — социальные представления, основанные на личном опыте проживания психотравмирующих воздействий.

Методика проведения исследования

Для изучения данных представлений нами была разработана анкета, включающая незаконченные предложения, свободные ассоциации и выбор утверждений на тему психической травмы. Методологической основой исследования послужила теория социальных представлений С. Московичи,

согласно которой социальные представления — это образы, в которых сконденсирована совокупность значений, характерная для того или иного общества. По своей сущности это системы отсчета, позволяющие человеку интерпретировать то, что с ним происходит. Социальные представления выполняют двойную функцию: во-первых, они устанавливают порядок, который позволяет индивидам ориентироваться в своем материальном и социальном мире и овладевать им, а во-вторых, обеспечивают возможность коммуникации между членами сообщества, предоставляя им коды для социального обмена, наименования и однозначной классификации различных аспектов их мира и групповой истории (Московичи, 1995; Moscovici, 1984).

В качестве респондентов выступили 66 человек (41 женщина и 25 мужчин) в возрасте от 17 до 55 лет, проживающие в городах ДНР, в условиях проведения военных действий, и не имеющие психологического образования. Большинство респондентов (79%) указали, что они непосредственно сталкивались с ситуациями, угрожающими жизни и здоровью в ходе военного конфликта.

Результаты и их анализ

Контент-анализ свободных ассоциаций респондентов на слово-стимул «травма» позволил выделить следующие категории ответов: боль (26% всех ответов), физический ущерб («перелом», «ушиб», «синяк», «порез» и пр. — 21%), насилие («война», «обстрел», «нанесение увечий», «психологическое и физическое насилие» и т.д. — 17%), части тела («ноги», «коленка» и т.д. — 8%), больница (8%), эмоции и чувства («горе», «печаль», «слезы» — 7%), кровь (5%), детский опыт («детская травма», «родители», «болезнь бабушки» и пр. — 5%), рана (5%), разрыв отношений (5%), нарушение целостности («поломка», «надлом» — 3%).

Таким образом, у опрошенных жителей Донбасса в опыте закрепились не только связь травмы с физическими проявлениями, но и связи травмы с психическими состояниями и особенностями межличностных взаимоотношений. Интересно, что ассоциативная связь между травмой и тяжелыми эмоциональными переживаниями характерна для респондентов зрелого возраста (рис. 1).

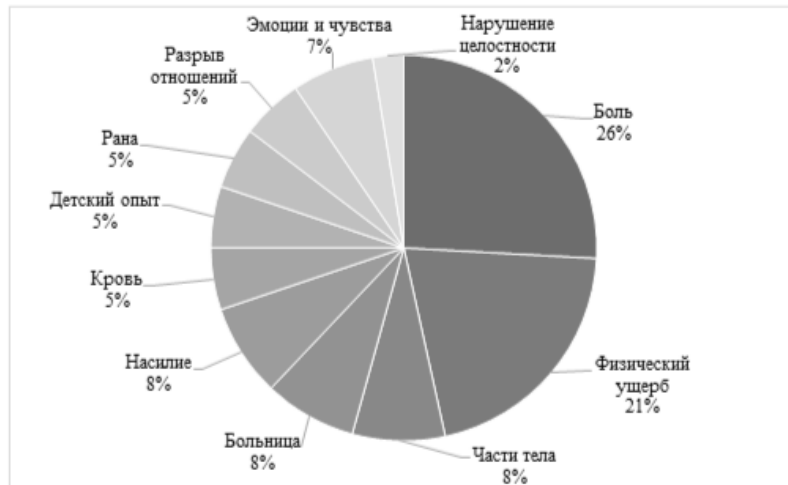


Рис. 1. Ассоциации респондентов на слово-стимул «травма»

Полученные данные согласуются с результатами исследований, указывающих на важность культурного и социального контекста в формировании представлений о травме (Таукенова, Кашенко, 2024).

Применение метода прототипического анализа П. Вержеса позволило выявить структуру социальных представлений о травме, состоящую из ядра (наиболее частотные и первичные ассоциации) и периферии. Ядро представления составили ассоциации: «боль», «война», «потеря», «страх», что

отражает как универсальное понимание травмы (боль, страх), так и специфические для данного региона контексты травматизации (война, потеря). Периферическая система представлений включает более индивидуализированные и менее согласованные элементы: «утрата», «насилие», «тревога», «беспомощность», «шрамы», «память», «изменение жизни» и др. Эти элементы выполняют функцию защиты ядра представления и адаптации его к изменяющимся условиям и индивидуальному опыту.

Своими знаниями о травме в широком смысле (когнитивный уровень) респонденты поделились, давая определение данному понятию. Анализ ответов показал, что почти треть опрошенных (32%) имеют представления как о физической травме, так и о психической (давали два определения травмы). Следовательно, неверно считать, что в массовом сознании психическая травма чаще воспринимается лишь через призму телесных повреждений в связи с недостаточной информированностью. В определениях половины респондентов (55%) встречается упоминание «повреждения» (тела, психики, души), а также фиксируется внешнее воздействие. Если обобщить результаты, то можно вывести следующее определение: «травма — это урон, нанесенный организму или психике, выраженный в форме повреждения».

Треть респондентов (33%) при определении понятия «психическая травма» упоминали ее последствия: «взгляд на окружающий мир кардинально изменился», «события, несущие негативные последствия в жизни человека», «травма, которая оставила след в памяти», «это след оставленный после какого-то травмирующего события», «это событие в жизни человека, которое понесло за собой плачевные последствия», «... человек не прежний после какого-то события» и т.д. К тому же некоторые опрошенные приравнивали психотравму к опыту.

Обязательными составляющими психической травмы 27% респондентов отметили также негативные эмоции и стресс. Эти данные согласуются

с современными представлениями о ПТСР, где ключевую роль играют именно последствия травматического события для психики и поведения человека. То, что респонденты акцентируют внимание не на самом событии, а на его отсроченном воздействии на личность («человек не прежний», «след в памяти»), коррелирует с клиническим критерием ПТСР по DSM-5, где ключевым является пролонгированное влияние травмы на когнитивные, эмоциональные и поведенческие паттерны (American Psychiatric Association, 2013).

Особенно показательно, что часть респондентов отождествляют травму с опытом ее переживания, что отражает конструкционистский подход — травма формируется не самим событием, а его субъективной интерпретацией. А формулировки по типу «плачевные последствия» отражают социальные ожидания от травмы как яркого деструктивного феномена, что может затруднять распознавание «тихих» форм ПТСР без внешних проявлений.

Благодаря ответам испытуемых удалось выделить собирательный образ «травмированного человека»: запуганный; тихий в большинстве случаев; агрессивный; раздражительный, когда задевают за больное; замкнутый из-за страха быть непонятым; избегающий контактов; тревожный; зажатый; грустный и апатичный страдалец; несчастный человек, который может «прятаться за улыбкой» или «заглушать боль» чрезмерной оживленностью (рис. 2).



Рис. 2. Содержание понятия «травмированный человек» по мнению респондентов

При этом некоторые респонденты (около 10%) не могут выделить конкретные характеристики травмированной личности, отмечая индивидуальные особенности каждого человека и специфику социального контекста. Современные исследования подтверждают, что проявления травмы могут

быть крайне разнообразны и зависят от множества факторов, включая личностные особенности, культурные нормы и уровень поддержки (Казенная, 2020; Падун, 2018).

В процессе анализа образа травмированного человека у респондентов можно заметить, что он

имеет выраженную эмоциональную окраску и характеризуется амбивалентностью: с одной стороны, такой человек вызывает сочувствие и желание помочь, с другой — страх и неловкость, связанные с неуверенностью в том, как правильно взаимодействовать с таким человеком. Эта амбивалентность может лежать в основе стигматизации людей с психическими травмами и избегания обращения за профессиональной психологической помощью, что подчеркивает необходимость психологического просвещения населения.

В исследовании испытуемым также было предложено из 15 различных утверждений, касающихся темы психической травмы, страданий и боли, выбрать те, с которыми они согласны в большей и меньшей степени (или не согласны вообще). Наиболее популярными стали следующие утверждения: «Нельзя избежать боли. Это часть прелести быть живым» (60% выборов); «Травмы могут быть разными, но каждый человек переживает свою собственную боль, и для него она — самая сильная» (60%); «Когда рядом близкий человек, готовый утешить и поддержать, травмы излечиваются легче и быстрее» (55%); «Ты не поймешь другого человека, не поняв его боль» (32%). Данные выборы демонстрируют представления жителей Донбасса о боли как естественной составляющей жизненного пути, о психической травме как уникальном и сложном опыте, о социальной поддержке как эффективном способе преодоления психической травмы.

Практически все опрошенные жители прифронтовых районов (96%) выразили свое несогласие с утверждением «Душевные травмы превращают человека в чудовище», что свидетельствует о наличии у них важной человеческой способности — сопереживания. Следовательно, данное социальное представление о человеке, переживающем психическую травму, можно отнести к руководящим (разделяемому всеми членами социальной группы).

Также наиболее часто отвергаемыми стали следующие утверждения: «Показать кому-то свои травмы — все равно, что снять перед человеком одежду: как прежде на тебя смотреть уже не будут» (37%); «Не жалуйся на боль — вот лучшее лекарство» (37%). Данные отвергаемые утверждения показывают, что для жителей Донбасса замалчивание симптомов не относится к эффективным стратегиям совладания с травмой. Люди с опытом проживания в условиях проведения боевых действий демонстрируют коллективное неприятие стигматизации, т.е. травматический опыт не вос-

принимается ими как фактор, лишаящий человека его человеческого облика. Такое сохранение способности к эмпатии даже в условиях длительного стресса согласуется с концепцией посттравматического роста, согласно которой кризисные ситуации могут усиливать альтруистические и просоциальные тенденции.

Заключение

Таким образом, неоднозначность трактовок психической травмы в психологической литературе отражает многообразие содержания данного понятия на уровне обыденного познания современных людей, имеющих личный опыт нахождения в ситуации угрозы жизни и благополучию. В свою очередь, богатая история становления учения о психотравме и доступность психологических знаний могли поспособствовать формированию достаточно четких, детализированных социальных представлений о психической травме у жителей Донбасса.

Проведенное исследование внесло определенный вклад в понимание социальных представлений о психической травме в контексте длительного военного конфликта. Знание о том, как люди, проживающие в зоне проведения боевых действий, понимают и концептуализируют психическую травму, может быть использовано при разработке программ психологической помощи и мероприятий, направленных на профилактику и преодоление негативных последствий травматического опыта.

Благодаря полученным данным о социальных представлениях жителей прифронтовых районов о психической травме и ее последствиях для человека можно спрогнозировать эффективность психотерапевтической работы с симптомами психической травматизации и ПТСР. Как показало исследование, наиболее эффективными будут подходы, в которых делается акцент на открытость в выражении эмоций и социальную поддержку.

Социальная поддержка — это один из ключевых факторов, способствующих снижению риска развития ПТСР и ускоряющих восстановление после травмирующего события. Можно предположить, что именно наличие поддерживающей и принимающей семьи, друзей, профессионального сообщества и пр. существенно уменьшают выраженность симптомов ПТСР и способствуют посттравматическому росту. Это раскрывает важнейшую роль волонтерских организаций и групп взаимопомощи в реадaptации и ресоциализации людей, проживающих травму. В условиях совре-

менного военного конфликта миссия психолога видится в предотвращении социальной изоляции травмированного человека (как вынужденного, так и добровольного), а также в работе как с самим человеком, так и с его ближайшим окружением (повышение уровня взаимопонимания и сплоченности, развитие навыков саморегуляции и т.д.). Особое внимание следует уделить возможности формирования посттравматического роста — повышения уровня эмпатии, развития новых жизненных ценностей, укрепления межличностных связей и стремления к социальной активности.

Таким образом, можно сделать вывод, что проблема психической травмы и ПТСР требует комплексного подхода, объединяющего усилия специалистов различных областей, развитие системы профилактики, раннего выявления и многоуровневой поддержки пострадавших. Только интеграция научных знаний, клинической практики и социальной ответственности позволит эффективно решать задачи сохранения психического здоровья населения в условиях современных вызовов.

Литература:

1. *Апресян Р.Г.* Динамика образа героя в «Илиаде» Гомера // *Философский журнал*. 2015. № 4. С. 31–46.
2. *Казенная Е.В.* Современные зарубежные исследования посттравматического стрессового расстройства и его лечения эффективными психотерапевтическими методами у взрослых // *Современная зарубежная психология*. 2020. Т. 9. № 4. С. 110–119. DOI:10.17759/jmfp.2020090410.
3. *Качалов П.В.* Психоаналитическая концепция травматического невроза. Психиатрия чрезвычайных ситуаций. Руководство. 2-е издание. Т. 2. М.: ГНЦССП им. В.П. Сербского, 2011. С. 372–396.
4. *Коган Б.М., Семина Т.Е.* Проблема диссоциации в психологии и психиатрии // *Системная психология и социология*. 2010. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-dissotsiatsii-v-psihologii-i-psihiatrui>
5. *Котенёва А.В.* Печаль и горе: пути и способы их преодоления (на материале эпических поэм Гомера «Илиада» и «Одиссея») // *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*. 2013. № 4. С. 152–155.
6. *Магомед-Эминов М.Ш.* Позитивная психология человека. От психологии субъекта к психологии бытия. М.: ПАРФ, 2007. Т. 1.
7. *Магомед-Эминов М.Ш.* Экстремальная психология. Том 2. От психической травмы к психотрансформации. М.: Психоаналитическая ассоциация, 2006.
8. *Московичи С.* Методологические и теоретические проблемы психологии // *Психологический журнал*. 1995. Т. 16. № 2. С. 3–14.
9. *Падун М.А.* Социокультурные факторы в переживании посттравматического стресса // *Мир науки. Педагогика и психология*. 2018. № 5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsiokulturnye-factory-v-perezhivanii-posttravmaticheskogo-stressa>
10. *Таукенова Л.М., Кащенко В.В.* Распространенность ПТСР у мирных жителей ДНР // *Медицина. Социология. Философия. Прикладные исследования*. 2024. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rasprostranennost-ptsr-u-mirnyh-zhiteley-dnr>
11. *Федунина Н.Ю.* Психическая травма. К истории вопроса // *Консультативная психология и психотерапия*. 2005. № 13(2). Статья 1. URL: https://psyjournals.ru/journals/cpp/archive/2005_n2/2600
12. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.
13. *Beck A. T.* The evolution of the cognitive model of depression and its neurobiological correlates // *American Journal of Psychiatry*. 2008. № 165(8). P. 969–977.
14. *Breuer J., Freud S.* Studies on Hysteria. Standard Edition. Vol. 2. London: Hogarth Press, 1895.
15. *Brewin Ch.R., et al.* A review of current evidence regarding the ICD-11 proposals for diagnosing PTSD and complex PTSD // *Clinical Psychology Review*. 2017. V. 58. P. 1–15.
16. *Hoge E.A., et al.* Randomized controlled trial of mindfulness meditation for generalized anxiety disorder // *Journal of Clinical Psychiatry*. 2013. № 74(8). P. 786–792.
17. *Maercker A., et al.* Proposals for mental disorders specifically associated with stress in the International Classification of Diseases-11 // *The Lancet*. 2013. V. 381. Issue 9878. P. 1683–1685.
18. *Moscovici S.* The phenomenon of social representations // *Social representations*. Cambridge University Press. 1984. P. 3–69.

19. *Pennebaker J.W., Seagal J.D.* Forming a story: The health benefits of narrative // *Journal of Clinical Psychology*. 1999. № 55(10). P. 1243–1254.
20. *Van der Kolk B.A.* The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma. Viking, 2014.

THE PHENOMENON OF MENTAL TRAUMA: HISTORICAL AND CULTURAL ANALYSIS AND SOCIAL REPRESENTATIONS OF TRAUMA

© Sofya V. Nabatova

Senior Lecturer at the Department of Clinical Psychology, Donetsk State University, Donetsk, Russia,
sofya.nabatova@yandex.ru; ORCID: 0009-0004-7114-1481

The interest in the problem of mental trauma is due to the demand of society for the creation of an effective comprehensive interdisciplinary program for working with people with traumatic experiences in the area of a special military operation (both military veterans and civilians). The article provides an overview of research on mental trauma in the historical aspect, noting the diversity of semantic categories of mental trauma from various eras, starting from antiquity. The development of such a multifaceted concept as mental trauma is impossible without analyzing the existing concepts of trauma at the level of everyday knowledge. A survey of residents of Donbass showed that there are certain social concepts about trauma (as damage, violation of the integrity of personality, negative experience of an event that left a mark on a person's life), about a traumatized personality (broken, avoidant, secretive, suffering, etc.) and about effective ways to overcome mental trauma (seeking social support, conscious acceptance of experience).

Keywords: mental trauma, social representations, PTSD, psychotrauma, traumatized personality, military neurosis, trauma therapy

REFERENCES

1. *Apresjan R. G.* (2015). The dynamics of the hero's image in Homer's Iliad // *Philosophical Journal*. № 4. P. 31–46.
2. *Kazennaja E. V.* (2020). Modern foreign studies of post-traumatic stress disorder and its treatment with effective psychotherapeutic methods in adults // *Modern foreign psychology*. V. 9. № 4. P. 110–119. DOI:10.17759/jmfp.2020090410.
3. *Kachalov P. V.* (2011). The psychoanalytic concept of traumatic neurosis. Emergency psychiatry. Guide. 2nd edition. V. 2. Moscow: SRPBSP named after V.P. Serbsky. P. 372–396.
4. *Kogan B.M., Semina T.E.* (2010). The problem of dissociation in psychology and psychiatry // *System Psychology and Sociology*. № 2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-dissotsiatsii-v-psiologii-i-psihiatrii>
5. *Kotenjova A. V.* (2013). Sadness and grief: ways and means of overcoming them (based on the material of Homer's epic poems «Iliad» and «Odyssey») // *Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*. № 4. P. 152–155.
6. *Magomed-Jeminov M. Sh.* (2007). Positive human psychology. From the psychology of the subject to the psychology of being. Moscow: PARF. V. 1.
7. *Magomed-Jeminov M. Sh.* (2006). Extreme psychology. V. 2. From mental trauma to psychotransformation. Moscow: Psychoanalytic Association.
8. *Moskovichi S.* (1995). Methodological and theoretical problems of psychology // *Psychological Journal*. V. 16. № 2. P. 3–14.
9. *Padun M. A.* (2018). Socio-cultural factors in experiencing post-traumatic stress // *The world of science. Pedagogy and psychology*. № 5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsiokulturnye-factory-v-perezhivanii-posttravmaticheskogo-stressa>
10. *Taukenova L.M., Kashhenko V. V.* (2024). The prevalence of PTSR in the peaceful lives of the DNR // *Medicina. Sociology. Philosophy. Suitable search*. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/rasprostranennost-ptsr-u-mirnyh-zhiteley-dnr>

11. *Fedunina N. Ju.* (2005). Mental trauma. The source of the question // Analytical psychology and psychotherapy. № 13(2). Art. 1. URL: https://psyjournals.ru/journals/cpp/archive/2005_n2/2600
12. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.
13. *Beck A. T.* (2008). The evolution of the cognitive model of depression and its neurobiological correlates // American Journal of Psychiatry. № 165(8). P. 969–977.
14. *Breuer J., Freud S.* (1895). Studies on Hysteria. Standard Edition. V. 2. London: Hogarth Press.
15. *Brewin Ch.R., et al.* (2017). A review of current evidence regarding the ICD-11 proposals for diagnosing PTSD and complex PTSD // Clinical Psychology Review. V. 58. P. 1–15.
16. *Hoge E.A., et al.* (2013). Randomized controlled trial of mindfulness meditation for generalized anxiety disorder // Journal of Clinical Psychiatry. № 74(8). P. 786–792.
17. *Maercker A., et al.* (2013). Proposals for mental disorders specifically associated with stress in the International Classification of Diseases-11 // The Lancet. V. 381. Issue 9878. P. 1683–1685.
18. *Moscovici S.* (1984). The phenomenon of social representations // Social representations. Cambridge University Press. P. 3–69.
19. *Pennebaker J.W., Seagal J.D.* (1999). Forming a story: The health benefits of narrative // Journal of Clinical Psychology. № 55(10). P. 1243–1254.
20. *Van der Kolk B.A.* (2014). The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma. Viking.

ОСОБЕННОСТИ ВОСПРИЯТИЯ ЛИЧНОСТНЫХ КАЧЕСТВ ПО ВНЕШНЕМУ ОБЛИКУ В СИТУАЦИИ СВО

© Ананьева К.И.

Кандидат психологических наук, доцент, ведущий научный сотрудник, Институт психологии
Российской академии наук (ФГБУН ИП РАН), Москва, Россия
ananyevaki@ipran.ru; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1666-3269>

© Посохова О.А.

Магистр, Московский институт психоанализа (НОЧУ ВО МИП), Белгородская область, Россия
oxana-posokhova@ya.ru

Исследование выполнено в рамках Государственного задания ИП РАН № 0138–2025–0012
«Познавательные процессы в экологически валидных контекстах»

Представлены результаты исследования вопроса о том, как изменяются представления о личности незнакомого человека, демонстрируемого в военной форме с учетом состояния наблюдателя (выраженность симптомов ПТС), а также включенностью последнего в СВО. Результаты анализа данных позволили выявить некоторые тенденции межличностного восприятия. Был сделан вывод о том, что в целом военная форма как атрибут внешности является значимым компонентом для оценки некоторых личностных качеств незнакомого человека. Однако вклад в специфику межличностного восприятия носит парциальный характер, что также связано с особенностями выборки и типом лица воспринимаемого человека.

Ключевые слова: восприятие внешности, восприятие лица, оценка личностных особенностей, восприятие военных, посттравматический стресс, СВО

Введение

Несмотря на широкий интерес отечественных и зарубежных исследователей к вопросу об особенностях восприятия личностных характеристик людей на основе их внешнего облика, данная тема не теряет своей актуальности, поскольку регулярно появляются новые контексты и ситуации межличностного взаимодействия, выступающие модераторами межличностного восприятия. В ходе реального или викарного взаимодействия у людей формируется образ партнера по общению, опосредованный возрастными, половыми, расовыми, этнокультурными, экспрессивными и поведенческими составляющими, в число которых входят особенности внешности (Барабанщиков и др. 2021; Барабанщиков, Суворова, 2024; Жердев, Барабанщиков, 2021; Лабунская, 2021; Никитина, 2022).

Костюм (одежда) как часть оформления внешнего облика является одним из основных компонентов при восприятии другого, помимо прически, украшений и других особенностей внешности. В.А. Лабунская, например рассматривает костюм, как «среднеустойчивый компонент» внешнего облика, выполняющий сигнальную, регулятивную и идентификационную функции (Лабунская, 2021). Другими словами, ко-

стюм передает информацию как минимум о социальном и профессиональном статусе человека.

Исследования зарубежных авторов также показывают, что одежда вносит вклад в формирование образа человека. Одежда может указывать на социальную идентичность, и сторонние наблюдатели с легкостью классифицируют людей в зависимости от того, какую одежду они выбирают (Hester, Nehman, 2023). В исследовании Н. Хаулетт и соавторов (Howlett, Pine, Orakçioğlu, Fletcher, 2013) подчеркивается важность одежды для формирования первого впечатления и, в частности, было показано, что даже незначительные изменения в мужском костюме (индивидуальный стиль) приводят к изменениям представлений об уверенности человека в себе, а если костюм является «сшитым на заказ» — его обладатель ассоциируется с более высоким социальным статусом. Как показывает исследование Д. Кюстер, одежда в сочетании с особенностями осанки связана с появлением профессиональных стереотипов, влияющих на оценку уровня эмпатии и доминирования личности (Küster, Krumhuber, Hess, 2019). В этой связи интересно рассмотреть вопрос о том, как воспринимаются люди в военной форме, которая явно манифестирует профессиональную принадлежность.

Также вопрос об особенностях восприятия людей в военной форме приобретает свою актуальность в контексте военных конфликтов, которые сегодня все чаще происходят в разных странах. Являясь компонентом внешности, военная форма оказывается одним из факторов социальной перцепции, однако важно рассматривать перцептивный процесс и в связи с другими составляющими. Как указывает, например, В. А. Барабанщиков, формирование представлений о другом человеке (ОН-образ) — это динамическая система, включающая перцептивные, когнитивные и социальные механизмы (Барабанщиков, 2016). Формирования «ОН-образа» связано как с особенностями воспринимаемого человека (внешности, выражения лица), так и с субъективными характеристиками воспринимающего (индивидуально-психологическими особенностями, состоянием), а также контекстом взаимодействия.

Вклад в особенности восприятия другого человека для респондентов в состоянии ПТС (посттравматического стресса) был продемонстрирован, например, в работе И. Шнейдер с соавторами, где было показано, что респонденты с диагностированным ПТСР при восприятии лиц незнакомых людей чаще демонстрировали предубеждения и трудности в распознавании экспрессий в сложных социальных контекстах (Schneider et al., 2020). В работе Е. А. Фертук была показана повышенная чувствительность к негативным эмоциям для участников исследования с ПТСР (Fertuck et al., 2016). А в работе Л. А. Раттер с коллегами обнаружена отрицательная взаимосвязь степени тяжести симптомов ПТСР с восприятием экспрессии радости, страха и гнева (Rutter et al., 2022). Также исследования показывают, что у людей с ПТСР может повышаться чувствительность к определенным эмоциональным

сигналам, которые, вероятно, активизируются как защитный механизм при социальном взаимодействии (Williams et al., 2018). В связи с вышесказанным, целью нашего исследования стало изучение вопроса о том, как изменяются представления с личности незнакомого человека в военной форме с учетом состояния наблюдателя (выраженность симптомов ПТС), а также включенностью последнего в СВО.

Участники исследования

В исследовании приняло участие 123 человека: 65% женщин и 35% мужчин, в возрасте от 17 до 69 лет ($M=41,43$; $SD=12,06$). Было сформировано четыре подвыборки: военные — участники СВО (30 человек); волонтеры, сотрудничающие с военными (30 человек); жители приграничного региона — Белгородская область (30 человек); жители регионов России, где на момент проведения исследования не фиксировались атаки БПЛА (33 человека).

Методики и процедура исследования

Для проведения исследования использовались:

- «Международный опросник травмы» — адаптация М. А. Падун с соавторами (далее МТО) (Падун и др., 2022);
- методика «Личностный дифференциал» (далее ЛД) (Бажин, Эткинд, 1983);
- специально подготовленный набор стимульных фотоизображений лиц.

В качестве изображений-стимулов использовались усредненные цветные фотопортреты лиц мужчин европеоидного и монголоидного типа, а также полученное с помощью техники морфинга переходное лицо между ними, к которым в последствии было добавлено изображение военной формы (рис. 1).

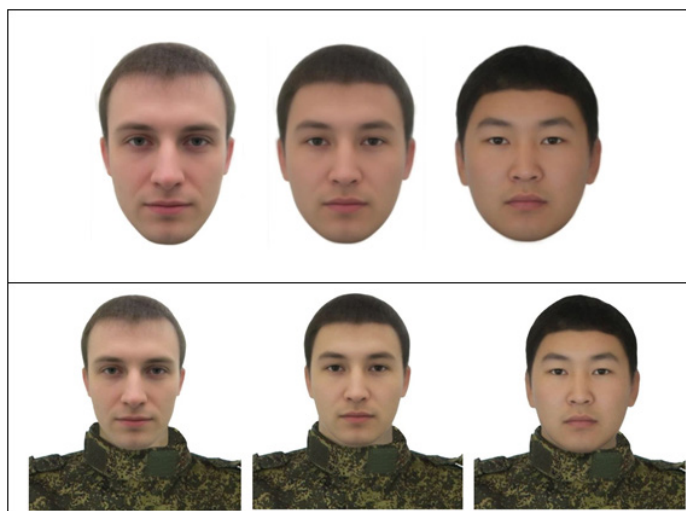


Рис. 1. Стимульный материал исследования

В ходе исследования участникам предлагалось заполнить бланки методик-опросников, а затем последовательно оценить по шкалам методики ЛД шесть изображений.

Результаты исследования и их анализ

Поскольку полученный массив эмпирических данных отличался на статистически значимом уровне от нормального распределения (Критерий

Колмагорова-Смирнова, $p < 0,01$) и ввиду относительно небольшого числа участников в каждой подвыборке, анализ результатов осуществлялся с использованием непараметрических методов статистики. Различия фиксировались на уровне $p < 0,05$.

На первом этапе были проанализированы различия в оценках только лиц трех типов и изображений тех же людей в военной форме (Критерий Т-Вилкоксона) по каждой подвыборке отдельно (таблицы 1, 2, 3).

Таблица 1. Анализ различий в оценках личности человека европеоидного типа при демонстрации изображений его лица и лица в контексте военной формы для каждой подвыборки исследования

Подвыборка	Участники СВО		Волонтеры		Жители приграничного региона		Жители регионов, отдаленных от СВО	
	Z	p	Z	p	Z	p	Z	p
Обаятельный — Непривлекательный	-1,66	0,10	-0,99	0,32	-1,37	0,17	-1,11	0,27
Слабый — Сильный	-0,58	0,56	-1,41	0,16	-3,72	0,00	-3,55	0,00
Разговорчивый — Молчаливый	-1,27	0,20	-0,72	0,47	-1,26	0,21	-1,04	0,30
Безответственный — Добросовестный	-1,41	0,16	-1,12	0,26	-1,21	0,23	-3,39	0,00
Упрямый — Уступчивый	-0,77	0,44	-1,85	0,06	-0,56	0,58	-1,37	0,17
Замкнутый — Открытый	-1,67	0,10	-0,08	0,94	-1,74	0,08	-0,61	0,54
Добрый — Эгоистичный	-0,23	0,82	-1,97	0,05	-3,35	0,00	-0,64	0,52
Зависимый — Независимый	-1,54	0,12	-1,89	0,06	-3,04	0,00	-2,45	0,01
Деятельный — Пассивный	-1,77	0,08	-2,33	0,02	-2,43	0,02	-1,35	0,18
Черствый — Отзывчивый	-0,61	0,54	-0,51	0,61	-1,74	0,08	-0,08	0,93
Решительный — Нерешительный	-0,61	0,54	-1,54	0,12	-1,53	0,13	-2,03	0,04
Вялый — Энергичный	-0,88	0,38	-0,74	0,46	-0,29	0,77	-2,31	0,02
Справедливый — Несправедливый	-0,88	0,38	-1,25	0,21	-1,64	0,10	-0,25	0,81
Расслабленный — Напряженный	-0,29	0,78	-0,65	0,52	-0,60	0,55	-3,60	0,00
Суебливый — Спокойный	-0,26	0,79	-0,60	0,55	-0,29	0,77	-0,57	0,57
Враждебный — Дружелюбный	-1,13	0,26	-1,40	0,16	-0,96	0,34	-0,81	0,42
Уверенный — Неуверенный	-1,28	0,20	-1,90	0,06	-0,93	0,35	-0,71	0,48
Нелюдимый — Общительный	-0,58	0,56	-1,39	0,16	,000	1,00	-0,98	0,33
Честный — Неискренний	-0,82	0,41	-2,63	0,01	-2,32	0,02	-0,44	0,66
Несамостоятельный — Самостоятельный	-0,85	0,40	-1,73	0,08	-1,60	0,11	-0,15	0,88
Раздражительный — Невозмутимый	-0,20	0,84	-2,13	0,03	-2,00	0,05	-0,79	0,43

Примечание: здесь и далее полужирным шрифтом выделены статистически значимые различия, фиксируемые на уровне $p < 0,05$

Анализ результатов показал, что для респондентов, входящих в группу участников СВО статистически значимые различия в оценках европеоидного лица в форме и без по шкалам методики ЛД отсутствуют. Однако для других выделенных групп наблюдаются статистически значимые раз-

личия в оценках стимульных изображений по шкалам методики ЛД.

Так, для группы волонтеров статистически значимые различия оценок европеоидного лица в форме и без формы были обнаружены по шкалам: «добрый — эгоистичный», «деятельный —

пассивный» «честный — неискренний» и «раздражительный — невозмутимый», где лицо в форме оценивается как принадлежащее более доброму, деятельному, честному и невозмутимому человеку по сравнению с оценкой только лица этого же человека. Для жителей приграничного региона (Белгородская область) зафиксированы статистически значимые различия в оценках европеоидного лица по шкалам: «слабый — сильный», «добрый — эгоистичный», «зависимый — независимый», «деятельный — пассивный», «честный — неискренний», «раздражительный — невозмутимый», где лицо человека в форме воспринимается более добрым, деятельным, честным и невозмутимым, а также более сильным и независимым. В группе жителей регионов отдаленных от проведения СВО, статистически значимые различия были обнаружены по шкалам: «слабый — сильный», «безответственный — добросовестный»,

«зависимый — независимый», «решительный — нерешительный», «вялый — энергичный», «расслабленный — напряженный», где европеоидное лицо в форме было оценено как более сильное, добросовестное, независимое, решительное, энергичное и напряженное.

Таким образом, для большинства исследуемых групп появление формы на фотоизображении лица европеоидного типа привело к изменениям оценок личности незнакомого человека. Интересно отметить, что если для групп волонтеров и жителей приграничного региона изменения в оценках касались в основном факторов «оценка» и «активность» методики ЛД, то для жителей регионов отдаленных от проведения СВО обнаруженные различия в основном касаются шкал методики ЛД, относящихся к фактору «сила», что может указывать на сосредоточенность данной подвыборки на оценках волевых качеств людей в военной форме.

Таблица 2. Анализ различий в оценках личности человека с лицом «смешанного типа» при демонстрации изображений его лица и лица в контексте военной формы для каждой подвыборки исследования

Подвыборка	Участники СВО		Волонтеры		Жители приграничного региона		Жители регионов, отдаленных от СВО	
	Z	p	Z	p	Z	p	Z	p
Обаятельный — Непривлекательный	-2,18	0,03	-1,57	0,12	-1,07	0,28	-2,79	0,01
Слабый — Сильный	-2,44	0,01	-1,19	0,23	-0,16	0,87	-1,47	0,14
Разговорчивый — Молчаливый	-0,17	0,86	-2,09	0,04	-0,49	0,62	-0,89	0,37
Безответственный — Добросовестный	0,00	1,00	-1,46	0,14	-1,05	0,30	-2,35	0,02
Упрямый — Уступчивый	-0,81	0,42	-2,22	0,03	-1,60	0,11	-2,18	0,03
Замкнутый — Открытый	-1,05	0,29	-2,57	0,01	-0,40	0,69	-1,35	0,18
Добрый — Эгоистичный	-2,58	0,01	-2,15	0,03	-1,56	0,12	-1,98	0,05
Зависимый — Независимый	-2,25	0,02	-1,32	0,19	-0,86	0,39	-1,68	0,09
Деятельный — Пассивный	-2,17	0,03	-2,44	0,01	-0,64	0,52	-1,82	0,07
Черствый — Отзывчивый	-2,34	0,02	-0,93	0,35	-2,75	0,01	-2,61	0,01
Решительный — Нерешительный	-1,12	0,26	-2,04	0,04	-0,49	0,62	-1,35	0,18
Вялый — Энергичный	-0,32	0,75	-1,64	0,10	-0,20	0,84	-0,78	0,43
Справедливый — Несправедливый	-0,16	0,87	-2,04	0,04	-2,01	0,04	0,00	1,00
Расслабленный — Напряженный	-0,07	0,94	-1,40	0,16	-1,02	0,31	-1,16	0,25
Суебливый — Спокойный	-0,22	0,83	-1,76	0,08	-0,93	0,35	-0,66	0,51
Враждебный — Дружелюбный	-1,46	0,14	-1,58	0,11	-0,68	0,50	-2,26	0,02
Уверенный — Неуверенный	-1,22	0,22	-2,81	0,00	-0,29	0,78	-2,44	0,01
Нелюдимый — Общительный	-1,44	0,15	-2,73	0,01	-1,18	0,24	-1,34	0,18
Честный — Неискренний	-1,02	0,31	-1,89	0,06	-1,59	0,11	-2,83	0,00
Несамостоятельный — Самостоятельный	-0,74	0,46	-1,68	0,09	-0,58	0,56	-1,45	0,15
Раздражительный — Невозмутимый	-1,55	0,12	-2,44	0,01	-1,68	0,09	-0,67	0,50

Как видно из таблицы 2 для «смешанного типа» лица (изображение, сгенерированное с помощью техники морфинга — переходное лицо от европеоида к монголоиду) статистически значимые различия были обнаружены для всех групп респондентов.

Для группы участников СВО различия были обнаружены для шкал: «обаятельный — непривлекательный», «слабый — сильный», «добрый — эгоистичный», «зависимый — независимый», «деятельный — пассивный», «черствый — отзывчивый», где лицо человека в форме оценивалось как более обаятельное, доброе, деятельное, более сильное, независимое и отзывчивое.

В группе волонтеров оценки различаются по шкалам: «разговорчивый — молчаливый», «упрямый — уступчивый», «замкнутый — открытый», «добрый — эгоистичный», «деятельный — пассивный», «решительный — нерешительный», «справедливый — несправедливый», «уверенный — неуверенный», «нелюдимый — общительный», «раздражительный — невозмутимый», где человек в военной форме оценивается более разговорчивым, упрямым, добрым, деятельным, решительным, справедливым и уверенным, а также открытым, общительным и невозмутимым.

В группе жителей приграничного региона различия были обнаружены только для шкал: «черствый — отзывчивый» и «справедливый — несправедливый», где человек в форме был оценен более отзывчивым и справедливым. В группе жи-

телей регионов отдаленных от проведения СВО различия были обнаружены по шкалам: «обаятельный — непривлекательный», «безответственный — добросовестный», «упрямый — уступчивый», «добрый — эгоистичный», «черствый — отзывчивый», «враждебный — дружелюбный», «уверенный — неуверенный», «честный — неискренний», где человек в форме оценивался более обаятельным, добрым, уверенным, честным, добросовестным, отзывчивым, дружелюбным, уступчивым и менее упрямым.

Таким образом, можно заключить, что при оценке лица «смешанного типа» в целом обнаруживается большее число статистически значимых различий по всем группам респондентов, что вероятно указывает на детерминацию оценок личности не только наличием формы, но и самим типом лица.

Интересно отметить, что в данном случае большинство шкал, где были обнаружены различия, относится к фактору «оценка» методики ЛД, хотя для группы волонтеров различия в большинстве коснулись шкал, составляющих фактор «активность». Это позволяет предположить, что, оценивая лица «смешанного типа», большинство участников исследования концентрировали свое внимание на отношении (положительном/отрицательном) к человеку в форме, а волонтеры сосредоточили внимание на оценке предполагаемого уровня включенности во взаимодействие оцениваемого лица.

Таблица 3. Анализ различий в оценках личности человека с лицом монголоидного типа при демонстрации изображений его лица и лица в контексте военной формы для каждой подвыборки исследования

Подвыборка	Участники СВО		Волонтеры		Жители приграничного региона		Жители регионов, отдаленных от СВО	
	Z	p	Z	p	Z	p	Z	p
Обаятельный — Непривлекательный	-2,23	0,03	-1,47	0,14	-0,48	0,63	-2,10	0,04
Слабый — Сильный	-1,84	0,07	-0,92	0,36	-0,24	0,81	-3,85	0,00
Разговорчивый — Молчаливый	-1,63	0,10	-1,16	0,25	-0,95	0,34	-0,92	0,36
Безответственный — Добросовестный	-0,69	0,49	-1,29	0,20	-0,28	0,78	-2,33	0,02
Упрямый — Уступчивый	-2,01	0,04	-1,04	0,30	-0,03	0,97	-0,44	0,66
Замкнутый — Открытый	-1,07	0,28	-1,90	0,06	-1,26	0,21	-0,80	0,42
Добрый — Эгоистичный	-2,27	0,02	-2,30	0,02	-0,05	0,96	-2,24	0,03
Зависимый — Независимый	-1,18	0,24	-1,66	0,10	-0,89	0,37	-1,98	0,05
Деятельный — Пассивный	-1,07	0,29	-1,56	0,12	-0,74	0,46	-2,85	0,00
Черствый — Отзывчивый	-0,21	0,83	-1,93	0,05	-1,03	0,30	-1,13	0,26
Решительный — Нерешительный	-2,08	0,04	-0,31	0,75	-0,33	0,74	-2,14	0,03

Подвыборка Шкала методик ЛД	Участники СВО		Волонтеры		Жители приграничного региона		Жители регионов, отдаленных от СВО	
	Z	p	Z	p	Z	p	Z	p
Вялый — Энергичный	-1,70	0,09	-2,36	0,02	-1,30	0,19	-3,62	0,00
Справедливый — Несправедливый	-2,44	0,01	-2,20	0,03	-0,59	0,55	-2,22	0,03
Расслабленный — Напряженный	-0,58	0,56	-2,00	0,05	-0,27	0,79	-0,48	0,63
Суетливый — Спокойный	-0,19	0,85	-0,18	0,86	-1,62	0,11	-2,47	0,01
Враждебный — Дружелюбный	-0,26	0,79	-2,23	0,03	-0,85	0,40	-2,08	0,04
Уверенный — Неуверенный	-2,23	0,03	-1,31	0,19	-1,62	0,11	-2,26	0,02
Нелюдимый — Общительный	-1,20	0,23	-0,54	0,59	0,00	1,00	-0,33	0,74
Честный — Неискренний	-2,48	0,01	-0,88	0,38	-2,19	0,03	-1,68	0,09
Несамостоятельный — Самостоятельный	-1,94	0,05	-0,04	0,97	-1,04	0,30	-2,99	0,00
Раздражительный — Невозмутимый	-0,42	0,68	-1,67	0,09	-0,16	0,88	-1,05	0,29

Из таблицы 3 видно, что при оценке изображения лица монголоидного типа также были обнаружены статистически значимые различия для всех групп участников исследования.

В группе участников СВО различия были обнаружены для шкал «обаятельный — непривлекательный», «упрямый — уступчивый», «добрый — эгоистичный», «решительный — нерешительный», «справедливый — несправедливый», «уверенный — неуверенный», «честный — неискренний», где человек в форме оценивается более обаятельным, добрым, решительным, справедливым, уверенным, честным и более упрямым.

В группе волонтеров различия были обнаружены для шкал: «добрый — эгоистичный», «вялый — энергичный», «справедливый — несправедливый», «расслабленный — напряженный», «враждебный — дружелюбный», где монголоидное лицо человека в форме было оценено как более доброе, справедливое, более дружелюбное, энергичное и напряженное.

В группе жителей приграничного региона различия коснулись только шкалы «честный — неискренний», где респонденты оценивают лицо человека в форме более честным. Группа жителей, проживающих в регионах отдаленных от проведения СВО, по-разному оценила стимульный материал по наибольшему числу шкал: «обаятельный — непривлекательный», «слабый — сильный», «безответственный — добросовестный», «добрый — эгоистичный», «зависимый — независимый», «деятельный — пассивный», «решительный — нерешительный», «вялый — энергичный», «справедливый — несправедливый», «суетливый — спокойный», «враждебный — дру-

желюбный», «уверенный — неуверенный» и «несамостоятельный — самостоятельный», где лицо монголоидного типа в форме оценивалось более сильным, добросовестным, независимым, энергичным, спокойным, дружелюбным, самостоятельным, более обаятельным, добрым, деятельным, решительным, справедливым и уверенным, чем монголоидное лицо без формы.

Таким образом, можно отметить, что для жителей приграничья различия в оценке монголоидного лица в форме и без формы практически пропадают, в отличие от группы участников СВО и жителей отдаленных от проведения СВО регионов, где напротив число статистически значимых различий в оценках является наибольшим по сравнению с условиями предъявлений лиц других типов. Это косвенно может свидетельствовать о проявлении «эффекта другой расы», поскольку как отмечали участники исследования из данной группы, до начала СВО они не имели опыта непосредственного общения с представителями монголоидной расы (в частности, с представителями бурятского и тувинского этносов). Интересно также отметить, что для всех подвыборок исследования различия в оценках монголоидного лица коснулись в основном фактора «оценка» методики ЛД, указывающего на концентрацию оценочного отношения к воспринимаемому лицу, что также косвенно может говорить о проявлении эффекта другой расы.

Для анализа вклада симптомов посттравматического стресса (шкала PTSD методики МОТ М.А. Падун с соавторами) при восприятии человека по изображению его лица в военной форме и без нее, для каждого испытуемого отдельно был

выполнен расчет количественных расхождений в оценках по каждой из шкал методики ЛД. Затем индивидуальные баллы, полученные по шкале PTSD методики MOT, были переведены в стандартизированные Z-значения для выявления контрастных подгрупп в подвыборках исследования. С использованием U-критерия Манна-Уитни был произведен поиск значимых различий в величине расхождения оценок каждого изображения в форме и без нее для каждой подвыборки исследования.

Для участников СВО с выраженными симптомами ПТС (повторное переживание, избегание, чувство угрозы — компоненты шкалы PTSD методики MOT) были обнаружены различия в оценках изображений только монголоидного типа лица по двум шкалам методики ЛД, а именно «черствый — отзывчивый» ($U=0,5$; $p=0,029$) и «враждебный — дружелюбный» ($U=0,5$; $p=0,029$). Участники СВО с высокими значениями шкалы PTSD демонстрируют большую разницу в оценках монголоидного человека представленного на изображении, по сравнению с участниками СВО набравшими по шкале низкие значения. То есть человека монголоидного типа в военной форме оценивают более отзывчивым и дружелюбным, чем изображение только его лица.

В подвыборке волонтеров с выраженными симптомами ПТС различия в оценках изображений были обнаружены по двум шкалам методики ЛД для лица европеоидного типа: «справедливый — несправедливый» ($U=1,5$; $p=0,019$) и «честный — неискренний» ($U=2,0$; $p=0,038$) и одной шкалы ЛД для оценок лица «смешанного типа»: «вялый — энергичный» ($U=1,5$; $p=0,019$). Волонтеры, получившие высокие баллы по шкале PTSD, демонстрируют также большую разницу в оценках людей, представленных на изображении, по сравнению с волонтерами, набравшими по шкале низкие значения. А именно, человека европеоидного типа в военной форме они оценивают как более справедливого и честного, а человека со «смешанным типом внешности» в военной форме воспринимают более энергичным.

Для подвыборки жителей приграничного региона (Белгородская область) с выраженными симптомами ПТС различия в оценках изображений были обнаружены по шкале «расслабленный — напряженный» методики ЛД при оценке лица как европеоидного типа, так и монголоидного типа ($U=8,0$; $p=0,038$ и $U=7,0$; $p=0,026$ — соответственно), а также по шкале «суеулиный — спокойный» ($U=7,0$; $p=0,026$) для лица монголоидного типа. Волонтеры приграничья, получившие высо-

кие баллы по шкале PTSD, демонстрируют большую разницу в оценках европеоидного лица по шкале «расслабленный — напряженный» и монголоидного лица по шкале «суеулиный — спокойный», воспринимая европеоида в форме более напряженным, а монголоида в форме более спокойным, чем респонденты с низкими значениями по шкале PTSD. При этом респонденты из группы жителей приграничья с непроявленными симптомами ПТС демонстрируют больше различий в оценках монголоидного лица по шкале «расслабленный — напряженный», воспринимая его лицо в контексте формы более напряженным, по сравнению с респондентами в выраженными симптомами ПТС.

Для респондентов с выраженными симптомами ПТС из регионов, находящихся вдали от проведения СВО, различия в оценках изображений были обнаружены только при оценке европеоидного лица по шкале «честный — неискренний» ($U=6,0$; $p=0,005$). Представители данной подвыборки с высокими значениями шкалы PTSD воспринимают лицо европеоидного человека в форме менее искренним, а респонденты данной группы с низкими значениями по шкале PTSD напротив, оценивают европеоидного человека в форме более честным, чем просто оценивая человека по его лицу.

Заключение

Анализ полученных результатов о том, как люди, по-разному включенные в СВО, воспринимают (оценивают) личностные особенности представителей разных рас только по изображению лица и этого же лица в военной форме, позволяет выявить некоторые тенденции межличностного восприятия.

Проведенное исследование показало, что в целом военная форма как атрибут внешности является значимым компонентом для оценки некоторых личностных качеств незнакомого человека. Однако вклад этого фактора в специфику межличностного восприятия носит парциальный характер, что также связано с особенностями выборки и расовым типом лица воспринимаемого человека.

Для лиц европеоидного типа появление военной формы скорее усиливает положительное восприятие личности человека, что оказалось более характерным для волонтеров и жителей приграничного региона. При этом для лиц «смешанного» и монголоидного типов изменения в оценках личности при появлении военной формы затронули большее число конкретных личностных характеристик, что особенно было выражено

у участников СВО и жителей регионов отдаленных от проведения СВО.

Интересно отметить, что наименьшие различия в оценках человека европеоидного типа в форме и без встречается у участников СВО, хотя при оценках лица монголоидного типа появление военной формы атрибутируется с ростом «положительных» качеств.

Для представителей подвыборки волонтеров в целом характерно большее внимание оценке личностных качеств, описывающих уровень активности личности (разговорчивость, энергичность) и ее моральных черт (справедливость, честность).

Жители приграничного региона склонны оценивать людей в форме более отзывчивыми и справедливыми, что особенно проявляется в оценках «смешанного типа» лица.

Жители регионов, отдаленных от проведения СВО, в основном демонстрируют различия в оценках незнакомых людей в военной форме, акцентируя свое внимание на волевых качествах личности (сила, решительность, энергичность), а также моральных аспектах (добросовестность, честность).

Полученные результаты также позволяют говорить о проявлении «эффекта другой расы» на исследуемых группах. Так, различия в оцен-

ках монголоидного типа лица более выражены для жителей регионов отдаленных от проведения СВО (крупных городов), где люди имеют больший опыт реального и викарного взаимодействия с представителями разных расовых групп, что приводит к большей дифференциации разных типов лиц и контекстов их предъявления по сравнению с жителями приграничья, где состав населения традиционно был более монокультурным.

В отношении вклада симптомов ПТС в различия оценок людей разных рас в военной форме и без нее, также можно отметить парциальный характер, поскольку удалось зафиксировать лишь небольшое число статистически значимых различий. Однако можно заключить, что для респондентов с более выраженными показателями симптомов ПТС оценки людей в военной форме носят более «положительный» характер.

В данном материале представлены результаты исследования, полученные на относительно небольшой выборке, но обнаруженные тенденции позволяют отметить перспективность направления исследования с привлечением больших групп испытуемых, что позволит использовать методы математического моделирования для построения комплексной модели особенностей межличностного восприятия.

Литература:

1. Бажин Е. Ф., Эткин А. М. Личностный дифференциал: методические рекомендации. Л.: НИПНИ им. Бехтерева, 1983.
2. Барабаничиков В. А. Динамика восприятия выражений лица. М.: Когито-центр, 2016.
3. Барабаничиков В. А., Жегалло А. В., Смольный Я. Н., Маринова М. М. Влияние эмоционального выражения лица незнакомого человека на представление о его личности // Экспериментальная психология. 2021. Т. 14. № 4. С. 23–42.
4. Барабаничиков В. А., Суворова Е. В. Восприятие подвижного лица как образующей мультимодальных аффективных состояний. Экспериментальная психология. 2024. Т. 17. № 4. С. 4–27.
5. Жердев И. Ю., Барабаничиков В. А. Идентификация лицевых экспрессий в условиях интрасаккадической смены стимула // Экспериментальная психология. 2021. Т. 14. № 2. С. 68–84.
6. Лабунская В. А. Тренды изучения отношения к внешнему облику с позиций прикладной социальной психологии // Социальная психология и общество. 2021. Т. 12. № 3. С. 128–150.
7. Никитина Е. А. Лица и их восприятие в филогенезе и онтогенезе. М: Издательство «Институт психологии РАН». 2022.
8. Падун М. А., Быховец Ю. В., Казымова Н. Н., Ченцова-Даттон Ю. Е. Русскоязычная версия «международного опросника травмы»: адаптация и валидизация на неклинической выборке // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Т. 30. № 3. С. 42–67.
9. Fertuck E. A., Karan E., Stanley B. The specificity of mental pain in borderline personality disorder compared to depressive disorders and healthy controls // Borderline personality disorder and emotion dysregulation. 2016. V. 3. Art. 2. URL: <https://bpd.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40479-016-0036-2>
10. Hester N., Hehman E. Dress is a Fundamental Component of Person Perception. 2023. DOI: 10.31234/osf.io/avm36
11. Howlett N., Pine K., Orakçioğlu I., Fletcher B. The influence of clothing on first impressions: Rapid and positive responses to minor changes in male attire // Journal of Fashion Marketing and Management. 2013. V. 17. № 1. P. 38–48.

12. Küster D., Krumhuber E. G., Hess U. You are What You Wear: Unless You Moved — Effects of Attire and Posture on Person Perception // *Journal Nonverbal Behav.* 2019. № 43. P. 23–38.
13. Rutter L.A., Lind C., Howard J., Lakhan P., Germaine L. Posttraumatic stress symptom severity is associated with impaired processing of emotional faces in a large international sample // *Journal of Traumatic Stress.* 2022. V. 10. № 1.
14. Schneider I., Bertsch K., Izurieta Hidalgo N.A., Müller L.E., Defiebre N., Herpertz S.C. The Sound and Face of Others: Vocal Priming Effects on Facial Emotion Processing in Posttraumatic Stress Disorder // *Psychopathology.* 2020. V. 52. P. 283–293.
15. Williams C.L., Milanak M.E., Judah M.R., Berenbaum H. The association between PTSD and facial affect recognition // *Psychiatry Research.* 2018. V. 265. P. 298–302.

PERCEPTION OF PERSONALITY TRAITS BASED ON APPEARANCE DURING A SMO (Special Military Operation)

© Kristina I. Ananyeva

PhD (Psychology), Associate Professor, Leading Researcher, Institute of Psychology
of the Russian Academy of Sciences (FGBUN IP RAS), Moscow, Russia
ananyevaki@ipran.ru; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1666-3269>

© Oksana A. Posokhova

Master's student, Moscow Institute of Psychoanalysis (NOCHU VO MIP), Belgorod Region, Russia
oxana-posokhova@ya.ru

The article presents the results of a study on how perceptions of the personality of a stranger shown in a military uniform change, taking into account the state of the observer (the severity of PTSD symptoms), as well as the involvement of the latter in the SVO. The results of the data analysis made it possible to identify some trends in interpersonal perception. It can be concluded that, in general, the military uniform as an attribute of appearance is a significant component for assessing some personal qualities of a stranger, but the contribution to the specificity of interpersonal perception is partial, which is also associated with the specificity of the sample and the type of face of the perceived person.

The study was carried out within the framework of the State assignment of the Institute of Sociology and the Russian Academy of Sciences No. 0138–2025–0012 «Cognitive processes in ecologically valid contexts»

Keywords: perception of appearance; face perception; assessment of personal characteristics; perception of the military; post-traumatic stress; SMO (Special Military Operation)

REFERENCES

1. Bazhin E.F., Etkind A.M. (1983). Personality differential: methodical recommendations. L.: NIPNI im. Bekhtereva.
2. Barabanshchikov V.A. (2016). Dynamics of perception of facial expressions. Moscow: Kogito-center.
3. Barabanshchikov V.A., Zhegallo A.V., Smol'nyy Ya.N., Marinova M.M. (2021). The influence of the emotional expression of a stranger's face on the idea of his personality // *Experimental Psychology.* V. 14. № 4. P. 23–42.
4. Barabanshchikov V.A., Suvorova E.V. (2024). Perception of a moving face as a constituent of multimodal affective states // *Experimental Psychology.* V. 17. № 4. P. 4–27.
5. Zherdev I. Yu., Barabanshchikov V.A. (2021). Identification of facial expressions in conditions of intrasaccadic stimulus change // *Experimental Psychology.* V. 14. № 2. P. 68–84.
6. Labunskaya V.A. (2021). Trends in the Study of Attitudes to Appearance from the Standpoint of Applied Social Psychology // *Social Psychology and Society.* V. 12. № 3. P. 128–150.

7. Nikitina E. A. (2022). Faces and Their Perception in Phylogenesis and Ontogenesis. M: Izdatel'stvo «Institut psikhologii RAN».
8. Padun M. A., Bykhovets Yu. V., Kazymova N. N., Chentsova-Dutton Yu. E. (2022). Russian version of the «international trauma questionnaire»: adaptation and validation on a non-clinical sample // Counseling psychology and psychotherapy. V. 30. № 3. P. 42–67.
9. Fertuck E. A., Karan E., Stanley B. (2016). The specificity of mental pain in borderline personality disorder compared to depressive disorders and healthy controls // Borderline personality disorder and emotion dysregulation. V. 3. Art. 2. URL: <https://bpded.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40479-016-0036-2>
10. Hester N., Hehman E. (2023). Dress is a Fundamental Component of Person Perception. DOI: 10.31234/osf.io/avm36
11. Howlett N., Pine K., Orakçioğlu I., Fletcher B. (2013). The influence of clothing on first impressions: Rapid and positive responses to minor changes in male attire // Journal of Fashion Marketing and Management. V. 17. № 1. P. 38–48.
12. Küster D., Krumhuber E. G., Hess U. (2019). You are What You Wear: Unless You Moved — Effects of Attire and Posture on Person Perception // Journal Nonverbal Behavior. № 43. P. 23–38.
13. Rutter L. A., Lind C., Howard J., Lakhan P., Germine L. (2022). Posttraumatic stress symptom severity is associated with impaired processing of emotional faces in a large international sample // Journal of Traumatic Stress. V. 10. № 1.
14. Schneider I., Bertsch K., Izurieta Hidalgo N. A., Müller L. E., Defiebre N., Herpertz S. C. (2020). The Sound and Face of Others: Vocal Priming Effects on Facial Emotion Processing in Posttraumatic Stress Disorder // Psychopathology. V. 52. P. 283–293.
15. Williams C. L., Milanak M. E., Judah M. R., Berenbaum H. (2018). The association between PTSD and facial affect recognition // Psychiatry Research. V. 265. P. 298–302.

ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИЙ СТРЕСС КАК ПРЕДМЕТ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

© Колобова С.В.

Старший преподаватель, Мариупольский государственный университет им. А.И. Куинджи,
Мариуполь, Россия
prgaga@mail.ru; ORCID: 0000-0002-8518-8799

В последние десятилетия посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) стало объектом интенсивных эмпирических исследований, что связано с его значительным влиянием на качество жизни и функционирование людей. Особый интерес ПТСР представляет с точки зрения его профилактики, т.к. далеко не у всех людей, переживших травмирующее событие, развивается данное расстройство. Цель статьи — рассмотреть ПТСР как предмет эмпирического исследования, изучить наиболее значимые работы последних лет, посвященных оценке эффективности методов терапии данного расстройства, факторов успешной реабилитации, особенности временной перспективы у людей с ПТСР и т.д. Показано, что в рамках таких исследований ученые используют разнообразные методологические подходы, включая количественные и качественные методы, чтобы лучше понять механизмы формирования ПТСР и его влияние на индивидуальное и общественное здоровье. Эти исследования помогают выявить не только факторы риска, способствующие развитию ПТСР, но и механизмы защиты, а также эффективность различных терапевтических интервенций. Эмпирические данные играют ключевую роль в совершенствовании диагностики и лечения ПТСР, а также в разработке рекомендаций для профессионалов в области психического здоровья.

Ключевые слова: ПТСР, депрессия, травматическое событие, тревога, флешбэки, когнитивно-бихевиоральная терапия, EMDR

Введение

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) является одним из наиболее часто и глубоко изучаемых форм психической травмы, возникающей в результате переживания экстремальных стрессовых ситуаций. В соответствии с DSM-5 ПТСР включает в себя такие симптомы, как повторяющиеся и навязчивые воспоминания о травматическом событии, избегание, негативные изменения в настроении и когнитивных процессах, повышенная возбудимость и реактивность (American Psychiatric Association, 2013).

Практически каждый человек в своей жизни сталкивается с психотравмирующим опытом. Согласно исследованию Р.К. Кесслер с соавторами, 70% имели как минимум одно психотравмирующее событие, а у 75% отмечается более одной психологической травмы (Kessler, et al., 2017). В то же время посттравматическое расстройство развивается не у всех. Данные о распространенности ПТСР варьируются от 10% до 95%, что зависит от типа стрессора, его силы, длительности воздействия, а также внутренних, личностных особенностей индивида (Богачев, Ермакова, 2024). Самый высокий уровень ПТСР наблюдается у лиц,

переживших или ставших свидетелями военных действий. Так, среди людей, находившихся в концлагерях, ПТСР наблюдалось в 85–100% случаев (Рун, 1990), среди участников афганской войны — в 20,4% (Идрисов, 2011), среди студентов-жителей г. Мариуполя в 2023 г. — 17,5% (Богачев, Ермакова, 2024), среди респондентов, участвовавших в вооруженных конфликтах, в рамках исследования А.Н. Мерианс, Т. Шпиллер и др. в 2022 г., — 55,5% (Merians, Spiller et al., 2023).

Среди жертв природных катастроф (землетрясений, ураганов, наводнений) уровень ПТСР обычно ниже. Так, П. Паудель, А. Сах и А. Ханал выявили, что общая заболеваемость ПТСР после землетрясения в Непале в 2015 г. в среднем 22,6%, при этом частота его возникновения значительно варьировалась в зависимости от группы испытуемых и их социально-демографических, соматических, психических и других характеристик (Paudel, Sah, Khanal, 2025).

За последние годы значительно возросло количество эмпирических исследований, которые способствуют глубокому пониманию механизмов возникновения, факторов риска, особенностей клинического проявления ПТСР, а также

позволяют оценить эффективность того или иного метода или психотерапевтического подхода (Богачев, Ермакова, 2024; Никишина и др., 2025; Слабинский и др., 2018; Davis et al., 2019; Fung et al., 2022; Keles et al., 2023; Polusny et al., 2015; Rasines-Laudes, Serrano-Pintado, 2023). Важность таких исследований обусловлена необходимостью выделения наиболее результативных, научно обоснованных методов диагностики и терапии, а также стремлением к профилактике негативных последствий травматического опыта.

Эмпирические исследования ПТСР

В современной научной литературе представлено множество работ, посвященных эмпирическому исследованию различных аспектов посттравматического расстройства. Так, активно исследуется эффективность таких методов терапии ПТСР, как когнитивно-бихевиоральная терапия (КБТ), экспозиционная терапия, снижение стресса на основе осознанности (MBSR), EMDR (терапия десенсибилизации и переработки движениями глаз) и др.

Когнитивно-бихевиоральная терапия была предметом обширного мета-анализа, проведенного Р. Брэдли с соавторами, включавшего данные 35 рандомизированных исследований с общим числом участников более 2000 человек (Bradley et al., 2005). Анализ показал, что КБТ обеспечивает значительное уменьшение ключевых симптомов ПТСР — флэшбеков, тревоги, депрессии и избегания. Эффекты терапии оставались стабильными при последующих измерениях спустя 3–12 месяцев. Л. Аллен с соавторами провела качественное исследование, чтобы изучить опыт лечения детей и молодых людей с симптомами ПТСР при оценке эффективности КБТ (Allen et al., 2025). Беседы на ключевые темы показали положительную динамику в осмыслении испытуемыми своих травматических переживаний.

В последние годы значительно вырос интерес к применению МБИ (*mind-body interventions*) — вмешательств, направленных на разум и тело. Исследования демонстрируют, что МБИ положительно влияет на эмоциональную регуляцию, уменьшает уровень тревожности и депрессивных симптомов, а также улучшает общее качество жизни пациентов с ПТСР. Механизмы действия этих методов связывают с повышением осознанности телесных ощущений и эмоциональных состояний, что способствует ослаблению реакции на травматические воспоминания и снижению когнитивного вовлечения в травматические мысли.

К примеру, М.А. Полусный с соавторами сравнивали эффективность MBSR (снижение стресса на основе осознанности) и традиционной терапевтической поддержки у 116 ветеранов (Polusny et al., 2015). Результаты показали, что MBSR привела к более значительному снижению симптомов ПТСР, однако эффект был менее выражен, чем у стандартных методов КБТ и экспозиционной терапии, что подчеркивает необходимость комплексного подхода и дальнейших исследований.

Другое мультицентровое РКИ, проведенное Л.Л. Дэвис, К. Уэтселл, М.Б. Хаммер и др., включало 214 ветеранов и также сравнивало MBSR с PCGT (*present-centered group therapy* — групповая терапия, ориентированная на настоящее) (Davis et al., 2019). Обе группы показали улучшения по шкале CAPS, но группа MBSR продемонстрировала более значительное снижение симптомов по шкале PCL на 9-й неделе, хотя это различие не сохранялось к 16-й неделе.

Мета-анализ 2023 г., включающий 18 рандомизированных контролируемых исследований с участием 1213 человек, выявил малые, но статистически значимые эффекты в снижении симптомов ПТСР, тревоги и депрессии как сразу после терапии EMDR, так и на этапе поддерживающего наблюдения (Rasines-Laudes, Serrano-Pintado, 2023). Важным фактором успеха оказались такие параметры, как продолжительность и количество сеансов, а также опыт терапевта. Аналогичные выводы содержатся в более раннем мета-анализе 2020 г., где EMDR продемонстрировала умеренный эффект, сопоставимый с другими эффективными психотерапевтическими методами, при этом отмечалась высокая гетерогенность включенных исследований (Cuijpers et al., 2020). С.Р. Белли, М. Хауэлл и др. в ходе своего исследования не выявили значимых различий в эффективности применения техник КБТ и EMDR (Stefano, Belli, 2025).

В ряде исследований проводится анализ связи между симптомами ПТСР и депрессией (Fung et al., 2022; Keles et al., 2023). К примеру, исследование Х.В. Фунг, В.Т. Чие и др. на выборке из 410 человек, разделенных на три группы (без ПТСР, с ПТСР, с КПТСР) показало, что депрессивные симптомы наименее выражены в первой группе и наиболее — в третьей, наряду с соматоформными диссоциативными симптомами и пр.; симптомы ПТСР имеют прямую взаимосвязь с депрессивными симптомами (Fung et al., 2022). Кроме того, авторы подчеркивают вероятность того, что значительная группа людей с депрессией может страдать от ее симптомов из-за травмы или ее последствий.

Еще одним мало изученным направлением эмпирических исследований ПТСР является изучение особенностей временной перспективы у людей с посттравматическим стрессовым расстройством (Никишина и др., 2024, 2025; Слабинский и др., 2018; Măirean, Diaconu-Gherasim, 2022; Saltzman, Terzis, 2024). Это направление касается исследований опыта пребывания в условиях психотравмирующего события, что неизбежно приводит к изменениям временной перспективы, видения и восприятия прошлого, настоящего и будущего, способности управлять временем. Так, среди работ последних лет можно выделить исследование Б.В. Никишиной, Е.А. Петраш, Н.Ю. Юниной-Панкуловой и И.А. Кучерявенко, которые полагают, что терапия при ПТСР должна быть направлена в том числе и на коррекцию временной перспективы индивида (Никишина и др., 2025). В ходе своего эмпирического исследования авторы выявили, что у испытуемых — участников боевых действий — наблюдается снижение размеров прошлого, настоящего и будущего; объема событийного пространства, отсутствие или сниженная синхронизация положительного и отрицательного векторов событийной направленности, то есть преобладание в памяти событий негативного характера; системообразующая роль травмирующего события и т.д.

В другом исследовании было установлено, что у мужчин, находящихся в процессе подготовки к протезированию в связи с ампутацией конечности из-за получения ранения в боевых действиях, временная перспектива ориентирована в основном на будущее и позитивное прошлое, которое определяется периодом до начала участия в боевых действиях (Никишина и др., 2024). Отмечается значимое сужение событийного пространства вокруг событий с посттравматическими последствиями, нарушающими временную перспективу; фиксация на травматическом событии; фатализм настоящего. Это подтверждает результаты более раннего исследования В.Ю. Слабинского, Н.М. Воищева и др., которые при сравнении особенностей временной перспективы людей с ПТСР и без него, выявили, что первые определяют настоящее как «фаталистическое», то есть испытуемые считают, что не могут контролировать свою жизнь, все события не зависят от их воли; а прошлое определяют как «негативное» из-за фиксации на прошлом травмирующем опыте (Слабинский и др., 2018).

Исследования зарубежных ученых подтверждают эти результаты. Так, К. Мэрян и Л.Р. Диакону-Герасим (Măirean, Diaconu-Gherasim, 2022),

Л.Ю. Зальцман и Л. Терзис (Saltzman, Terzis, 2024) отмечают, что ПТСР усиливает негативное восприятие прошлого, снижает гедонистическую ориентацию. Л.Ю. Зальцман и Л. Терзис добавляют, что показатель благополучия в результате преодоления травмы связан с будущим и более оптимистичными ориентирами.

Особенности качественных и количественных методов в изучении ПТСР

Анализ исследований, посвященных изучению ПТСР, показал, что количественные методы позволяют получать объективные, воспроизводимые данные, которые поддаются обработке с помощью различных статистических процедур, таких как корреляционный, регрессионный и факторный анализы. Подобные методы используются в исследованиях как отечественных, так и зарубежных авторов (Богачев, Ермакова, 2024; Никишина и др., 2025; Слабинский и др., 2018; Fung et al., 2022; Keles et al., 2023; Saltzman, Terzis, 2024). Эти методы дают возможность выявлять взаимосвязи между травматическим опытом и проявлениями ПТСР, определять значимые предикторы и выделять структурные компоненты симптоматики.

Однако количественные методы, несмотря на свою объективность, не всегда способны отразить субъективный и индивидуальный опыт переживания травмы, а также психологические механизмы совладания. В этом контексте важную роль играют качественные методы, такие как глубинные интервью и фокус-группы, направленные на исследование внутреннего опыта и смыслов, придаваемых травматическому событию. Среди таких исследований можно выделить работу Л. Аллен с соавторами (Allen et al., 2025).

Лонгитюдные исследования представляют собой еще один важный инструмент в изучении ПТСР, позволяющий отслеживать изменения в симптомах и стратегиях совладания на протяжении времени. Например, исследование Р.Х. Пьетшак с участием ветеранов боевых действий показало, что устойчивость социальной поддержки и участие в терапевтических программах существенно повышают вероятность успешной реабилитации (Pietrzak et al., 2010). В то же время повторное столкновение с триггерами и сопутствующие стрессоры могут вызвать рецидив симптомов, что демонстрирует необходимость персонализированного мониторинга и адаптации лечебных стратегий.

Отдельного внимания заслуживает работа У.Р. Рингвальд и др., в которой авторы предприняли попытку понять гетерогенность ПТСР, на про-

тяжении 20 лет изучая динамические, а не статические характеристики (Ringwald et al., 2025). В отличие от предыдущих лонгитюдных исследований ученые сосредоточились на исследовании индивидуальных различий в реактивности на стресс, возникновении стресса, стойкости симптомов и сохраняемости стресса. В выборку вошли 7308 человек, которые стали участниками событий 11 сентября 2001 г. и находились в тот день во Всемирном торговом центре. В результате исследования ученые выявили, что у людей с ПТСР его симптомы ухудшаются после серьезных стрессоров, а также что ухудшение симптомов приводит к возникновению большего количества стрессоров и зачастую требуются годы, чтобы нивелировать последствия обострения симптомов. Кроме того, более сильная реактивность на стресс связана с более выраженной стойкостью симптомов и сохранением стресса, но не его возникновением. Люди с высокой чувствительностью к стрессу склонны генерировать его, что может быть обусловлено дезадаптивными стратегиями совладания, а также имеют более стойкие и длительные симптомы ПТСР.

Таким образом, интеграция количественных, качественных и лонгитюдных методов обеспечивает более глубокое и комплексное понимание ПТСР. Количественные методы гарантируют объективность и системность данных, качественные — раскрывают субъективный опыт и смысловые аспекты, а лонгитюдные исследования показывают динамику и последствия травмы во времени.

Такой многомерный подход способствует разработке более точных диагностических критериев и эффективных вмешательств, учитывающих индивидуальные особенности пациентов и контекст их жизни. В перспективе дальнейшее развитие смешанных методологических стратегий и междисциплинарных исследований позволит повысить качество психотерапевтической помощи и улучшить качество жизни людей, переживших травматические события.

Заключение

Посттравматическое стрессовое расстройство представляет собой сложный феномен, требующий междисциплинарного подхода. Эмпирические исследования ПТСР охватывают широкий спектр методологических подходов, включая продольные когортные исследования, лонгитюдные исследования, опросы, анкетирования и т.д. Эти исследования используют разнообразные инструменты сбора данных, такие как структурированные клинические интервью (например, *Clinician-Administered PTSD Scale — CAPS*), самооценки (например, *PTSD Checklist — PCL*) и пр.

Полученные эмпирические данные позволяют углубить понимание этиопатогенеза ПТСР, выявляя социо-демографические и психологические факторы. Кроме того, эмпирические исследования способствуют разработке и совершенствованию методов диагностики и лечения ПТСР, оценивая эффективность различных терапевтических интервенций, включая психотерапевтические методы (например, когнитивно-поведенческая терапия, экспозиционная терапия).

Будущие исследования должны быть направлены на уточнение моделей патогенеза ПТСР, учитывая взаимодействие биологических, психологических и социальных факторов. Необходимо больше внимания уделять изучению гетерогенности ПТСР, разрабатывая более персонализированные подходы к лечению, основанные на индивидуальных особенностях пациентов. Важным направлением является дальнейшее изучение долгосрочных последствий ПТСР и разработка эффективных стратегий профилактики, ориентированных на раннюю идентификацию лиц с высоким риском развития ПТСР и на предоставление своевременной психологической поддержки. Многоуровневый подход, учитывающий как индивидуальные особенности, так и социальный контекст является необходимым условием для успешного прогресса в понимании и лечении ПТСР.

Литература:

1. Богачев А.М., Ермакова Н.Г. Фактор распространённости посттравматических стрессовых расстройств среди студентов г. Мариуполя // Психология и психотехник. 2024. № 2. С. 1–12.
2. Идрисов К.А. ПТСР в условиях длительной чрезвычайной ситуации: клинко-эпидемиологические и динамические аспекты // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. 2011. № 7. С. 21–34.
3. Никишина В.Б., Петраш Е.А., Юнина-Пакулова Н.Ю., Лукьянов Е.С. Структура временной перспективы участников боевых действий с ампутацией конечностей // Вестник Российского государственного медицинского университета. 2024. № 4. С. 64–71.
4. Никишина В.Б., Петраш Е.А., Юнина-Пакулова Н.Ю., Кучерявенко И.А. Терагностический потенциал методики событийной реконструкции временной перспективы участников боевых действий

- с проявлениями посттравматического стрессового расстройства // Клиническая и специальная психология. 2025. № 14(1). С. 152–168
5. Слабинский В.Ю., Воищева Н.М., Чехлатый Е.И., Подсадный С.А. Профессиональное выгорание и восприятие времени при посттравматическом стрессовом расстройстве // Экология человека. 2018. № 2. С. 45–50.
 6. Allen L., Fox A., Copello A., Meiser-Stedman R., Morant N. A qualitative study exploring children and young people's experiences of cognitive therapy for PTSD delivered within the context of a randomised controlled trial // *Clinical Psychology & Psychotherapy*. 2025. № 98(1). С. 74–89.
 7. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.
 8. Bradley R., Greene J., Russ E., Dutra L., Westen D. A multidimensional meta-analysis of psychotherapy for PTSD // *American Journal of Psychiatry*. 2005. № 162(2). P. 214–227.
 9. Cuijpers P., Veen S.C.V., Sijbrandij M. et al. Eye movement desensitization and reprocessing for mental health problems: a systematic review and meta-analysis // *Cognitive behavioral therapy*. 2020. № 49(3). P. 165–180.
 10. Davis L.L., Whetsell C., Hamner M.B. et al. A Multisite Randomized Controlled Trial of Mindfulness-Based Stress Reduction in the Treatment of Posttraumatic Stress Disorder // *Psychiatric Research and Clinical Practice*. 2019. № 1(2). P. 39–48.
 11. Fung H.W., Chien W.T., Lam S.K.K., Ross C.A. Investigating post-traumatic stress disorder (PTSD) and complex PTSD among people with self-reported depressive symptoms // *Frontiers in Psychiatry*. 2022. № 13. P. 1–12.
 12. Keles A., Karayagmurlu A., Yetkin E. et al. Development of posttraumatic stress disorder and depression after open globe injury in adults // *Graefe's Archive for Clinical and Experimental Ophthalmology*. 2023. № 261(1). P. 257–262.
 13. Măirean C., Diaconu-Gherasim L.R. The relation between time perspective and posttraumatic stress symptoms: The mediating role of traffic locus of control // *Personality and Individual Differences*. 2022. V. 192. Art. 111586.
 14. Merians A.N., Spiller T., Harpaz-Rotem I., Krystal J.H., et al. Post-traumatic Stress Disorder // *Medical Clinics of North America*. 2023. V. 107. № 1. P. 85–99.
 15. Paudel P., Sah A., Khanal A. Posttraumatic stress disorder and associated factors in the aftermath of the 2015 earthquake in Nepal: A systematic review and meta-analysis // *PLoS One*. 2025. № 20(2). Art. e0310233.
 16. Pietrzak R.H., Johnson D.C., Goldstein M.B. et al. Psychological resilience and postdeployment social support protect against traumatic stress and depressive symptoms in soldiers returning from Operations Enduring Freedom and Iraqi Freedom // *Journal of Psychiatric Research*. 2010. № 44(12). P. 834–842.
 17. Polusny M.A., Erbes C.R., Thuras P. et al. Mindfulness-Based Stress Reduction for Posttraumatic Stress Disorder among Veterans: A Randomized Clinical Trial // *JAMA*. 2015. № 314(5). P. 456–465.
 18. Rasines-Laudes P., Serrano-Pintado I. Efficacy of EMDR in post-traumatic stress disorder: A systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials // *Psicothema*. 2023. № 35(4). P. 385–396.
 19. Ringwald W.R., Feltman S., Cloutson S. et al. Stress dynamics that maintain posttraumatic stress disorder across 20 years // *Psychological Medicine*. 2025. № 55. Art. e151.
 20. Ryn Z. The evolution of mental disturbances in the concentration camp syndrome (KZ-syndrom) // *GenetSocGenPsycholMonogr*. 1990. № 116(1). P. 21–36.
 21. Saltzman L.Y., Terzis L. Psychological predictors of the time perspective: The role of posttraumatic stress disorder, post-traumatic growth, and temporal triggers in a sample of bereaved adults // *PLoS ONE*. 2024. № 19(3). Art. e0298445.
 22. Stefano R., Belli M.H., Silvia N.G., Sim A. Evaluating the effectiveness of tfCBT and EMDR interventions for PTSD in an NHS Talking Therapies service // *The Cognitive Behaviour Therapist*. 2025. V. 18(e6). P. 1–15.

POST-TRAUMATIC STRESS AS A SUBJECT OF EMPIRICAL RESEARCH

© Svetlana V. Kolobova

Senior lecturer, Mariupol State University (Kuindzhi Moscow State University), Mariupol, Russia
prgaga@mail.ru; ORCID: 0000-0002-8518-8799

Post-traumatic stress disorder (PTSD) is a mental disorder that results from experiencing or witnessing traumatic events. In recent decades, PTSD has become the object of intensive empirical research, due to its significant impact on people's quality of life and functioning. PTSD is of particular interest from

the point of view of its prevention — not all people who have experienced a traumatic event develop this disorder. The purpose of the article is to consider PTSD as a subject of empirical research, to study the most significant works of recent years devoted to evaluating the effectiveness of therapies for this disorder, factors of successful rehabilitation, features of the time perspective in people with PTSD, etc. It is shown that in the framework of such studies, scientists use a variety of methodological approaches, including quantitative and qualitative methods, to better understand the mechanisms of PTSD formation and its impact on individual and public health. These studies help to identify not only the risk factors contributing to the development of PTSD, but also the protective mechanisms, as well as the effectiveness of various therapeutic interventions. Empirical evidence plays a key role in improving the diagnosis and treatment of PTSD, as well as in developing recommendations for mental health professionals.

Keywords: PTSD, depression, traumatic event, anxiety, flashbacks, cognitive behavioral therapy, EMDR

REFERENCES

1. *Bogachev A.M., Ermakova N.G.* (2024). The factor of prevalence of post-traumatic stress disorders among students of Mariupol // *Psychology and Psychotechnics*. № 2. P. 1–12. (In Russ.)
2. *Idrisov K.A.* (2011). PTSD in conditions of prolonged emergency: clinical-epidemiological and dynamic aspects // *Bulletin of Psychiatry and Psychology of Chuvashia*. № 7. P. 21–34. (In Russ.)
3. *Nikishina V.B., Petrash E.A., Yunina-Pakulova N. Yu., Lukyanov E.S.* (2024). The structure of time perspective of combatants with limb amputation // *Bulletin of Russian State Medical University*. № 4. P. 64–71. (In Russ.)
4. *Nikishina V.B., Petrash E.A., Yunina-Pakulova N. Yu., Kucheryavenko I.A.* (2025). Theragnostic potential of event reconstruction method of time perspective in combatants with manifestations of PTSD // *Clinical and Special Psychology*. № 14(1). P. 152–168. (In Russ.)
5. *Slabinskiy V. Yu., Voishcheva N.M., Chekhlatyy E.I., Podsadnyy S.A.* (2018). Professional burnout and time perception in PTSD // *Human Ecology*. № 2. P. 45–50. (In Russ.)
6. *Allen L., Fox A., Copello A., Meiser-Stedman R., Morant N.* (2025). A qualitative study exploring children and young people's experiences of cognitive therapy for PTSD delivered within the context of a randomised controlled trial // *Clinical Psychology & Psychotherapy*. № 98(1). P. 74–89.
7. American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.
8. *Bradley R., Greene J., Russ E., Dutra L., Westen D.* (2005). A multidimensional meta-analysis of psychotherapy for PTSD // *American Journal of Psychiatry*. № 162(2). P. 214–227.
9. *Cuijpers P., Veen S.C.V., Sijbrandij M. et al.* (2020). Eye movement desensitization and reprocessing for mental health problems: a systematic review and meta-analysis // *Cognitive behavioral therapy*. № 49(3). P. 165–180.
10. *Davis L.L., Whetsell C., Hamner M.B. et al.* (2019). A Multisite Randomized Controlled Trial of Mindfulness-Based Stress Reduction in the Treatment of Posttraumatic Stress Disorder // *Psychiatric Research and Clinical Practice*. № 1(2). P. 39–48.
11. *Fung H.W., Chien W.T., Lam S.K.K., Ross C.A.* (2022). Investigating post-traumatic stress disorder (PTSD) and complex PTSD among people with self-reported depressive symptoms // *Frontiers in Psychiatry*. № 13. P. 1–12.
12. *Keles A., Karayagmurlu A., Yetkin E. et al.* (2023). Development of posttraumatic stress disorder and depression after open globe injury in adults // *Graefe's Archive for Clinical and Experimental Ophthalmology*. № 261(1). P. 257–262.
13. *Măirean C., Diaconu-Gherasim L.R.* (2022). The relation between time perspective and posttraumatic stress symptoms: The mediating role of traffic locus of control // *Personality and Individual Differences*. V. 192. Art. 111586.
14. *Merians A.N., Spiller T., Harpaz-Rotem I., Krystal J.H., et al.* (2023). Post-traumatic Stress Disorder // *Medical Clinics of North America*. V. 107. № 1. P. 85–99.
15. *Paudel P., Sah A., Khanal A.* (2025). Posttraumatic stress disorder and associated factors in the aftermath of the 2015 earthquake in Nepal: A systematic review and meta-analysis // *PLoS One*. № 20(2). Art. e0310233.
16. *Pietrzak R.H., Johnson D.C., Goldstein M.B. et al.* (2010). Psychological resilience and postdeployment social support protect against traumatic stress and depressive symptoms in soldiers returning from Operations Enduring Freedom and Iraqi Freedom // *Journal of Psychiatric Research*. № 44(12). P. 834–842.

17. *Polusny M.A., Erbes C.R., Thuras P. et al.* (2015). Mindfulness-Based Stress Reduction for Posttraumatic Stress Disorder among Veterans: A Randomized Clinical Trial // *JAMA*. № 314(5). P. 456–465.
18. *Rasines-Laudes P., Serrano-Pintado I.* (2023). Efficacy of EMDR in post-traumatic stress disorder: A systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials // *Psicothema*. № 35(4). P. 385–396.
19. *Ringwald W.R., Feltman S., Cloutson S. et al.* (2025). Stress dynamics that maintain posttraumatic stress disorder across 20 years // *Psychological Medicine*. № 55. Art. e151.
20. *Ryn Z.* (1990). The evolution of mental disturbances in the concentration camp syndrome (KZ-syndrom) // *GenetSocGenPsycholMonogr*. № 116 (1). P. 21–36.
21. *Saltzman L. Y., Terzis L.* (2024). Psychological predictors of the time perspective: The role of posttraumatic stress disorder, posttraumatic growth, and temporal triggers in a sample of bereaved adults // *PLoS ONE*. № 19(3). Art. e0298445.
22. *Stefano R., Belli M.H., Silvia N.G., Sim A.* (2025). Evaluating the effectiveness of tfCBT and EMDR interventions for PTSD in an NHS Talking Therapies service // *The Cognitive Behaviour Therapist*. V. 18(e6). P. 1–15.

ПСИХОДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ПРОГНОЗ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО СТРЕССОВОГО РАССТРОЙСТВА У ЛИЦ С БОЕВОЙ ТРАВМОЙ

© Ковшова О.С.

Доктор медицинских наук, профессор кафедры общей и клинической психологии Института
социально-гуманитарного и цифрового развития медицины, Самарского государственного
медицинского университета Минздрава России, Самара, Россия
Ol1955ga@yandex.ru; ORCID: 0000-0002-6455-2555

В статье представлены результаты исследования значимых психологических факторов в развитии посттравматических стрессовых расстройств (ПТСР) у ветеранов боевых действий, переживших острый и хронический стресс. Установлено, что в развитии ПТСР определяется самозащитный, импунитивный тип эмоционального реагирования, который имеет неадаптивные психологические характеристики, согласно нормативному стандарту Н.В. Тарабриной. В исследовании получен психодиагностический алгоритм прогноза в математической регрессионной модели. Коэффициент прогноза равен сумме двух достоверно значимых факторов ($p < 0,001$): фактор 1 — «уровень переработки агрессии» (E/e) и фактор 2 — «сумма необходимо-упорствующих реакций» ($\sum NP$), при $K \geq 60$ баллов делается положительный прогноз развития ПТСР в 80% случаев. Психодиагностический алгоритм прогноза ПТСР может использоваться в ранней психодиагностике и клиничко-психологической реабилитации лиц с ПТСР.

Ключевые слова: посттравматическое стрессовое расстройство, клиничко-психологическая реабилитация, психодиагностический алгоритм, регрессионный анализ, ветераны боевых действий

Введение

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) является стресс-ассоциированным психическим расстройством, после воздействия мощного психотравмирующего фактора, который в большинстве случаев несет в себе угрозу жизни или благополучию человека. В современных условиях актуально и практически значимо раннее выявление ПТСР в процессе медико-психологической помощи лицам, участвующим в боевых действиях, а также в активном выявлении и предупреждении эмоциональных и поведенческих нарушений психологического здоровья населения (Дереча, Дереча, 2023; Васильева, Караева, Радионов, 2023).

Психологическая травма, связанная со стрессом, полученным при участии в боевых действиях, является одним из основных внутренних барьеров в адаптации военнослужащих к мирной жизни и становится преградой на пути личностного и профессионального роста. В комплексном клиничко-психологическом исследовании ПТСР у лиц, перенесших острый и хронический стресс, медицинские психологи, согласно методическим рекомендациям, используют «Миссисипскую шкалу посттравматического стрессового расстройства» (Семенова и др., 2022).

По мнению Н.В. Тарабриной большинство методов диагностики психологических компонентов ПТСР — это опросники (Тарабрина, 2001), поэтому в нашем исследовании, мы посчитали необходимым использование проективного метода рисуночных ассоциаций С. Розенцвейга в модификации Н.В. Тарабриной.

Симптомы ПТСР могут проявляться по-разному, возникая обычно в течение шести месяцев от стрессового воздействия (Мищенко, 2023). При латентном течении ПТСР нет четких границ между компенсаторными и патологическими процессами в ЦНС, однако, по мере усложнения симптоматики или прогрессирования патологического процесса, клинические проявления становятся более заметными и выраженными (Нагдалян, 2023; Резник и др., 2020; Решетников, 2023).

Исследование стрессовых реакций у военнослужащих является актуальным в современных условиях, так как военные конфликты и террористические акты становятся все более распространенными по всему миру. Военнослужащие, которые участвуют в таких операциях, подвергаются серьезным физическим и эмоциональным нагрузкам, которые могут привести к психической дезадаптации (Ройтер, 2021; Сапольски, 2022).

При ПТСР нарушения эмоциональной регуляции и поведения в ситуации фрустрации ухудшают социальное функционирование, что доказывает необходимость ранней диагностики и прогноза ПТСР для своевременной психологической коррекции эмоциональных и поведенческих нарушений с целью повышения социально-психологической адаптации военнослужащих к мирной жизни (Тарабрина, 2019; Ben et al., 2018; Elshansky et al., 2018).

Программа исследования

Этапы исследования. Исследование проводилось на базе Самарского областного клинического госпиталя для ветеранов войн имени О.Г. Яковлева в 2024 году. Процедура исследования включала в себя ряд этапов:

1. Составление психодиагностической «батареи», отвечающей цели исследования;
2. Формирование репрезентативной выборки, включающей ветеранов боевых действий, находившихся в Самарском областном клиническом госпитале для ветеранов войн имени О.Г. Яковлева;
3. Проведение экспериментального исследования;
4. Обработка полученных результатов, их анализ и формулировка выводов.

Выборка. Всего в исследовании приняло участие 40 мужчин в возрасте 45 ± 15 лет. На основании анализа врачебных заключений из стационарных и амбулаторных карт были сформированы две группы мужчин. Критерием разделения на группы была клинико-психологическая характеристика пациентов и время участия в боевых действиях. Исследование носило анонимный характер и проводилось в свободное от лечебных процедур и приема врача время в первой половине дня.

Первая группа мужчин — участники специальной военной операции (2022–2023 гг.) — 20 человек (18 добровольцев и 2 мобилизованных) в возрасте 45 ± 15 лет, с острыми пост-стрессовыми реакциями. В данной группе были распространены жалобы на головную боль, головокружения, шум в голове, нарушения сна. Исследуемые жалуются на беспокойный сон, с частыми пробуждениями, у некоторых присутствует страх засыпания, у всех сны с военной тематикой. Исследуемые данной группы охотно шли на контакт, который поддерживался в течение всего обследования, проявляли интерес к исследованию, давали положительную обратную связь. Признаки установочного поведения отсутствовали. Свободно рассказывали о подробностях несения службы, переживаниях.

Диагноз верифицирован в стационаре по МКБ-10: M42.1 — Распространенный остеохондроз

G93.4 — Энцефалопатия неуточненная

T90.8 — Последствия других уточненных травм головы

M50.8 — Другие поражения межпозвоночного диска шейного отдела

Вторая группа мужчин — участники Афганской войны (1998–2000 гг.) — 20 человек, в возрасте 50 ± 15 лет, принимавшие участие в боевых действиях, на момент исследования были мобилизованы. В этой группе отмечались хронические пост-стрессовые реакции. Жалобы сопровождали соматические заболевания и наблюдались: боли в поясничном отделе позвоночника, боли в грудном отделе позвоночника, колебания артериального давления, боли в суставах. Исследуемые данной группы не охотно шли на контакт. Были случаи отказа продолжать исследования на определенном этапе. Во время исследования практически все участники отказывались рассказывать подробности несения службы. Фиксировались следующие фразы: «А вам это зачем?»; «Давайте, о чем не будь другом»; «Я не готов общаться на эту тему». В результате психологической работы был сформирован контакт и доверительные отношения.

Диагноз верифицирован в стационаре по МКБ-10:

M42.1 — Остеохондроз позвоночника

M51.0 — Поражения межпозвоночных дисков других отделов

T90.8 — Последствия других уточненных травм головы

I25.8 — Другие формы хронической ишемической болезни сердца

G57.0 — Защемление седалищного нерва

Методы исследования. В процессе исследования использовались наблюдение и клиническая беседа, а также диагностические методики: тест-опросник Шмишека–Леонгарда — методика определения акцентуации характера и темперамента личности; госпитальная шкала тревоги и депрессии (*Hospital anxiety and depression scale — HADS*); тест рисуночных ассоциаций С. Розенцвейга в модификации Н.В. Тарабриной; миссисипская шкала для оценки посттравматических реакций (*Mississippi Scale for PTSD*).

Статистическая обработка данных проводилась в программе SPSS-2022.

Цель исследования: выявить значимые психологические факторы в развитии посттравматических стрессовых расстройств, дающие прогноз ПТСР, у ветеранов боевых действий.

Гипотеза исследования. Развитие ПТСР, нарушений эмоциональной регуляции и поведения

в ситуации фрустрации может ухудшить социальное функционирование личности, что показывает необходимость своевременной диагностики и прогноза ПТСР для коррекции эмоциональных и поведенческих нарушений, повышения социально-психологической адаптации лиц, перенесших острый и хронический стресс.

На основании анализа врачебных заключений, стационарных и амбулаторных карт в двух группах, было проведено клинико-психологическое сопровождение с психологической диагностикой прогноза ПТСР и выявлением мишеней психологической коррекции эмоциональных и поведенческих нарушений у данного контингента.

Результаты исследования

В характерологическом портрете личности мужчин группы 1, имеющих практический опыт современных боевых действий преобладает смешанное

эмоциональное реагирование по демонстративно-возбудимому типу. У мужчин 2-й группы характерологический портрет личности отличается от мужчин 1-й группы, у которых преобладает смешанное эмотивно-застравающее эмоциональное реагирование.

Сравнение показателей типа и направления эмоционального реагирования и групповой адаптации в исследуемых группах проводилось по методике «Рисуночных ассоциаций С. Розенцвейга» в модификации по Н.В. Тарабриной. Были выявлены достоверно значимые различия в двух группах сравнения по направленности реакций (табл. 1).

У мужчин первой группы сравнения преобладают импунитивные реакции ($\Sigma M = 11,5$, $p < 0,05$). Исследуемые рассматривают фрустрирующую ситуацию как нечто незначительное или неизбежное, преодолимое со временем, обвинение окружающих или самого себя отсутствует.

Таблица 1. Показатели типа и направления эмоционального реагирования, групповой адаптации в группах сравнения (средние значения)

Показатели	Группа №1	Группа №2	U-критерия Манна-Уитни	p
ΣE	7,2	8,45	138,5	$>0,05$
ΣI	5,7	6,6	128	$<0,05^*$
ΣM	11,5	8,75	93	$<0,05^*$
ΣOD	8,3	7,15	153,5	$>0,05$
ΣED	9,3	10,1	178,5	$>0,05$
ΣNP	6,8	6,6	184,5	$>0,05$
GCR	38,9	51,55	104,5	$<0,05^*$

Примечание: * $p < 0,05$

У мужчин второй группы значимо преобладают интропунитивные реакции ($\Sigma I = 6,6$; $p < 0,05$). Реакция направлена на самого себя, с принятием вины или же ответственности за исправление возникшей ситуации, фрустрирующая ситуация не подлежит осуждению. Исследуемые принимают фрустрирующую ситуацию как благоприятную для себя.

У мужчин первой группы выявлены достоверно значимые показатели по сравнению с мужчинами второй группы по таким шкалам, как:

- «Баланс агрессивности» ($\Sigma E/\Sigma I = 1,4$; 1,38), «Уровень переработки агрессии» ($E/e = 2$; 1,63) остаются в пределах нормативного значения во всех исследуемых группах.

- «Баланс агрессивности» ($\Sigma E/\Sigma I = 1,4$; 1,38), «Уровень переработки агрессии» у мужчин 1-й группы выше нормативного стандарта ($E/e = 2$); у мужчин 2-й группы в пределах нормативного значения ($E/e = 2$; 1,63).

- «Степень агрессивности, направленной вовне» ($\Sigma E/\Sigma M = 0,7$; 1,1) у первой группы значимо ниже, чем во второй. Это говорит о низком уровне агрессии, направленной во вне.

- «Степень самостоятельности разрешения конфликтов» ($i/e = 1$; 1,008) в обеих группах в пределах нормы.

Значимые различия были получены по показателю «степень социальной адаптации» (GCR). При норме $>45\%$ у мужчин первой группы вы-

явлены достоверно значимые низкие показатели GCR (39%, $p < 0,05$) по сравнению с мужчинами второй группы (52%, $p < 0,05$), что говорит о сложности адаптации в послевоенной жизни, затруднении прогнозирования дальнейшей деятельности и своем месте в обществе.

Таким образом, самозащитный, импунитивный тип эмоционального реагирования — ($ED > OD > NP$) доминирует в обеих группах, что соответствует общепринятому стандарту для взрослых лиц по данным Н.В. Тарабриной (1978).

У мужчин — участников специальной военной операции (1 группа) в ситуации фрустра-

ции отмечена тенденция снижения экстрапунитивного самозащитного реагирования ($E = 3,2$; $ED = 9,3$ (38%) по сравнению с мужчинами, участвовавшими в Афганской войне (2 группа) ($E = 4,15$; $ED = 10,1$ (42%), $p < 0,05$), что снижает фрустрационную толерантность мужчин в обеих группах по сравнению со стандартом по Н.В. Тарабриной (1978).

В ситуации фрустрации значительно и достоверно повышен удельный вес импунитивных реакций $M(47\%) > I(30\%) > E(23\%)$ в обеих группах (рис. 1).

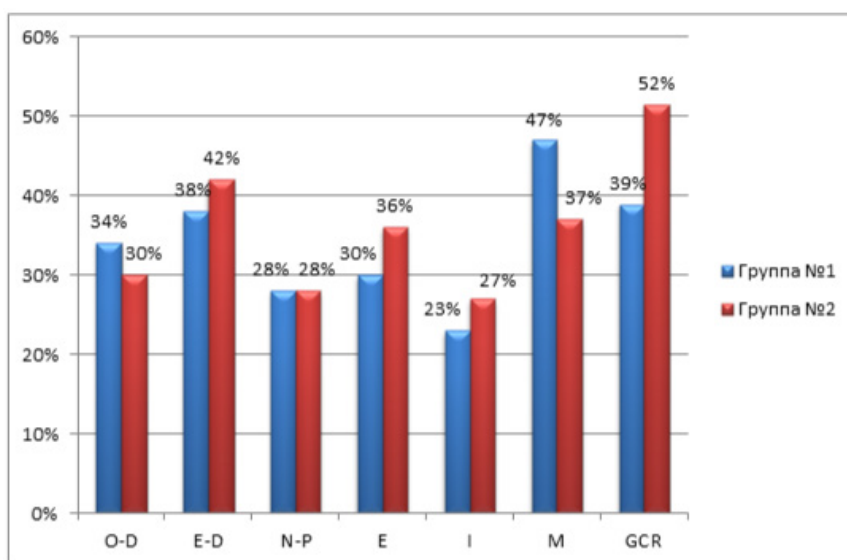


Рис. 1. Распределение показателей типов реакций, направлений и степени социальной адаптации теста «Рисуночных ассоциаций С. Розенцвейга» (%)

У мужчин в 1-й группе при самозащитном эмоциональном реагировании на фрустрацию отмечается достоверное повышение импунитивного реагирования в форме отрицания фрустрирующей ситуации (M), что свидетельствует о менее адаптивном типе эмоционального реагирования M» ($4,8 > M(3,8) > E(3,2)$), чем у мужчин 2-й группы, где на первом месте стоит экстрапунитивное реагирование (E), которое направлено во вне и поведенческий паттерн представлен как: $E(4,15) > M(3,25) > I(2,95)$.

Баланс агрессивности, направленный во вне ($\Sigma E / \Sigma M = 0,7$; 1,1), у первой группы значительно ниже, чем во второй. Это говорит о сдерживании агрессии, направленной во вне и, возможно, о внутриличностном конфликте, что повышает внутреннюю напряженность и снижает устойчивость к стрессу и групповую адаптацию ($GCR = 38,9\%$) у мужчин 1-й группы.

Таким образом, у мужчин ветеранов боевых действий в развитии посттравматических стрессовых реакций наименее благоприятной является 1 группа, имеющая самозащитный, импунитивный тип эмоционального реагирования, который имеет неадаптивные психологические характеристики, по нормативному стандарту по Н.В. Тарабриной: значительное повышение импунитивных реакций в 1,5 раза и снижение экстра- и интрапунитивного реагирования $ED(38\%) > OD(34\%) > NP(28\%)$, что свидетельствует о неудовлетворении потребности в самозащите, затруднении в преодолении конфликтных ситуаций, снижении фрустрационной толерантности и социальной адаптации ($GCR = 38,9\%$).

По результатам методики «Рисуночных ассоциаций С. Розенцвейга» (рис. 1) у мужчин второй группы были выявлены достоверно значимые различия по сравнению с мужчинами первой группы

по типу направленности реакций «I» ($2,95; p < 0,05$). У мужчин первой группы преобладают импунитивные реакции ($\Sigma M = 11,5; p < 0,05$). У мужчин второй группы значимо преобладают интропунитивные реакции ($\Sigma I = 6,6; p < 0,05$). «Степень агрессивности, направленной вовне» ($\Sigma E / \Sigma M = 0,7; 1,1$) в первой группе достоверно ниже, чем во вто-

рой. У мужчин 1-й группы выявлены достоверно значимые низкие показатели GCR ($39\%; p < 0,05$) по сравнению с мужчинами 2-й группы.

У мужчин первой группы были выявлены достоверно значимые различия по сравнению с мужчинами второй группы по шкалам тревоги ($6,8; p < 0,05$) и депрессии ($5,8; p < 0,05$) (рис. 2.)

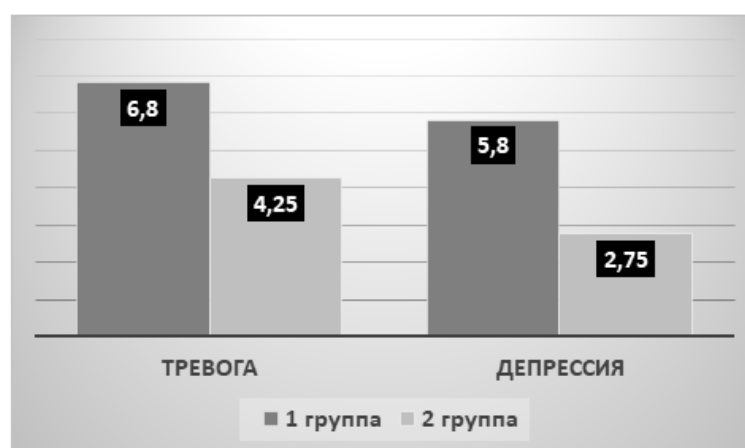


Рис. 2. Показатели тревоги и депрессии в исследуемых группах

По результатам сравнения значений «Миссисипской шкалы посттравматического стрессового расстройства» (табл. 2) выявлено, что показатель посттравматических стрессовых нарушений

(ПТСН) выше в 1-й группе ($70,2$ при $p < 0,05$), но он не достигает диагностических значений клинического варианта ПТСР.

Таблица 2. Результаты сравнения значений «Миссисипской шкалы посттравматического стрессового расстройства»

Группа №1	Группа №2	U-критерия Манна-Уитни	P
70,2	48,15	15,5	<0,05*

Примечание: * различия статистически значимы

При рассмотрении индивидуальных показателей обследуемых первой группы (участников СВО), у 7 из 20 человек были выявлены отдельные симптомы ПТСР, у 2-х пациентов — признаки клинического варианта ПТСР.

Анализ результатов

У мужчин первой группы корреляционный анализ выявил, что постстрессовые реакции имеют прямую значимую взаимосвязь с показателями: «Депрессия» ($r_s = 0,563; p < 0,001$), «Тревога» ($r_s = 0,587; p < 0,001$), Эго-защитным типом реакций на фрустрацию ($\Sigma ED, r_s = 0,451; p < 0,05$), уровнем переработки агрессии ($E/e, r_s = 0,568; p < 0,001$),

застравающим ($r_s = 0,461; p < 0,05$) и возбудимым ($r_s = 0,462; p < 0,05$) типом направления эмоционального реагирования.

Регрессионным анализом была получена математическая модель (К). Уровень прогноза посттравматических стрессовых расстройств — около 80% с высокой достоверностью ($p < 0,001$):

$$K_{птсн} = 83,59 + (5,6 \times F1) - (3,6 \times F2),$$

где, F1 — «переработка агрессии» (E/e);

F2 — сумма необходимо-упорствующих реакций (ΣNP).

Таблица 3. Взаимосвязи показателей эмоционального реагирования в ситуации фрустрации со значениями Миссисипской шкалы у мужчин в двух группах

Корреляционные взаимосвязи	Группа 1 (rs)	Группа 2 (rs)
E'	0,019	0,343
E	0,362	0,091
e	-0,360	-0,106
I'	-0,300	0,237
I	0,361	-0,056
i	-0,546*	-0,178
M'	0,363	-0,237
M	-0,050	0,263
m	0,067	-0,570**
ΣE	-0,132	0,280
ΣI	-0,445*	0,032
ΣM	0,299	-0,403
ΣOD	0,145	0,164
ΣED	0,451*	0,259
ΣNP	-0,635**	-0,490*
GCR	-0,590**	-0,382
$\Sigma E/\Sigma I$	0,209	0,212
$\Sigma E/\Sigma M$	-0,214	0,397
E/e	0,568**	0,166
i/e	-0,015	0,093
Тревога	,587**	,336
Депрессия	,563**	,345
Возбудимость	,462*	,104
Застревание	,461*	,099

Примечание: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

Психодиагностический алгоритм — показатель оценки прогноза ПТСР — позволяет делать прогноз с высокой точностью и достоверностью. При $K \geq 60$ баллов положительный прогноз развития ПТСР в 80% случаев, при $K = 40-60$ баллов — неустойчивый прогноз ПТСР.

Выводы

У мужчин ветеранов боевых действий на развитие посттравматических стрессовых нарушений оказывают высокое достоверно значимое влияние тревога и депрессия, особенно у ветеранов СВО.

У ветеранов боевых действий СВО регистрируется высокое достоверно значимое влияние «возбудимой» и «застревающей» акцентуации характера в характерологическом портрете личности.

В развитии посттравматических стрессовых реакций у ветеранов боевых действий СВО определены достоверно значимые факторы психической дезадаптации — формирование неадекватного эмоционального ответа на фрустрацию; снижение баланса агрессивности во вне, предрасположенность к психосоматическому реагированию; низкая фрустрационная толерантность и социальная адаптация.

Заключение

Психодиагностический алгоритм прогноза ПТСР, рассчитанный по математической регрессионной модели, по сравнению с опросником «Миссисипской шкалой диагностики ПТСР», с более высокой точностью и достоверностью дает положительный прогноз развития ПТСР в 80%

случаев, что может быть использовано в клинико-психологической реабилитации лиц, переживших острый и хронический стресс в условиях боевых действий.

Данное исследование подтверждает предположение Н.В. Тарабриной (2001) о большей значимости использования проективных методов, по сравнению с опросниками в диагностике ПТСР.

Литература:

1. Дереча В.А., Дереча Г.И. Психогенные переживания и расстройства. М.: Юрайт, 2023.
2. Васильева А.В., Караваева Т.А., Радионов Д.С., Старунская Д.А. Алгоритм диагностики посттравматического стрессового расстройства. // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. 2023; 57:1:83–95. <http://doi.org/10.31363/2313-7053-2023-741>
3. Мищенко Л.В. Психическая травма. Социально-психологическое сопровождение и предотвращение рецидивов. М.: Юрайт, 2023.
4. Нагдалян М.К. Посттравматическое стрессовое расстройство и временная перспектива // Регион и мир. 2023. № 3(46). С. 124–127.
5. Резник А.М., Сюняков Т.С., Щербakov Д.В., Мартынюк Ю.Л. Психотические расстройства у ветеранов локальных войн // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. Спецвыпуск. 2020. Т. 120. № 6. Вып. 2. С. 31–36.
6. Решетников М.М. Психическая травма. М.: Юрайт, 2023.
7. Ройтер К. Диалектическая поведенческая терапия ПТСР. Тренинг навыков. Практические упражнения для преодоления травмы и посттравматического стрессового расстройства. М.: Диалектика-Вильямс, 2021.
8. Сапольски Р. Психология стресса. СПб: Питер, 2022.
9. Семенова Н.В., Гончаренко А.Ю., Ляшковская С.В., Попов М.Ю., Шамрей В.К., Курасов Е.С., Марченко А.А., Незнанов Н.Г. Организация оказания медицинской помощи лицам с посттравматическим стрессовым расстройством: методические рекомендации. СПб.: НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева, 2022.
10. Тарабрина Н.В. Экспериментально-психологическая методика изучения фрустрационных реакций. Методические рекомендации. Л., 1984.
11. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб. Питер, 2001.
12. Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса: теория и практика. М.: Институт психологии РАН, 2019.
13. Ben B.J., Hayes A.M. The structure of co-occurring PTSD and depression symptoms in a cohort of Marines pre- and post-deployment // Psychiatry research. 2018. V. 259. P. 442–449.
14. Elshansky S.P., Anufriev A.F., Polyakova O.B., Semenov D.V. Positive personal qualities and depression // Prensa Medica Argentina. 2018. № 104(6). Art.1000322.

PSYCHODIAGNOSTIC PROGNOSIS OF POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER IN PERSONS WITH COMBAT TRAUMA

© Olga S. Kovshova

Doctor of Medical Sciences, Professor of the Department of General and Clinical Psychology, Institute of Social, Humanitarian and Digital Development of Medicine, Samara State Medical University, Ministry of Health of the Russian Federation, Samara, Russia
O11955ga@yandex.ru; ORCID: 0000-0002-6455-2555

The article presents the results of a study of significant psychological factors in the development of post-traumatic stress disorder (PTSD) in combat veterans who have experienced acute and chronic stress. It has been established that the development of PTSD is determined by a self-defensive, impulsive type of emotional response, which has non-adaptive psychological characteristics, according to the normative standard of N.V. Tarabrina (1973). The study obtained a psychodiagnostic prognosis algorithm in a mathematical regression model. The prognosis coefficient is equal to the sum of two reliably significant factors ($p < 0.001$): factor 1 — «level of aggression processing» (E/e) and factor 2 — «sum of necessary-persistent reactions»

(ΣNP), with $K \geq 60$ points, a positive prognosis is made for the development of PTSD in 80% of cases. The psychodiagnostic algorithm for prognosticating PTSD can be used in early psychodiagnostics and clinical and psychological rehabilitation of individuals with PTSD.

Keywords: Post-traumatic stress disorder, clinical and psychological rehabilitation, psychodiagnostic algorithm, regression analysis, combat veterans

REFERENCES

1. *Derecha V.A., Derecha G.I.* (2023). Psychogenic experiences and disorders. Moscow: Yurait.
2. *Melnikova E. V.* (2022). The impact of stressful situations on human health // Bulletin of the Magistracy. № 4. P. 120–138.
3. *Mishchenko L. V.* (2023). Mental trauma. Social and psychological support and prevention of relapses. Moscow: Yurait.
4. *Nagdalyan M.K.* (2023). Post-traumatic stress disorder and time perspective // Region and the world. № 3(46). P. 124–127.
5. *Reznik A.M., Sunyakov T.S., Shcherbakov D.V., Martynyuk Yu.L.* (2020). Psychotic disorders in veterans of local wars // S.S. Korsakov Journal of Neurology and Psychiatry. Special issue. V. 120. № 6. Issue 2. P. 31–36.
6. *Reshetnikov M.M.* (2023). Mental trauma. Moscow: Yurait.
7. *Reuter K.* (2021). Dialectical behavioral therapy of PTSD. Skills training. Practical exercises for overcoming trauma and post-traumatic stress disorder. Moscow: Dialectics-Williams.
8. *Sapolsky R.* (2022). Psychology of stress. SPb: Piter.
9. *Semenova N.V., Goncharenko A. Yu., Lyashkovskaya S.V., Popov M. Yu., Shamrey V.K., Kurasov E.S., Marchenko A.A., Neznanov N.G.* (2022). Organization of medical care for people with post-traumatic stress disorder: guidelines. SPb: Bekhterev National Medical Research Center for PN.
10. *Tarabrina N. V.* (1984). Experimental-psychological methods of studying frustration reactions. Methodical recommendations. Leningrad.
11. *Tarabrina N. V.* (2001). Workshop on the psychology of post-traumatic stress. SPb. Piter.
12. *Tarabrina N. V.* (2019). Psychology of post-traumatic stress: theory and practice. Moscow: Institute of Psychology of Russian Academy of Sciences.
13. *Ben B.J., Hayes A.M.* (2018). The structure of co-occurring PTSD and depression symptoms in a cohort of Marines pre- and post-deployment // Psychiatry research. V. 259. P. 442–449.
14. *Elshansky S.P., Anufriev A.F., Polyakova O.B., Semenov D. V.* (2018). Positive personal qualities and depression // Prensa Medica Argentina. № 104(6). Art.1000322.

НАРУШЕННОЕ ВОПЛОЩЕНИЕ ТЕЛЕСНОГО Я КАК ТРИГГЕР СТРЕССА

© Ребеко Т.А.

Кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник,
лаборатория психологии способностей и ментальных ресурсов им. В.Н. Дружинина,
Институт психологии РАН, Москва, Россия
rebekota@ipran.ru; ORCID: 0000-0002-0219-4254

Рассматриваются концепции воплощения в философии и психологии в соотнесении с понятием аттрактора. Предполагается, что нарушенное воплощение сопряжено с дефектными проявлениями как соматических, так и психических состояний. Рассматриваются уровневые модели, в которых воплощение анализируется с точки зрения двух осей: вертикальной — как опыта самопринадлежности, и горизонтальной — как опыта самоагентности в форме взаимоотношений с внешним миром. Опыт воплощения/нарушенного воплощения обнаруживает себя в состояниях клаустрофобии/агорафобии, в формах моторной активности. На материале психосоматики кожных заболеваний, отношения к ногтевой пластине, алекситимии, татуажа, нарушений пищевого поведения доказывается, что опыт нарушенного воплощения сопряжен с когнитивными стилями и копингами.

Ключевые слова: воплощение/нарушенное воплощение, аттрактор, самопринадлежность/самоагентность, состояния клаустрофобии/агорафобии, атопический дерматит/псориаз, алекситимия, татуаж, моторная активность, нарушения пищевого поведения

Введение

Мы исходим из предположения о том, что связь телесности и ментальности представляет неравновесную динамическую систему, в которой сознательное-бессознательное, соматическое-психическое находятся во взаимодействии.

В теории динамических систем под аттрактором понимается устойчивый узел, который отвечает за стабильность и равновесие системы. В коннекционистских моделях под аттрактором понимается собственное состояние системы, характеризующееся минимумом циркулирующей активации (Mangold-Allwinn, 1995). Любой аттрактор имеет предельные характеристики, выход за пределы которых ведет в «срыву» системы в катастрофический режим функционирования. В том случае, если аттрактор имеет узкий диапазон вариативности, то система теряет устойчивость. Само понятие «стресс» предполагает выход «за пределы», тогда «стрессогенные факторы» можно рассматривать как репеллеры. В психологии личности выделены разные механизмы, отвечающие за поддержание равновесия (копинги, защиты), а также базовые характеристики личности, такие как жизнестойкость и стрессоустойчивость, которые можно рассматривать как аттракторы.

Мы хотим показать на эмпирическом и теоретическом материале, как сужение диапазона телесности приводит систему к состоянию

«странного аттрактора», т.е. близкому к «срыву» при незначительных изменениях взаимодействия человека с миром. По аналогии с понятием «tacit knowledge», хорошо разработанным в когнитивной психологии, мы предлагаем ввести понятие «имплицитный стресс». Под этим мы понимаем такое состояние, при котором нет манифестируемых признаков стрессового расстройства, однако «зона риска» оказывается очень широкой. Иными словами, структурные дефекты телесности, находящиеся в латентном состоянии, могут проявиться в дезадаптивном функционировании при определенных (провоцирующих) обстоятельствах.

Справедливости ради стоит сказать, что любой соматический/психический симптом — это уже знак неравновесного состояния. Теоретическая проблема, которую мы ставим в данной работе, состоит в определении телесности как аттрактора/репеллера, которые предопределяют динамику когнитивно-соматической системы и варианты сохранения устойчивости. Говоря о когнитивно-соматической системе, мы имеем в качестве протофеномена модели ЭУС (Пономарёв, 1983) и «эмоции-сознание» (Alexandrov, Sams, 2005), в которых исходно постулируется уровневая организации ментального опыта при разном вкладе телесного (соматического) и ментального (когнитивного).

Репрезентация телесности формируется и изменяется в течение жизни, но при этом в каждый период и в разных ситуациях ментальная репрезентация тела и его границ является относительно стабильной, что позволяет строить адаптивные стратегии взаимодействия с внешним миром. Мы исходили из того, что «в субъективном опыте фиксируются структуры пространства...», и «этот опыт проецируется на актуальное собственное состояние» (Прохоров, 2021, с. 31).

Теоретические предпосылки

Теоретическим конструктом, описывающим вклад телесности в психическое функционирование, является воплощение. Поэтому воплощение можно рассматривать как аттрактор, а нарушенное воплощение как репеллер или как триггер стресса.

Философская категория «воплощение» позволяет объединить адаптационные/дезадапционные механизмы как «соматического», так и «психического». В философии принцип холистического единства психики (mind) и тела нашел выражение в понятии «воплощение», которое получило развитие в работах Мориса Мерло-Понти (Civitarese, Ferro, 2014). Согласно его концепции «плоть представляет собой локус пересечения, то место, где дихотомии субъекта и объекта, “я” и “другое” на мгновение путаются, ...как стержень, где некто одновременно является видящим и видимым» (Romanyshyn, 2010, p. 45).

Анализируя философию М. Мерло-Понти, М. Сабан вводит понятие плоти (в отличие от тела), с помощью которого описывается исходное единство как «общее воплощенное поле» (Saban, 2010, p. 116). Автор указывает на то, что «воплощенная самость существенно и радикально вплетена в мир, и невозможно сказать, где она начинается и где заканчивается».

В. Подорога указывает, что вплетенность телесного в психическое нельзя метрически изобразить. По словам автора, «Мерло-Понти пытается разработать целый словарь топологических понятий: “скручивание, наматывание, удвоение”, “реверсия”, “реконверсия”, “сгибание, оборачивание, разворот” и т.п. Цель здесь одна — найти язык, который учел бы изначальную непредопределенность взаимодействия перцептивно-телесного поля, его колебание, смену направлений силовых векторов, вихри, которые его захватывают и не дают ему стать устойчивым и прозрачным» (Подорога, 1995, с. 155).

А. Сато и А. Ясуда (Sato, Yasuda, 2005) предложили выделить два относительно независимых

модуля. Первый — «чувство самопринадлежности» — описывает феноменологию опыта переживания (или опыта претерпевания) как относящегося к себе. Второй — «чувство самоагентности» — описывается как переживание того, что «я являюсь тем, что вызывает или порождает действие». С. Галлахер определяет чувство владения телом (*ownership*) как ощущение того, что именно мое тело переживает какой-то опыт, в отличие от самоорганизации, которая связана с ощущением того, что я совершаю какое-то действие (цит.: по Connolly, 2013, p. 637). Ссылаясь на С. Галлахера, А. Коннолли указывает, что «основа человеческого взаимодействия и понимания других людей уже заложена определенными воплощенными практиками — практиками эмоциональными, сенсомоторными, перцептивными и неконцептуальными» (там же, p. 643).

Л. Фляйшер приводит мнение М. Солмса о различии между разными модусами репрезентации тела: один относится к внешнему телу — трехмерной репрезентации самости, переживаемой как объект, а другой — к внутреннему телу (внутренней автономной среде) или опыту, который не является объектом восприятия (пока он не экстернализован), но является состоянием и субъектом восприятия. «Репрезентации внешнего и внутреннего тела являются двунаправленными и способствуют созданию ощущения постоянства тела или самости» (Fleischer, 2017, p. 191). Идею сплетенности и совместности внешнего и внутреннего тела развивает В. Подорога. «Дистанция от “Я-чувства” до “моего тела” определяется в зависимости от второй дистанции — от “моего тела” до “тела Другого” — дублирует как внутреннее то, что уже произошло во внешнем» (Максимова и др., 2019, с. 147).

Идея о том, что разные способы включенности телесного опыта создают разные узоры ситуативной репрезентации развивается в собственно когнитивных работах. Было показано, что как характер взаимодействия, так и построение когнитивной модели ситуации зависит от того, воспринимается ли ситуация с точки зрения первого или третьего лица, как соотносятся эгоцентрическая и аллоцентрическая позиции (Tversky, Hard, 2009).

Работы по ситуативному (Adams, 2010) и социальному познанию (Spaulding, 2011) свидетельствуют о том, что воплощенные практики лежат в основе человеческого взаимодействия. «Эти воплощенные практики составляют наш основной доступ к пониманию других и продолжают делать это даже после того, как мы постигнем мыслитель-

ные способности» (Connolly, 2013, p. 643). «Телесность, не являясь телом, обнаруживается как условие многомерности самого тела. Благодаря собственной медиальности телесность собирает тело, преобразует его, обнаруживая все новые его возможности, новые образы, неочевидные для разума» (Зенец и др., с. 38).

Некоторые авторы предлагают рассматривать отношение человека к своему телу как соотношение двух осей: вертикальной и горизонтальной (Civitarese, Ferro, 2014). Вертикальная ось — это отношение с собой, со своими телесными ощущениями и переживаниями, а горизонтальная ось — это соотношение с другими, с социальным миром в целом. Вертикальные и горизонтальные отношения конституционно неразрывны и находятся во взаимных и динамических отношениях (Ломбарди, 2022).

Сходную идею развивает Е. Хэмлин (Hamlin, 2022). Автор исследует, как тело воспринимается исходя из его поверхности, сравнивая Телесное Я с анатомическим гомункулусом. Психическая репрезентация тела возникает из репрезентации «как вертикальной, так и горизонтальной оси», при этом вертикальная ось отвечает за «отношение между эго и собственным телом, а горизонтальная ось отвечает за отношение между Эго и внешними объектами».

С. Майзен полагает, что процесс воплощения «требует включения как аффективной (вертикальной), так и реляционной, интерперсональной (горизонтальной) оси» (Mizen, 2014, p. 362). «... полагаю, что воплощенная аффективная “вертикальная” ось и межличностная “горизонтальная” ось отношений являются взаимозависимыми компонентами процесса, посредством которого происходит символизация» (там же). По мысли автора, обе эти оси исходно взаимозависимые компоненты, посредством которых происходит процесс символизации и находятся во взаимодействии. Вертикальные и горизонтальные отношения конституционно неразрывны и находятся во взаимных и динамических отношениях.

Описание психического опыта как сопряжения двух ортогональных осей предлагается в модели М.А. Холодной и Е.В. Соловьевой на примере эмпатии (Холодная, Соловьева, 2024). Это позволило авторам выделить конструктивные и деструктивные аспекты эмпатии. Один полюс ориентирован на Я, второй — на мир, Другого. Сходной позиции придерживается Е.А. Сергиенко (Сергиенко, 2021). Автор вводит две ранние формы структуры Я, которые являются двумя аспектами взаимодействия с миром. Я—экологическое, по словам авто-

ра, специфицирует описание системы «Я—физический мир», «Я—интерперсональное — системы «Я—социальный мир»».

Мы разделяем точку зрения, согласно которой взаимодействие двух осей телесности — вертикальной (связь с собственным телом) и горизонтальной (связь с миром) можно использовать в качестве объяснительного принципа. Тем самым общеметодологическая концепция сопряженности человека и внешнего мира расширяется на опыт телесности и постулируется **как** телесная сопряженность.

В том случае, если «нормативное» воплощение потерпело неудачу, то человек предпринимает попытки компенсаторного воплощения. М.П. Ливайн и Н. Пайран (Levine, Piran, 2004) ввели конструкт «нарушенное воплощение» (*disrupted embodiment*) и понимали под ним недоверие к своему телу, опыт нарушенного переживания своего тела как источника значимых потребностей, удовольствия, ухода и силы.

Таким образом, можно предположить, что соматическая и психическая репрезентация, включая дефекты и компенсации, порождают разнообразные профили воплощения.

Эмпирические исследования

Ниже приводятся результаты некоторых эмпирических исследований, выполненных нами в парадигме квазиэксперимента. В большинстве исследований использовались следующие бланковые методики:

- Методика «Я—структурный тест Аммона» (ISTA), шкалы «Внешнее Я—отграничение» и «Внутреннее Я—отграничение» (конструктивные, деструктивные и дефицитарные);
- Методика «Диагностика телесного Я» (Лыбко, 2008). Выделенные два фактора можно кратко охарактеризовать как «Самопринятие своего телесного Я» и «Влияние Другого на отношение к своему телу» (Лыбко, 2008).
- Методика «Включенные фигуры» (Холодная, 2004);
- Методика «Диапазон эквивалентности» (модификация Колги) (Холодная, 2004).

В случае дефицитарного воплощения по каждой из осей, а также в случае дефектного их сочленения, мы имеем разные профили нарушенного воплощения и можем предвидеть потенциальные зоны репеллентности. Например, дефект вертикальной оси «позволяет понять, почему некоторые пациенты будут чрезмерно заикливаться на физических аспектах в ущерб возможности по по-

строению мыслей (что-то вроде телесной атаки на мыслительные связи). У других, напротив, разовьется ментализация, которая, можно сказать, становится чрезмерной, поскольку она отключена от физических переживаний (например, в случае изоляции, интеллектуального всемогущества или даже психотического мышления)» (Lombardi, Sanchez-Cardenas, 2006, p. 816–817).

Дефицитарное воплощение при алекситимии

Алекситимия характеризуется недифференцированностью чувственного опыта или дефектом «вертикальной оси» (в модели Феррари). В наших исследованиях было показано, что существует надежная связь сопряжения между уровнем алекситимии и репрезентацией границы по шкале «Телесное Я» ($H(4, N=52)=30,39; p=0,0$). Респонденты с низкими значениями по параметру алекситимии имеют высокие показатели по шкале «Телесное Я», а лица с высокими значениями по шкале алекситимии имеют низкие значения по шкале «Телесное Я».

Существует надежная связь сопряжения между уровнем алекситимии и полюсами когнитивных стилей: $H(4, N=52)=32,03; p=0,0$. Среди респондентов с низкими значениями по параметру «алекситимия» надежно преобладают продуктивные стилевые субгруппы («категоризаторы» и «детализаторы»). Среди респондентов с высокими значениями по параметру «алекситимия» надежно преобладают непродуктивные стилевые субгруппы «глобалисты» и «детализаторы».

Факт преобладания «детализаторов» согласуется с результатом, полученным в исследовании Н.Е. Максимовой с соавторами (Максимова и др., 2019). Авторы показали, что в том случае, если дифференциация на ранних этапах формирования психологических структур происходит сверх быстро, это мешает последующему развитию когнитивных структур (ср. телесная атака на мыслительные связи). А некоторым теоретическим «аналогом», объясняющим преобладания когнитивного стиля «глобалисты», может служить феномен «обратимой системной дедифференциации», которая «характеризует состояние стресса» (Александров и др., 2017).

Недифференцированная телесность и татуировки

В этом же исследовании получен результат о сопряженной связи между уровнем алекситимии и количеством татуировок: $H(4, N=52)=30,8; p=0,0$. Лица с низкими значениями по параметру

алекситимии не имеют татуировок, лица с высокими значениями по параметру алекситимии имеют большое количество татуировок. Также обнаружен контраст между количеством татуировок и когнитивными стилями: $H(2, N=52)=27,01; p=0,0$. Лица с максимальным количеством татуировок надежно принадлежат к группе «детализаторов».

Выявленная связь алекситимии и татуажа с недифференцированной границей «Телесного Я» и непродуктивными полюсами когнитивных стилей позволяют предположить, что при невоплощенном чувственном опыте (вертикальные связи) происходит деформация горизонтальных связей: когнитивная переработка происходит либо чрезмерно детально, либо чрезмерно глобально.

По данным методики «Я–структурный тест Аммона» (ISTA), нами был получен факт «размытости границ» «Телесного Я». Лица с большим количеством татуировок имеют пониженные значения по шкалам внешнего/ внутреннего конструктивного Я–отграничения, но имеют повышенные значения по шкалам внешнего и внутреннего дефицитарного Я–отграничения. Таким образом, «практику» нанесения татуировок мы рассматриваем как попытку телесного «самоопределения», как компенсацию опыта «развоплощенности» посредством боли. По словам В. Подороги, «чтобы иметь, нужно уже быть... тогда *Etre* предшествует *Avoir* и определяет его. Можно сказать так: чтобы иметь, нужно обладать «Я–чувством»» (Подорога, 1995, с. 146).

Нарушенное воплощение и двигательная активность (фитнес)

В многочисленных исследованиях показано, что к телу можно относиться функционально, но при этом не обладать «чувством самопринадлежности». В случае нарушенного воплощения компенсацией может служить функциональное использование тела.

Энн Альварес показала, что ранний травматический опыт проявляется в репетитивных и фиксированных движениях, которые можно рассматривать как «защиту от тревоги» (Alvarez, 1999, p. 71). Если ментальный образ тела остался неинтегрированным, то его объединение может происходить посредством движений «объединяющих верх и низ тела» (Sandri, 1994, p. 101).

Одно из наших исследований посвящено выявлению связи между репрезентацией телесности и стилем двигательной активности. В исследовании участвовало две группы респондентов (38 женщин), которые различались в зависимо-

сти от предпочтительной формы занятия фитнеса: тренажеры или активные движения (танцы, спортивные игры). Полученные результаты (с помощью бланковой методики (Лыбко, 2008)) позволяют утверждать, что группа женщин, предпочитающая занятия на тренажерах, достоверно меньше ориентируется на себя по сравнению с контрастной группой ($H(1, N=38)=18,6; p=0,0$), а также характеризуется когнитивным стилем полезависимость ($H(1, N=38)=9,2; p=0,002$) и фиксированность ($F(1,36)=18,2; p=0,0$). Видимо, мы можем предположить, что ригидный модус взаимоотношения с внешним миром (горизонтальная ось) в случае занятий на тренажерах, сопряжен с нарушенным воплощением по «вертикальной оси» (ориентация на себя).

Интерперсональный аспект воплощения (кожные заболевания, отношение к ногтевой пластине)

В следующих исследованиях изучается связь воплощения с репрезентацией пространства. По словам Р. Сандри, именно телесный опыт (включая все модальности, и особенно, опыт движений) позволяет перейти к репрезентации психического пространства с его необходимыми атрибутами, такими как «внутри — снаружи», «наличие — отсутствие» (Sandri, 1994). Многие авторы выделяют два полюса: тенденция к слиянию/инкапсуляции. Исследование проводилось на группе респондентов с кожными заболеваниями — атопический дерматит (АД) и псориаз (ПС).

Мы исходили из того, что кожа репрезентирует как соматический, так и интерсоциальный (горизонтальный) аспект воплощения. По материалам бланковых методик доказывается, что телесную границу в группе «атопический дерматит» можно интерпретировать как сверхпроницаемую. Следовательно, респонденты в группе АД отражают тенденцию к слиянию (выраженное доминирование мнений другого в репрезентации собственного Я, потребность в защите, эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и избегание конфликтов), а в группе «псориаз» — к инкапсуляции (Ребеко, 2019, 2022).

Полученные выводы подтверждаются результатами исследования, проведенного с помощью методики «Стратегии совладающего поведения» (ССП) Т.Л. Крюковой. Между группами получены достоверные различия по параметру «Дистанцирование» ($H(2, N=72)=43,73; p=0,0$) и «поиск социальной поддержки» ($H(2, N=72)=51,87; p=0,0$). В группе АД эти копинги принимают сверхниз-

кие значения. В группе же ПС копинги «Дистанцирование», «Самоконтроль» и «Положительная переоценка» принимают сверхвысокие значения (Ребеко, 2016).

Близкие по выводам результаты о соотносении тенденций к слиянию/инкапсуляции с границами «Телесного Я» были получены на другом эмпирическом материале. Респонденты различались своим отношением к ногтевой пластине. Ногти, как и кожа, выражают двойной смысл — соматический и культурный. Ограничимся здесь только некоторыми выводами. Были выделены две контрастные группы: лица, повреждающие ногтевую пластину («грызение ногтей» — ГР) и лица, наращивающие сверхдлинные, царапающие ногти (ЦАР). Исследование проводилось с помощью гугл-формы.

По шкале «Самопринятие образа телесного Я» группа «ГР» демонстрирует сверхнизкие значения, по сравнению с группой «ЦАР» ($H(3, N=464)=16,46; p=0,0$). Согласно интерпретации методики, группа «ГР» «сомневается в ценности собственного тела», они характеризуются «потерей интереса к своим телесным ощущениям» (вертикальная ось). Полученные результаты позволяют отнести группу лиц, повреждающих ногтевую пластину, к тем, кто реализует тенденцию к слиянию. В группе респондентов со сверхдлинными ногтями выявлена доминирующая тенденция к инкапсуляции, когда ногти служат для ограждения личного пространства (Ребеко, 2024).

Воплощение и репрезентация пространства

Тенденции к слиянию/инкапсуляции мы соотносим с репрезентацией пространства и с латентными личностными трудностями. На материале нарушения пищевого поведения нами были получены некоторые данные, которые позволяют соотнести тенденции к слиянию/инкапсуляции с такими психологическими характеристиками как агорафобия/клаустрофобия. Стремление освободиться от клаустрофобических страхов, по словам Ф. Романо (Romano, 2013), «выражается в анорексичном поведении, при котором отрицание своего тела с его чувствами и желаниями приводит к потере контакта с ним» (там же, р. 8). Поведенчески это проявляется в тенденции к инкапсуляции.

В случае агорафобии — «другой» массово отрицается и инкорпорируется, становится неотличимым от «Я», это просто расширение представления о собственном жизненном пространстве, что проявляется как тенденция к слиянию. Л. Джорданелли (Giordanelli L.) соотносит агорафобию

с «чрезвычайно примитивным повреждением “Телесного Эго”», и описывает это как «фобию собственного тела, воспринимаемого как пространство, границы которого не могут быть установлены по отношению к внешнему пространству» (Giordanelli, 1992, p. 1000). По словам автора, все «агорафобические пациенты не принимают свои тела» (там же, p. 1004).

Мы полагаем возможным провести «параллели» между состоянием клаустрофобии, тенденцией к слиянию и с нарушением пищевого поведения (по типу переедания). В дипломной работе Аныкиной А.В., выполненной под нашим руководством, показано, что женщины, страдающие ожирением, имеют симбиотические отношения с родителями, ненадежный тип привязанности и спутанную гендерную идентичность (Ребеко, Аныкина, 2009).

Согласно С. Дьен, пациенты с булимией «... по-видимому, живут в психической реальности, где отсутствуют ментальные репрезентации эмоций, которые они испытывали. И они не способны осознать полный смысл своего эмоционального переживания» (Diena, 2015). Результаты других исследований, полученные с помощью бланковых методик на респондентах с нарушениями пищевого поведения (по типу переедания), согласуются с портретом лиц, реализующих тенденцию к слиянию. В частности, они демонстрируют полюс медленного когнитивного стиля (Ребеко, 2016), что согласуется с литературными данными о личностной импульсивности.

По нашим данным, при высоких значениях переменной «Переедание» происходит слияние двух переменных, отвечающих за разные модули репрезентации тела (с опорой «на себя» и с опорой «на другого») ($F(2,29)=11,17$; $p\leq 0,002$). Следовательно, правомерно предположить, что нарушение пищевого поведения (по типу переедания) необходимо сопряжено с неумением дифференцировать себя от других. Пациенты с НПП не в состоянии контролировать и регулировать свои взаимоотношения с окружающими людьми, и они удерживают контроль над свои

ми агрессивными чувствами путем переедания (Каменецкая, Ребеко, 2015).

Также нами были получены результаты о связи НПП (по типу переедания) с когнитивными стилями. Так, когнитивный стиль полезависимый/фиксированный сопряжен с выраженной недифференцированностью при репрезентации тела ($F(6,58)=12,04$; $p=0,0$) (Каменецкая, Ребеко, 2015). Таким образом, можно допустить, что телесная недифференцированность является репеллером в познавательной активности, а переедание можно рассматривать в качестве регулятора напряжения.

Заключение

Совокупный анализ результатов свидетельствует о том, что нарушенное воплощение имеет разные формы проявления — как психосоматическое (алекситимия, кожные заболевания), так и поведенческое (татуировки, выбор формы фитнеса, нарушение пищевого поведения). Любые формы нарушенного воплощения порождают своеобразный профиль компенсации/дефекта, в котором собственно соматические и психические факторы имеют разный вес.

По словам Марины Амор, соматические состояния и симптомы рассматриваются как часть сети взаимоотношений «Я–с–другими» и как имплицитный способ познания, присущий и необходимый для интегрированного самоощущения (Amore, 2012, p. 243).

Нарушение телесного воплощения выражается в искажении репрезентации границы и объема, в репрезентации личного и физического пространства, в когнитивных стилях как метакогнитивных механизмах процесса переработки информации и способах построения концептуального знания, в репрезентации движений и построении собственной двигательной активности.

Все формы нарушенного воплощения могут быть потенциальными узлами «поломки» сомато-когнитивной системы, которые могут проявиться в компенсаторном/дезадаптивном функционировании.

Литература:

1. Александров Ю.И., Сварник О.Е., Знаменская И.И., Колбенева М.Г., Арутюнова К.Р., Крылов А.К., Булава А.И. Регрессия как этап развития. М: Издательство «Институт психологии РАН», 2017.
2. Зенец Н.Г., Лобова Т.Г., Чалдышкина М.В. Проблема телесности: от мифологемы к философии // Современные исследования социальных проблем. 2020. Т. 12. № 2. С. 26–43. URL: <https://journal-s.org/index.php/mrsp/article/view/12611>
3. Каменецкая Е.В., Ребеко Т.А. Репрезентация телесного Я и защита Эго при нарушении пищевого поведения // Экспериментальная психология. 2015. Т. 8. № 3. С. 118–128.

4. Ломбарди Р. Тело, аффект, мышление. Размышления о некоторых гипотезах Матте-Бланко и Феррари // Журнал Практической Психологии и Психоанализа. 2022. № 2. URL: <https://psyjournal.ru/articles/telo-affekt-myshlenie-razmyshleniya-o-nekotoryh-gipotezah-matte-blanko-i-ferrari>
5. Лыбко И. В. Методика «Диагностика телесного Я» // Психологическая диагностика: Научно-методический и практический журнал. 2008. № 3. С. 5–21.
6. Максимова Н. Е., Александров И. О., Заварнова Ю. А., Свиридов В. С., Турубар Д. С. Дифференциация и организация психологических структур при взаимодействии индивида с новыми предметными областями. Часть I. Свойства аутореплицирующихся структур и их операционализация // Психологический журнал. 2019. Т. 40. № 1. С. 15–27.
7. Подорога В. Феноменология тела Введение в философскую антропологию. Материалы лекционных курсов 1992–1994 годов. М.: AdMarginem, 1995.
8. Пономарев Я. А. Методологическое введение в психологию. М.: Наука, 1983.
9. Прохоров А. О. Ментальные репрезентации психических состояний. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2021.
10. Ребеко Т. А., Аныкина А. В. Адаптация русскоязычной версии опросника «Мысли и паттерны поведения» для лиц, страдающих ожирением // Психологический журнал. 2009. Т. 30. № 1. С. 106–118.
11. Ребеко Т. А. Структура телесной репрезентации и когнитивные стили // Психологический журнал. 2016. Т. 37. № 6. С. 47–57.
12. Ребеко Т. А. Кожные заболевания и способы совладания (копинги) // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2019. Т. 25. № 4. С. 118–125.
13. Ребеко Т. А. Психосоматика кожных заболеваний и репрезентация психического пространства // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 4. С. 59–69.
14. Ребеко Т. А. Отношение к ногтям как репрезентация границы телесного Я // Психологический журнал. 2024. Т. 45. № 1. С. 62–73.
15. Сергиенко Е. А. Психическое развитие с позиций системно-субъектного подхода. М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2021.
16. Холодная М. А., Соловьева Е. В. Конструктивные и деструктивные аспекты эмпатии как следствие ее многомерной природы // Психологический журнал. 2024. Т. 45. № 1. С. 32–45.
17. Холодная М. А. Когнитивные стили. О природе индивидуального ума. учеб. пособие. М.; СПб.: Питер, 2004.
18. Adams Fr. Embodied cognition // Phenomenology and the Cognitive Sciences. 2010. V. 9. P. 619–628.
19. Alexandrov Y. I., Sams M. E. Emotions and consciousness: Ends of a continuum // Cognitive Brain Research. 2005. V. 25. P. 387–405.
20. Alvarez A. Disorder, deviance and personality. Factors in the persistence and modifiability of autism // Autism and Personality. London: Routledge, 1999. P. 62–78.
21. Amore M. Clinical Scenarios of «Remembering»: Somatic States as a Process of Emerging Memory // Psychoanalytic Dialogues. 2012. V. 22(2). P. 238–252.
22. Civitarese G., Ferro A. Between «other» and «other»: Merleau-Ponty as a Precursor of the Analytic Field // Fort Da. 2014. V. 20(1). P. 9–29.
23. Connolly A. Out of the Body: Embodiment and its Vicissitudes // Journal of Analytical Psychology. 2013. V. 58(5). P. 636–656.
24. Diena S. Emptiness in Bulimia: Clinical Vicissitudes and Theoretical Implications // Romanian Journal of Psychoanalysis. 2015. V. 8(2). P. 183–215.
25. Fleischer L. Body Image and Transience: Frozen in Time // Canadian Journal of Psychoanalysis. 2017. V. 25(1). P. 189–211.
26. Giordanelli L. On Agoraphobia // Rivista di Psicoanalisi. 1992. V. 38(4). P. 986–1012.
27. Hamlin E. Hollow Women, Stuffed Women: Body Image and the Imagined Body in Patients with Eating Disorders // British Journal of Psychotherapy. 2022. V. 38. P. 61–78.
28. Levine M. P., Piran N. The role of body image in the prevention of eating disorders // Body Image. 2004. V. 1(1). P. 57–70.
29. Lombardi R., Sanchez-Cardenas M. From the Eclipse of the Body to the Dawn of Thoughtd Armando B. Ferrari // Revue francaise Psychanalyse. 2006. V. 70(3). P. 815–819.
30. Mangold-Allwinn R. Flexible Konzepte. Experimente, Modelle, Simulationen. Goettingen: Hogrefe, 1995.

31. *Mizen C.S.* Towards a Relational Affective Theory of personality disorder // *Psychoanalytic Psychotherapy*. 2014. V. 28(4). P. 357–378.
32. *Romano F.* Anorexia and Bulimia: Two Aspects of Adolescence // *British Journal of Psychotherapy*. 2013. V. 29(1). P. 5–24.
33. *Romanyshyn R.* The body in Psychotherapy. Contribution of Merlo-Ponty // *Body, mind and healing after Jung. A space of Questions* / Ed. By Jones R.A. London–NY: Routledge. 2010. P. 41–61.
34. *Saban M.* Staging the Self. Performance, individuation, and embodiment // *Body, mind and healing after Jung. A space of Questions* / Ed. by Jones R.A. 2010. P. 110–126.
35. *Sato A., Yasuda A.* Illusion of sense of self-agency: discrepancy between the predicted and actual sensory consequences of actions modulates the sense of self-agency, but not the sense of self-ownership // *Cognition*. 2005. V. 94. № 3. P. 241–255.
36. *Sandri R.* *Penser avec des bebes*. Lyon: Editions Eres, 1994.
37. *Spaulding Sh.* Embodied Social Cognition // *Philosophical Topics*. 2011. V. 39. № 1. P. 141–162.
38. *Tversky B., Hard Br.M.* Embodied and disembodied cognition: Spatial perspective-taking // *Cognition*. 2009. V.110. № 1. P. 1–130.

DISTURBED EMBODIMENT OF THE BODY SELF AS A STRESS TRIGGER

© **Tatyana A. Rebeko**

Candidate of Psychological Sciences, Leading Researcher,
V.N. Druzhinin Laboratory of Psychology of Abilities and Mental Resources,
Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia
rebekota@ipran.ru; ORCID: 0000-0002-0219-4254

The concepts of embodiment in philosophy and psychology are considered in relation to the concept of an attractor. It is assumed that impaired embodiment is associated with defective manifestations of both somatic and mental states. The level models are considered in which embodiment is analyzed from the point of view of two axes: vertical — as the experience of self-belonging, and horizontal — as the experience of self-agency in the form of relationships with the outside world. The experience of embodiment/disturbed embodiment reveals itself in states of claustrophobia/agoraphobia, in forms of motor activity. Based on the psychosomatics of skin diseases, attitudes towards the nail plate, alexithymia, tattooing, and eating disorders, it is proved that the experience of impaired embodiment is associated with cognitive styles and copings.

Keywords: embodiment/impaired embodiment, attractor, self-belonging/self-agency, states of claustrophobia/agoraphobia, atopic dermatitis/psoriasis, alexithymia, tattooing, motor activity, eating disorders

REFERENCES

1. *Aleksandrov Yu.I., Svarnik O.E., Znamenskaya I.I., Kolbeneva M.G., Arutyunova K.R., Krylov A.K., Bulava A.I.* (2017). Regression as a stage of development. Moscow: Publishing House «Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences».
2. *Zenets N.G., Lobova T.G., Chaldyshkina M.V.* (2020). The problem of corporeality: from mythologem to philosopheme // *Modern studies of social problems*. V. 12. № 2. P. 26–43. URL: <https://journal-s.org/index.php/mrsp/article/view/12611>
3. *Kamenetskaya E.V., Rebeko T.A.* (2015). Representation of the bodily Self and Ego defense in eating disorders // *Experimental Psychology*. V. 8. № 3. P. 118–128.
4. *Lombardi R.* (2022). Body, affect, thinking. Reflections on some hypotheses of Matte-Blanco and Ferrari // *Journal of Practical Psychology and Psychoanalysis*. № 2. URL: <https://psyjournal.ru/articles/telo-affekt-myshlenie-razmyshleniya-o-nekotoryh-gipotezah-matte-blanko-i-ferrari>

5. *Lybko I. V.* (2008). Methodology «Diagnostics of the bodily Self» // Psychological diagnostics: Scientific, methodological and practical journal. № 3. P. 5–21.
6. *Maksimova N. E., Aleksandrov I. O., Zavarnova Yu. A., Sviridov V. S., Turubar D. S.* (2019). Differentiation and organization of psychological structures in the interaction of an individual with new subject areas. Part I. Properties of self-replicating structures and their operationalization // Psychological Journal. V. 40. № 1. P. 15–27.
7. *Podoroga V.* (1995). Phenomenology of the body. Introduction to philosophical anthropology. Materials of lecture courses from 1992–1994. Moscow: AdMarginem.
8. *Ponomarev Ya. A.* (1983). Methodological introduction to psychology. Moscow: Nauka.
9. *Prokhorov A. O.* (2021). Mental representations of mental states. M.: Publishing house «Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences».
10. *Rebeko T. A., Anykina A. V.* (2009). Adaptation of the Russian-language version of the questionnaire «Thoughts and patterns of behavior» for individuals suffering from obesity // Psychological journal. V. 30. № 1. P. 106–118.
11. *Rebeko T. A.* (2016). The structure of body representation and cognitive styles // Psychological journal. V. 37. № 6. P. 47–57.
12. *Rebeko T. A.* (2019). Skin diseases and coping methods (copings) // Bulletin of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics. V. 25. № 4. P. 118–125.
13. *Rebeko T. A.* (2022). Psychosomatics of Skin Diseases and Representation of Mental Space // Psychological Journal. V. 43. № 4. P. 59–69.
14. *Rebeko T. A.* (2024). Attitude to Nails as a Representation of the Boundary of the Body Self // Psychological Journal. V. 45. № 1. P. 62–73.
15. *Sergienko E. A.* (2021). Mental Development from the Standpoint of the Systemic-Subjective Approach. Moscow: Publishing House «Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences».
16. *Kholodnaya M. A., Solovieva E. V.* (2024). Constructive and destructive aspects of empathy as a consequence of its multidimensional nature // Psychological journal. V. 45. № 1. P. 32–45.
17. *Kholodnaya M. A.* (2004). Cognitive styles. On the nature of the individual mind. textbook. Moscow; St. Petersburg: Piter.
18. *Adams Fr.* (2010). Embodied cognition // Phenomenology and the Cognitive Sciences. V. 9. P. 619–628.
19. *Alexandrov Y. I., Sams M. E.* (2005). Emotions and consciousness: Ends of a continuum // Cognitive Brain Research. V. 25. P. 387–405.
20. *Alvarez A.* (1999). Disorder, deviance and personality. Factors in the persistence and modifiability of autism // Autism and Personality. London: Routledge. P. 62–78.
21. *Amore M.* (2012). Clinical Scenarios of «Remembering»: Somatic States as a Process of Emerging Memory // Psychoanalytic Dialogues. V. 22(2). P. 238–252.
22. *Civitares G., Ferro A.* (2014). Between «other» and «other»: Merleau-Ponty as a Precursor of the Analytic Field // Fort Da. V. 20(1). P. 9–29.
23. *Connolly A.* (2013). Out of the Body: Embodiment and its Vicissitudes // Journal of Analytical Psychology. V. 58(5). P. 636–656.
24. *Diana S.* (2015). Emptiness in Bulimia: Clinical Vicissitudes and Theoretical Implications // Romanian Journal of Psychoanalysis. V. 8(2). P. 183–215.
25. *Fleischer L.* (2017). Body Image and Transience: Frozen in Time // Canadian Journal of Psychoanalysis. V. 25(1). P. 189–211.
26. *Giordanelli L.* (1992). On Agoraphobia // Rivista di Psicoanalisi. V. 38(4). P. 986–1012.
27. *Hamlin E.* (2022). Hollow Women, Stuffed Women: Body Image and the Imagined Body in Patients with Eating Disorders // British Journal of Psychotherapy. V. 38. P. 61–78.
28. *Levine M. P., Piran N.* (2004). The role of body image in the prevention of eating disorders // Body Image. V. 1(1). P. 57–70.
29. *Lombardi R., Sanchez-Cardenas M.* (2006). From the Eclipse of the Body to the Dawn of Thoughtd Armando B. Ferrari // Revue francaise Psychanalyse. V. 70(3). P. 815–819.
30. *Mangold-Allwinn R.* (1995). Flexible Konzepte. Experimente, Modelle, Simulationen. Goettingen: Hogrefe.
31. *Mizen C. S.* (2014). Towards a Relational Affective Theory of personality disorder // Psychoanalytic Psychotherapy. V. 28(4). P. 357–378.

32. *Romano F.* (2013). Anorexia and Bulimia: Two Aspects of Adolescence // *British Journal of Psychotherapy*. V. 29(1). P. 5–24.
33. *Romanyshyn R.* (2010). The body in Psychotherapy. Contribution of Merlo-Ponty// *Body, mind and healing after Jung. A space of Questions* / Ed. By Jones R. A. London–NY: Routledge. P. 41–61.
34. *Saban M.* (2010). Staging the Self. Performance, individuation, and embodiment // *Body, mind and healing after Jung. A space of Questions* / Ed. by Jones R. A. P. 110–126.
35. *Sato A., Yasuda A.* (2005). Illusion of sense of self-agency: discrepancy between the predicted and actual sensory consequences of actions modulates the sense of self-agency, but not the sense of self-ownership // *Cognition*. V. 94. № 3. P. 241–255.
36. *Sandri R.* (1994). *Penser avec des bebes*. Lyon: Editions Eres.
37. *Spaulding Sh.* (2011). Embodied Social Cognition // *Philosophical Topics*. V. 39. № 1. P. 141–162.
38. *Tversky B., Hard Br.M.* (2009). Embodied and disembodied cognition: Spatial perspective-taking // *Cognition*. V.110. № 1. P. 1–130.

ЦИФРОВЫЕ И ТРАДИЦИОННЫЕ ФОРМЫ САМОПОВРЕЖДЕНИЯ У СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ

© Волкова Е.Н.

Доктор психологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник
лаборатории психологии детства и цифровой социализации
Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований,
Москва, Россия
envolkova@yandex.ru; ORCID: 0000-0001-9667-4752

© Орлова А.А.

Младший научный сотрудник лаборатории психологии детства и цифровой социализации,
Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований,
Москва, Россия
ao_23@mail.ru; ORCID: 0009-0009-2993-0926

Работа выполнена в рамках гранта № 25-28-00142 при поддержке Российского научного фонда

В статье рассматривается феномен цифрового самоповреждающего поведения подростков, его особенности и отличия от традиционных форм самоповреждающего поведения. Показано влияние цифровой среды на формирование и поддержание самоповреждения у подростков. Анализируются мотивы подростков, вовлеченных в цифровое самоповреждение.

Ключевые слова: самоповреждающее поведение, цифровое самоповреждение, цифровой селфхарм, подростки

Введение

В последние десятилетия цифровизация стала неотъемлемой частью жизни подрастающего поколения. Интернет и социальные сети прочно вошли в повседневность современных подростков, предоставляя им новые возможности для общения, поиска информации, развития и самопрезентации. Однако помимо позитивных аспектов, цифровая среда формирует и новые риски для психоэмоционального благополучия, способствуя появлению и распространению различных форм деструктивного поведения. Одной из наиболее тревожных тенденций последних лет становится повышение частоты самоповреждающего поведения в подростковой группе — как в традиционных, физических, так и в новых, цифровых формах.

Подростковый возраст — один из ключевых периодов развития личности, характеризующийся активным формированием основ идентичности, процессов самооценки, эмоциональной регуляции и навыков социального взаимодействия. Именно в это время повышается уязвимость к различным формам деструктивного поведения, включая самоповреждение (Любов и др., 2019). Традиционные формы самоповреждения у подростков включают в себя

самопорезы, расцарапывания, удары, прижигание, умышленное применение различных веществ или медикаментов без медицинского назначения и другие способы нанесения вреда своему телу. По данным различных исследований, от 16,9% до 19,5% подростков хоть раз в жизни прибегали к тем или иным формам самоповреждения (Дарьин, Зайцева, 2023).

Цифровое самоповреждающее поведение (ЦСП) — относительно новая форма членовредительства, выражающаяся в намеренных действиях в цифровой среде, направленных на причинение себе психологического вреда, что может проявляться через публикацию аутодеструктивного контента, создание и поощрение «хейта» в свой адрес, а также сознательное вовлечение в кибербуллинг против себя (Patchin, Hinduja, 2017). Феномен впервые описанный в 2012 году (Englander, 2012), обнаруживается у 6–15% подростковой выборки и имеет тенденцию к росту (Englander, 2012; Patchin, Hinduja, 2017; Pacheco et al., 2019; Erreygers et al., 2020).

В теоретическом обзоре, целью которого был анализ и обобщение доступной в отечественном и зарубежном научном поле информации о феномене ЦСП, было проведено сравнение офлайн и онлайн-форм самоповреждающего поведения

у подростков, а также рассмотрено особое влияние цифровой среды на самоповреждение. Было проанализировано более 800 публикаций из баз данных PubMed, eLIBRARY и ряда дополнительных в период с ноября 2024 года по январь 2025 года.

Определенно актуальность исследования ЦСП обусловлена повсеместным распространением Интернета как среды, которая в перспективе способна удовлетворить множество потребностей современного человека и повлиять на его социальную интеграцию, а также повышением интереса к эффектам воздействия деструктивного интернет-контента, свободы трансляции личного опыта, доступности и скорости распространения информации о неадаптивных моделях поведения в подростковой и молодежной среде. Не менее важно подчеркнуть, что на страницах социальных сетей и специализированных площадках активно обсуждаются темы, касающиеся самоповреждения, что зачастую приводит к нормализации и романтизации актов членовредительства и формирует иллюзию приемлемости подобного поведения как способа эмоциональной разрядки и поиска поддержки (Солдатова, Илюхина, 2021).

Особенности цифрового самоповреждения у подростков

Предпосылки ЦСП, вероятно, тесно связаны с механизмами, лежащими в основе традиционного самоповреждающего поведения, а также с факторами, определяющими другие формы онлайн-деструкций. Феномен, несмотря на свою уникальность, представляет собой синтез двух поведенческих направлений — классической аутоагрессии и интернет-обусловленного деструктивного взаимодействия, обладая при этом собственными интегративными особенностями.

Традиционные формы членовредительства нередко сопровождаются широким спектром психопатологических проявлений (Brunner et al., 2014; Давидовский, Игумнов, 2020). Часто подобное поведение начинается как спонтанный импульс или стремление восстановить ощущение контроля над телом и эмоциями, но со временем может перерасти в стойкую, труднопреодолимую привычку (Макарова, 2023). Характерной чертой самоповреждения в подростковом возрасте является его полиморфизм — сочетание разных способов и стратегий реализации аутоагрессии.

В исследовании, выполненном А.Б. Угловой и соавторами, систематизация подходов к оценке факторов риска показала, что большинство авторов определяют расстройства эмоционально-волевой

сферы как ключевые предикторы деструктивного поведения (Углова и др., 2023). Это совпадает с результатами, полученными С. Клире и соавторами (Cleare et al., 2021), которые также подчеркивают наличие выраженных эмоционально-мотивационных нарушений у лиц, склонных к аутоагрессии. Самоповреждающие акты могут быть спровоцированы навязчивыми негативными эмоциями, межличностными конфликтами, неспособностью контролировать поведение и повторяющимися мыслями о причинении себе вреда (Hawton et al., 2002; Андронникова, Волкова, 2020; Давидовский, Игумнов, 2020; Фаустова и др., 2020; Тирон, Яремчук, 2023). Кроме того, функция «самонаказания» чаще всего обозначается в качестве основной мотивации самоповреждающего поведения как у подростков, так и у взрослых (Давидовский, Игумнов, 2020).

Однако в цифровой среде самоповреждающее поведение принимает специфические формы. Традиционное самоповреждение часто скрывается от окружающих, поскольку многие подростки стыдятся своих проблем, боятся прямой негативной оценки или наказания за жалобы (Макарова, 2023). ЦСП же отличается публичностью, высокой демонстративностью с целью получения реакции от других пользователей, что ассоциировано с особенностями современной подростковой коммуникации в Интернете и потребностью в признании (Englander, 2012; Seko et al., 2015; Patchin, Hinduja, 2017; Erreygers et al., 2020). Исследования показывают, что подростки, которые чувствуют себя изолированными, непонятыми или подавленными, более склонны к ЦСП, чтобы привлечь к себе внимание сверстников и взрослых (Patchin, Hinduja, 2017; Erreygers et al., 2020).

Различается степень доступности исполнения обеих форм самоповреждения. Физическое требует определенных условий — уединения и наличия предметов, которыми можно нанести вред. ЦСП доступно в любое время через гаджет и наличие интернет-соединения. Эта форма может также оказывать более длительное психологическое воздействие из-за сохранения контента в сети и постоянного доступа к нему.

Публикация последствий самоповреждения подростками в цифровой среде обусловлена как правило потребностью в признании, внимании и эмоциональной поддержке. Вместе с тем подобные акты онлайн-самоповреждения нередко представляют собой выражение устойчивого негативного отношения к себе, выполняя функцию

эмоциональной регуляции и психического облегчения, а также выступая формой самонаказания (Patchin, Hinduja, 2017). Подростки, прибегающие к цифровым формам членовредительства, зачастую ориентированы на получение отклика от внешней среды — сочувствия, понимания и помощи со стороны сверстников или значимых взрослых (Харькина, Бабиева, 2023). Такие действия могут носить характер символического обращения: создание в сети образа жертвы позволяет подростку предъявить свои страдания как значимые и требующие реакции. Это одновременно и способ манифестации потребности в поддержке, и попытка преодоления чувства изоляции. Несмотря на наличие явной внешней направленности мотивации, данные проявления, вероятно, уходят корнями в глубинные негативные переживания, свойственные этому возрастному периоду. Среди них — внутренняя опустошенность, аффективная неустойчивость, выраженное самоуничижение, чувство вины, тревожность, эмоциональное напряжение, депрессивные симптомы и ощущение безысходности (Макарова, 2023).

ЦСП может быть выражено не только в публикации самоповреждений, но и через очернение собственной репутации, провоцирование негативных комментариев или публикацию контента, демонстрирующего деструктивное поведение с целью модифицирования своего образа в среде сверстников, ради развлечения и подтверждения собственных качеств и значимости (Englander, 2012; Patchin, Hinduja, 2017; Erreygers et al., 2020; Макарова, 2023). Подростки могут думать, будто подверженность публичной критике может помочь им выглядеть «крутыми» перед сверстниками. В такой ситуации само поругание в Интернете рассматривается как маркер социального статуса, а ЦСП может быть способом саморекламы, позволяющим выглядеть сильным и важным, и рассматриваться как признак популярности. Потребность в социальной принадлежности, стремление соответствовать актуальным онлайн-трендам и демонстрация взрослости могут побуждать несовершеннолетних пользователей к размещению в сети контента — фотографий, видео или текстов — компрометирующего характера, потенциально наносящего ущерб их социальной репутации как в настоящем, так и в долгосрочной перспективе (Бабулин, Черемнова, 2022).

Люди со сниженной самооценкой могут оскорблять себя анонимно в Интернете, чтобы «ловить» комплименты, провоцируя своих друзей говорить им приятные вещи в ответ на негативные ком-

ментарии. Подростки также могут стремиться привлечь к себе внимание со стороны взрослых и сверстников, которые бы беспокоились о них и «защищали» их в Интернете. К этому направлению могут примыкать мотивы ЦСП, связанные с желанием подростка узнать, каким его видят другие люди и как отреагируют на то, что над ним издеваются в сети, чтобы тем самым определить «истинность» дружбы и других чувств (Pacheco et al., 2019; Soengkoeng, Moustafa, 2022).

При акте любого самоповреждения подростки стремятся совладать с эмоциональными трудностями, но офлайн-формы чаще первично направлены на снижение психического напряжения и самонаказание, в то время как цифровая форма — на получение реакции окружающих, самоутверждение через страдания или попытку тестирования границ допустимого. Важно отметить, что снятие напряжения через самоповреждение, попытки самонаказания, самовыражение через страдание, самоиронию или гиперболизированное негативное отношение к себе — все эти мотивы встречаются как в классическом, так и цифровом формате, однако в сети они получают дополнительные каналы реализации.

Эмпирические данные подтверждают связь между цифровым и физическим самоповреждением у подростков (Patchin, Hinduja, 2017). ЦСП также коррелирует с суицидальной идеацией (Nesi et al., 2021) и попытками самоубийства (Patchin et al., 2023). Тем не менее ЦСП все же является несуйцидальной формой поведения, так как суициденты далеко не всегда наносили себе повреждения до попытки самоубийства, а подросток, наносящий себе повреждения (онлайн или офлайн), редко доходит до «последнего шага» (Макарова, 2023).

Ряд авторов характеризует самоповреждающее поведение в Интернете как «патологическую форму самопомощи» — экспрессивную стратегию купирования внутренней боли, тревоги и страха, то есть деструктивный механизм эмоциональной саморегуляции, возникающий при дефиците социально одобряемых способов снятия напряжения (Солдатова, Илюхина, 2021; Голополосов, 2022; Углова и др., 2023; Мухаметзянов, 2024).

Влияние цифровой среды на самоповреждающее поведение

Для подростка интернет-среда функционирует как арена конструирования идентичности и демонстрации «идеального Я», причем негативная обратная связь от других пользователей,

может действительно существенно не отражаться на его офлайн-социальном статусе. Стремясь уклониться от реальной ответственности, подросток субъективно трансформирует виртуальное пространство в единственно безопасный «кокон» (Шевченко, Реан, 2023).

Многие отечественные и зарубежные публикации подчеркивают амбивалентность влияния цифровой среды на подростков. С одной стороны, Интернет вытесняет традиционные формы социализации, способствует формированию деструктивных привычек, расширяет доступ к аутоагрессивному контенту, повышая угрозу эмпатической десенсибилизации по отношению к таким моделям поведения. Также в отличие от реального пространства в виртуальном мире социальные нормы более подвижны, а требования к нормативному поведению выражены пластичные и имеют меньше ограничений (Богданович, Делибалт, 2024).

С другой стороны, цифровое пространство становится для многих подростков единственным ресурсом поддержки, когда другие каналы коммуникации недоступны или воспринимаются как опасные. Интернет-группы, тематические сообщества, площадки анонимной помощи и информационные ресурсы профилактики помогают снизить выраженность переживания одиночества, обмениваться опытом и получать эмоциональную помощь от сверстников или даже от специалистов.

Научная дискуссия о влиянии Интернета на самоповреждающее поведение ведется с конца 1990-х годов. Ряд авторов отмечает, что причиной развития деструктивного и аутодеструктивного поведения может являться ненормированное потребление интернет-контента и неконтролируемое пребывание детей и подростков онлайн (Польская, Якубовская, 2019; Сеницын, Сеницына, 2022). С контентом о самоубийствах и самоповреждении чаще сталкиваются те подростки, кто входит в группу «гиперподключенных» и проводит в Интернете 9 и более часов (Солдатова, Илюхина, 2021). Исследования показывают, что существует заметный эффект «информационного заражения» (*contagion effect*): подростки, часто сталкивающиеся с самоповреждающим контентом, с большей вероятностью начинают повторять увиденные практики, особенно если такие действия транслируются авторитетными для них фигурами — блогерами, кумирами, сверстниками с высоким социальным капиталом (Любов, Палаева, 2018; Любов и др., 2019; Коханая, 2022; Ковалишина, 2024). Демонстрация прямого или косвенного деструктивного поведения (как по отношению

к себе, так и к окружающим), активное публичное обсуждение личного опыта в сфере психического здоровья, романтизация болезненных состояний и страданий могут быть восприняты аудиторией как стиль жизни или «норма» самовыражения. Однако стоит отметить, что соответственно одному из критериев определения ЦСП — данная форма самоповреждения не содержит открытых призывов к воспроизведению акта для потребляющих контент пользователей (Польская, Якубовская, 2019).

С помощью публикации фотографий самоповреждений подростки также чувствуют свою принадлежность к некоторой группе. Распространены сетевые сообщества, в которых подростки делятся опытом самоповреждений и поддерживают друг друга в аутоагрессии, поощряют участие в опасных практиках и «челленджах», связанных с нанесением себе вреда. При этом существует иллюзорная безопасность процесса — размещенный контент часто анонимен (Englander, 2012; Patchin, Hinduja, 2017; Польская, Якубовская, 2019; Erreygers et al., 2020), что позволяет пользователям максимально открыто обсуждать свои проблемы.

В рассматриваемом контексте существует риск формирования «вторичной выгоды»: публикации, демонстрирующие акты аутоагрессии, привлекают существенно более высокий объем внимания и вызывают интенсивный эмоциональный отклик пользователей, что может побуждать подростка к повторным, а порой и более тяжким самоповреждениям (Харькина, Бабиева, 2023). У несовершеннолетних формируется установка на поддержание симптома, поскольку таким образом компенсируется дефицит признания и уменьшается внутреннее напряжение. Социально малоуспешный и тревожный подросток склонен к демонстративному аутоагрессивному поведению в качестве средства достижения популярности и заметности. Прослеживается тесная связь между выраженностью аутоагрессии и степенью успешной либо затрудненной социализации подростка (Шевченко, Реан, 2023).

Несмотря на риски, интернет-среда способна оказывать и поддерживающее влияние на лиц с аутоагрессивным и суицидальным поведением. Виртуальная коммуникация предоставляет пользователям, испытывающим изоляцию и эмоциональный дистресс, дополнительный ресурс социальной поддержки (Сидорова и др., 2018). Цифровое пространство расширяет спектр возможностей для равного взаимодействия со сверстниками, поиска релевантной информации о собственном состоянии и доступных стратегиях самопомощи

(Польская, Якубовская, 2019). Онлайн-общение укрепляет неформальные сети содействия, основанные на уникальном опыте и эмпатии, которые нередко недоступны подростку в офлайн-контексте (Любов, Палаева, 2018). Следует учитывать и существующее многообразие информационных инструментов психокоррекции, локально функционирующих во многих странах, ориентированных на лиц с суицидальными намерениями и самоповреждениями. Хотя правдиво и то, что легкодоступность обсуждения может усиливать деструкцию через поощрение использования ранее неизвестных способов самоповреждения и отождествление себя с жертвой (Любов, Палаева, 2018; Польская, Якубовская, 2019; Солдатова, Илюхина, 2021; Голополосов, 2022).

Алгоритмы социальных сетей автоматически подбирают контент в соответствии с интересами пользователя. Если подросток проявляет повышенный интерес к теме самоповреждения (например, ищет соответствующий хэштег, лайкает, подписывается), ему начинает транслироваться больше аналогичных публикаций, что может усугублять симптомы и подавлять позитивные сценарии выхода из кризиса. Распространенность деструктивных тематических сообществ, анонимность и иллюзия безопасности, отсутствие немедленного контроля и надзора — все эти факторы увеличивают риски не только ознакомления с аутоагрессивным поведением, но и его эскалации (Солдатова, Илюхина, 2021).

Установлено, что пассивное наблюдение самоповреждающего контента в социальных сетях само по себе не коррелирует с увеличением частоты самоповреждений у подростков. Напротив, активное размещение собственных эпизодов аутоагрессии достоверно сопряжено с более высоким риском суицидальных попыток и суицидального поведения на протяжении жизни (Харькина, Бабиева, 2023). При этом 87% госпитализированных подростков 12–17 лет практикующих селфхарм до появления первых порезов сталкивались с визуальными изображениями членовредительства, впервые увидев их в среднем в 11 лет. По приблизительным оценкам, две трети несовершеннолетних регулярно встречают в сети контент о суициде и самоповреждении, и каждый десятый не только одобряет, но и репостит либо создает подобные материалы (Солдатова, Илюхина, 2020). Кроме того, каждый пятый школьник (18%) после парасуицидального эпизода признал, что принятие решения было опосредовано влиянием социальных платформ (Харькина, Бабиева, 2023).

Наиболее часто в группу риска попадают подростки, имеющие психологические трудности, в том числе подвергающиеся физическому, сексуальному и эмоциональному насилию. Кроме того, подростки популяризируют и распространяют подобный контент среди сверстников, что впоследствии может приводить к вовлечению в аутодеструктивное поведение тех, кто ранее выступал в роли наблюдателя (Солдатова, Илюхина, 2020). Подобные тенденции приводят к возникновению психологических последствий и нарушениям адаптации у подростков, а также могут заканчиваться госпитализацией в соматические и психиатрические медицинские учреждения, а иногда и летальным исходом.

Однако, как уже было отмечено ранее, несмотря на преобладание в массовом сознании негативной коннотации, интернет-коммуникация может сыграть решающую роль в профилактике и минимизации рисков деструктивного поведения подростков. Во многих странах функционируют специализированные онлайн-платформы, направленные на профилактику суицидов, обучение навыкам самопомощи, консультирование в режиме чата, предоставление анонимной психологической поддержки. Появилась практика использования мобильных приложений для контроля эмоционального состояния, анализа мыслей и отслеживания психоэмоциональных «триггеров». Интернет-порталы и тематические сообщества в социальных сетях, ориентированные на суицидопрофилактику и продвижение здорового образа жизни среди молодежи, способны формировать «эффект Папаге-но», то есть уменьшать суицидальную активность посредством трансляции позитивных, альтернативных сценариев выхода из кризисных ситуаций (Харькина, Бабиева, 2023). Виртуальное взаимодействие предоставляет подросткам с особыми трудностями возможность найти поддерживающее сообщество, анонимно делиться переживаниями и получать эмпатичные отклики и практические рекомендации от ровесников, сталкивавшихся с аналогичными проблемами. Подобные сети взаимопомощи формируют неформальный, но значимый ресурс поддержки, который нередко недоступен офлайн из-за опасений осуждения и стигматизации.

Заключение

Хотя традиционное и цифровое самоповреждение различаются по форме, их объединяют общие психологические причины: дефицит эмоциональной поддержки в реальной жизни, потребность справиться с негативными переживаниями или

чувством одиночества, желание ощутить контроль над своей жизнью через самоповреждение, стремление подражать кумирам или сверстникам и романтизация отношения к самоповреждению. Для обоих вариантов аутоагрессии особую уязвимость имеют подростки с выраженной эмоциональной дисрегуляцией — преобладанием негативного аффекта, чувством внутренней пустоты и импульсивностью (Любов и др., 2019; Голополосов, 2022).

Современные данные подтверждают тесную взаимосвязь между ЦСП и офлайн-членовредительством. Подростки, практикующие цифровое самоповреждение, значительно чаще склонны к аналогичному поведению вне сети. Анализируя тематические сообщества, форумы и группы поддержки, исследователи выявляют, что многие подростки начинают с просмотра или обсуждения чужих случаев, затем переходят к демонстрации собственных, а в дальнейшем — к непосредственному воспроизведению аутоагрессивных моделей поведения в реальной жизни.

Немаловажно учитывать эффект нормализации: регулярное потребление деструктивного контента снижает порог страха и тревоги перед членовредительством, приводит к снижению критичности восприятия собственных рисков и формирует иллюзию контроля над ситуацией. Публичная демонстрация самоповреждающего поведения в сети, вопреки ожиданиям, не снижает его частоту в реальной жизни, а напротив — способствует дальнейшему закреплению модели.

В то же время некоторые исследования показывают, что не любое столкновение с тематическим контентом ведет к повторению опасных действий. Многие подростки, испытывающие трудности, наоборот находят в Интернете информацию о том, как избежать аутоагрессии, делятся опытом выздоровления и поддерживают тех, кто оказался в кризисе.

Цифровая среда оказывает значительное влияние как на физическое, так и на цифровое самоповреждающее поведение. Интернет-пространство формирует условия, которые могут как способствовать развитию таких форм самоповреждения, так и препятствовать им за счет профилактических программ и доступности психологической помощи. С этой точки зрения важно не только предотвращать физическое самоповреждение, но и отслеживать деструктивное поведение в онлайн-пространстве, обеспечивая поддержку и формируя здоровые стратегии совладания со стрессом.

Очевидна необходимость комплексного подхода к профилактике обеих форм самоповреждающего поведения, направленной на устранение причин нарушения психологического благополучия и стимулирование позитивного функционирования подростка. Необходимо обеспечение доступности и приемлемости получения медико-психологической помощи подростками, популяризация ресурсов и возможностей этой помощи.

Литература:

1. Андронникова О.О., Волкова Е.Н. Аналитический обзор зарубежных публикаций по проблеме суицидального и аутодеструктивного поведения детей и подростков // СМАЛЬТА. 2020. № 3. С. 5–24.
2. Бабурин В.В., Черемнова Н.А. Травля в информационном пространстве кибербуллинг и виктимность малолетних и несовершеннолетних лиц // Алтайский юридический вестник. 2022. № 3(39). С. 54–59.
3. Богданович Н.В., Делибалт В.В. Девиантное онлайн-поведение: от классификации видов к анализу программ и технологий помощи // Психология и право. 2024. Т. 14. № 2. С. 45–66.
4. Голополосов Е.Ю. Аутодеструктивный контент в социальных сетях // Психологически безопасная образовательная среда: проблемы проектирования и перспективы развития: сборник материалов IV Международной научно-практической конференции. Тула, 12 окт. 2022 г. ТГПУ им. Л.Н. Толстого, БГПУ им. М. Танка. Чебоксары: Издательский дом «Среда», 2022. С. 365–367.
5. Давидовский С.В., Игумнов С.А. Современные концепции и особенности проявления самоповреждающего поведения // Суицидология. 2020. Т. 11. № 3. С. 33–43.
6. Дарьин Е.В., Зайцева О.Г. Эпидемиология несуицидального самоповреждающего поведения (несистематический повествовательный обзор) // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. 2023. Т. 57. № 2. С. 8–19.
7. Ковалишина К.В. К вопросу о необходимости усовершенствования правового регулирования деятельности блогеров в Российской Федерации (гуманитарный аспект) // Экономика, управление, право и общество: Сборник материалов VIII Межрегиональной научно-практической сетевой Интернет-конференции, Симферополь, 20 октября 2023 года. Симферополь: Издательство Типография «Ариал», 2024. С. 229–231.

8. *Коханая О.Е.* Цифровые медиа как фактор, провоцирующий девиантное поведение несовершеннолетних // Научные труды Московского гуманитарного университета. 2022. № 1. С. 30–38.
9. *Любов Е.Б., Зотов П.Б., Банников Г.С.* Самоповреждающее поведение подростков: дефиниции, эпидемиология, факторы риска и защитные факторы. Сообщение I // Суицидология. 2019. Т. 10. № 4(37). С. 16–46.
10. *Любов Е.Б., Палаева Р.И.* «Молодые» суициды и интернет: хороший, плохой, злой // Суицидология. 2018. Т. 9. № 2. С. 72–81.
11. *Макарова Е.А.* Самоповреждающее поведение детей и подростков в сети Интернет // Вестник Таганрогского института управления и экономики. 2023. № 1(37). С. 49–55.
12. *Мухаметзянов И.Ш.* Предупреждение девиантного поведения и насилия в семье // Семейные ценности и ценностное отношение к семье: методология и позитивный опыт: монография. М.: ООО «МАКС Пресс», 2024. С. 363–378.
13. *Польская Н.А., Якубовская Д.К.* Влияние социальных сетей на самоповреждающее поведение у подростков // Консультативная психология и психотерапия. 2019. Т. 27. № 3. С. 156–174.
14. *Сидорова М.Ю., Маценуро Д.Г., Гайбуллаев А.З.* Киберсамоубийство и цифровой селфхарм: общая проблематика и компьютерные решения. Часть 1 // Социальная и клиническая психиатрия. 2018. Т. 28. № 3. С. 92–104.
15. *Синицын Ю.Н., Синицына Е.Ю.* Деструктивные проявления у обучающихся в цифровой среде // Цифровизация в системе образования: теоретические и прикладные аспекты: материалы III ежегодной Всероссийской научно-практической конференции. Краснодар, 25 марта 2022 года. М.: Издательство «Мир науки», 2022. С. 172–175.
16. *Солдатова Г.У., Илюхина С.Н.* Аутодеструктивное поведение подростков и молодежи в Интернете: анализ кейсов // Цифровое общество как культурно-исторический контекст развития человека: сборник научных статей и материалов III международной конференции. Коломна, 12–14 февраля 2020 г. Коломна: ГОУ ВО Московской области «Государственный социально-гуманитарный университет», 2020. С. 371–376.
17. *Солдатова Г.У., Илюхина С.Н.* Аутодеструктивный онлайн-контент: особенности оценки и реагирования подростков и молодежи // Консультативная психология и психотерапия. 2021. Т. 29. № 1. С. 66–91.
18. *Тирон С.С., Яремчук С.В.* Самоповреждающее поведение и конфликтоустойчивость подростков // Вестник Прикамского социального института. 2023. № 1(94). С. 153–157.
19. *Углова А.Б., Богдановская И.М., Низомутдинов Б.А.* Модель саморазрушающего поведения современной молодежи на основе синтеза биопсихосоциальной и киберпсихологической парадигм // Перспективы науки и образования. 2023. № 1(61). С. 432–450.
20. *Фаустова И.В., Комлик Л.Ю., Филатова И.Ю., Копылова Н.М.* Социально-психологические детерминанты саморазрушающего поведения подростков // Мир науки. Педагогика и психология. 2020. Т. 8. № 4. С. 60.
21. *Харькина Т.В., Бабиева Н.С.* Саногенный и патогенный эффект использования социальных сетей у подростков с аутоагрессивным поведением // Актуальные проблемы клинической психологии и практика их решения: материалы Всероссийской научно-практической конференции. Ростов-на-Дону, 23–24 ноября 2023 г. М.: «Кредо», 2023. С. 281–286.
22. *Шевченко А.О., Реан А.А.* Агрессия подростков и ее профилактика в контексте проблем воспитания. Глава 3. // Психология воспитания и профилактика девиантного поведения: учебное пособие. М.: Московский педагогический государственный университет, 2023. С. 56–81.
23. *Brunner R., Kaess M., Parzer P. et al.* Life-time prevalence and psychosocial correlates of adolescent direct self-injurious behavior: a comparative study of findings in 11 European countries // Journal of Child Psychology and Psychiatry. 2014. V. 55. P. 337–348.
24. *Cleare S., Wetherall K., O'Connor R.* Using the integrated motivational-volitional (IMV) model of suicidal behavior to differentiate those with and without suicidal intent in hospital-treated self-harm // Preventive Medicine. 2021. V.152. Art.106592.
25. *Englander E.* Digital self-harm: frequency, type, motivations, and outcomes // MARC Research Reports. 2012. Paper 5. URL: https://vc.bridgew.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1004&context=marc_reports
26. *Erreygers S., Symons M., Vandebosch H., Pabian S.* Fictitious online victimization: exploration and creation of a measurement instrument // New Media and Society. 2020. V. 24. № 1. P. 156–177.

27. *Hawton K., Rodham K., Evans E., Weatherall R.* Deliberate self-harm in adolescents: self-report survey in schools in England // *BMJ*. 2002. V. 325. P. 1207–1211.
28. *Nesi J., Burke T.A., Lawrence H.R., MacPherson H.A., Spirito A., Wolff J.C.* Online self-injury activities among psychiatrically hospitalized adolescents: prevalence, functions, and perceived consequences // *Research on Child and Adolescent Psychopathology*. 2021. V. 49. № 4. P. 519–531.
29. *Pacheco E., Melhuish N., Fiske J.* Digital self-harm: prevalence, motivations and outcomes for teens who cyberbully themselves. Wellington, New Zealand, 2019. <https://doi.org/10.31235/osf.io/56cyb>
30. *Patchin J.W., Hinduja S.* Digital self-harm among adolescents // *Journal of Adolescent Health*. 2017. V. 61. № 6. P. 761–766.
31. *Patchin J.W., Hinduja S., Meldrum R.C.* Digital self-harm and suicidality among adolescents // *Child and Adolescent Mental Health*. 2023. V. 28. № 1. P. 52–59.
32. *Seko Y., Kidd S.A., Wiljer D., McKenzie K.J.* On the creative edge: exploring motivations for creating non-suicidal self-injury content online // *Qualitative Health Research*. 2015. V. 10. P. 1334–1346.
33. *Soengkoeng R., Moustafa A.A.* Digital self-harm: an examination of the current literature with recommendations for future research // *Discover Psychology*. 2022. V. 2. № 1. P. 19.

DIGITAL AND TRADITIONAL FORMS OF SELF-HARM IN MODERN TEENAGERS

© **Elena N. Volkova**

Doctor of Psychology, Professor, Leading Researcher,
Laboratory of Childhood Psychology and Digital Socialization
Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research, Moscow, Russia
envolkova@yandex.ru; ORCID: 0000–0001–9667–4752

© **Aleksandra A. Orlova**

Junior Researcher, Laboratory of Childhood Psychology and Digital Socialization,
Federal Scientific Center for Psychological and Interdisciplinary Research,
Moscow, Russia
ao_23@mail.ru; ORCID: 0009–0009–2993–0926

The article examines the phenomenon of digital self-harming behavior in adolescents, its features and differences from traditional forms of self-harming behavior. The influence of the digital environment on the formation and maintenance of self-harm in adolescents is shown. The motives of adolescents involved in digital self-harm are analyzed.

Keywords: self-harming behavior, digital self-harm, digital self-harm, adolescents

REFERENCES

1. *Andronnikova O.O., Volkova E.N.* (2020). Analytical review of foreign publications on the problem of suicidal and self-destructive behavior of children and adolescents // *SMALTA*. № 3. P. 5–24.
2. *Baburin V.V., Cheremnova N.A.* (2022). Bullying in the information space, cyberbullying and victimization of minors and underage people // *Altai Law Bulletin*. № 3(39). P. 54–59.
3. *Bogdanovich N.V., Delibalt V.V.* (2024). Deviant online behavior: from classification of types to analysis of programs and technologies of assistance // *Psychology and Law*. V. 14. № 2. P. 45–66.
4. *Golopolosov E. Yu.* (2022). Self-destructive content in social networks // *Psychologically safe educational environment: design problems and development prospects: collection of materials of the IV International scientific and practical conference*. Tula, October 12, 2022. TSPU is named after L.N. Tolstoy, BSPU is named after M. Tank. Cheboksary: Publishing house «Sreda». P. 365–367.
5. *Davidovsky S.V., Igumnov S.A.* (2020). Modern concepts and features of manifestation of self-harming behavior // *Suicidology*. V. 11. № 3. P. 33–43.

6. *Dar'in E.V., Zaitseva O.G.* (2023). Epidemiology of non-suicidal self-harming behavior (non-systematic narrative review) // Review of Psychiatry and Medical Psychology named after V.M. Bekhtereva. V. 57. № 2. P. 8–19.
7. *Kovalishina K.V.* (2024). On the Need to Improve Legal Regulation of Bloggers' Activities in the Russian Federation (Humanitarian Aspect) // Economy, Management, Law and Society: Collection of Materials of the VIII Interregional Scientific and Practical Network Internet Conference, Simferopol, October 20, 2023. Simferopol: Arial Printing House. P. 229–231.
8. *Kokhanaya O.E.* (2022). Digital Media as a Factor Provoking Deviant Behavior in Minors // Scientific Works of the Moscow Humanitarian University. № 1. P. 30–38.
9. *Lyubov E.B., Zotov P.B., Bannikov G.S.* (2019). Self-harming behavior of adolescents: definitions, epidemiology, risk factors and protective factors. Message I // Suicidology. V. 10. № 4(37). P. 16–46.
10. *Lyubov E.B., Palaeva R.I.* (2018). «Young» suicides and the Internet: the good, the bad, the evil // Suicidology. V. 9. № 2. P. 72–81.
11. *Makarova E.A.* (2023). Self-harming behavior of children and adolescents on the Internet // Bulletin of the Taganrog Institute of Management and Economics. № 1(37). P. 49–55.
12. *Mukhametzyanov I. Sh.* (2024). Prevention of deviant behavior and domestic violence // Family values and value attitude towards the family: methodology and positive experience: monograph. M.: OOO «MAX Press». P. 363–378.
13. *Polskaya N.A., Yakubovskaya D.K.* (2019). The influence of social networks on self-harming behavior in adolescents // Counseling psychology and psychotherapy. V. 27. № 3. P. 156–174.
14. *Sidorova M. Yu., Matsepuro D.G., Gaibullaev A.Z.* (2018). Cybersuicide and digital self-harm: general issues and computer solutions. Part 1 // Social and clinical psychiatry. V. 28. № 3. P. 92–104.
15. *Sinitsyn Yu.N., Sinitsyna E. Yu.* (2022). Destructive manifestations in students in the digital environment// Digitalization in the education system: theoretical and applied aspects: materials of the III annual All-Russian scientific and practical conference. Krasnodar, March 25, 2022. Moscow: Mir Nauki Publishing House. P. 172–175.
16. *Soldatova G.U., Ilyukhina S.N.* (2020). Self-destructive behavior of adolescents and young people on the Internet: case analysis // Digital society as a cultural and historical context for human development: collection of scientific articles and materials of the III international conference. Kolomna, February 12–14, 2020 Kolomna: State Educational Institution of Higher Education of the Moscow Region «State Social and Humanitarian University». P. 371–376.
17. *Soldatova G.U., Ilyukhina S.N.* (2021). Self-destructive online content: features of assessment and response of adolescents and young people // Counseling psychology and psychotherapy. V. 29. № 1. P. 66–91.
18. *Tiron S.S., Yaremchuk S.V.* (2023). Self-harming behavior and conflict resistance of adolescents// Bulletin of the Prikamsky Social Institute. № 1(94). P. 153–157.
19. *Uglova A.B., Bogdanovskaya I.M., Nizomutdinov B.A.* (2023). Model of self-destructive behavior of modern youth based on the synthesis of biopsychosocial and cyberpsychological paradigms // Prospects of science and education. № 1(61). P. 432–450.
20. *Faustova I.V., Komlik L. Yu., Filatova I. Yu., Kopylova N.M.* (2020). Social and psychological determinants of self-destructive behavior in adolescents // The world of science. Pedagogy and psychology. V. 8. № 4. P. 60.
21. *Kharkina T.V., Babieva N.S.* (2023). Sanogenic and pathogenic effect of using social networks in adolescents with autoaggressive behavior // Actual problems of clinical psychology and practice of their solution: materials of the All-Russian scientific and practical conference. Rostov-on-Don, November 23–24, 2023. Moscow: «Credo». P. 281–286.
22. *Shevchenko A.O., Rean A.A.* (2023). Adolescent aggression and its prevention in the context of educational problems. Chapter 3. // Psychology of education and prevention of deviant behavior: a tutorial. Moscow: Moscow State Pedagogical University. P. 56–81.
23. *Brunner R., Kaess M., Parzer P. et al.* (2014). Life-time prevalence and psychosocial correlates of adolescent direct self-injurious behavior: a comparative study of findings in 11 European countries // Journal of Child Psychology and Psychiatry. V. 55. P. 337–348.
24. *Cleare S., Wetherall K., O'Connor R.* (2021). Using the integrated motivational-volitional (IMV) model of suicidal behavior to differentiate those with and without suicidal intent in hospital-treated self-harm // Preventive Medicine. V.152. Art.106592.

25. *Englander E.* (2012). Digital self-harm: frequency, type, motivations, and outcomes // MARC Research Reports. Paper 5. URL: https://vc.bridgew.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1004&context=marc_reports
26. *Erreygers S., Symons M., Vandebosch H., Pabian S.* (2020). Fictitious online victimization: exploration and creation of a measurement instrument // *New Media and Society*. V. 24. № 1. P. 156–177.
27. *Hawton K., Rodham K., Evans E., Weatherall R.* (2002). Deliberate self-harm in adolescents: self-report survey in schools in England // *BMJ*. V. 325. P. 1207–1211.
28. *Nesi J., Burke T.A., Lawrence H.R., MacPherson H.A., Spirito A., Wolff J.C.* (2021). Online self-injury activities among psychiatrically hospitalized adolescents: prevalence, functions, and perceived consequences // *Research on Child and Adolescent Psychopathology*. V. 49. № 4. P. 519–531.
29. *Pacheco E., Melhuish N., Fiske J.* (2019). Digital self-harm: prevalence, motivations and outcomes for teens who cyberbully themselves. Wellington, New Zealand. <https://doi.org/10.31235/osf.io/56cyb>
30. *Patchin J.W., Hinduja S.* (2017). Digital self-harm among adolescents // *Journal of Adolescent Health*. V. 61. № 6. P. 761–766.
31. *Patchin J.W., Hinduja S., Meldrum R.C.* (2023). Digital self-harm and suicidality among adolescents // *Child and Adolescent Mental Health*. V. 28. № 1. P. 52–59.
32. *Seko Y., Kidd S.A., Wiljer D., McKenzie K.J.* (2015). On the creative edge: exploring motivations for creating non-suicidal self-injury content online // *Qualitative Health Research*. V. 10. P. 1334–1346.
33. *Soengkoeng R., Moustafa A.A.* (2022). Digital self-harm: an examination of the current literature with recommendations for future research // *Discover Psychology*. V. 2. № 1. P. 19.