

Секция «Психология кризисных и экстремальных ситуаций»

Психологические корреляты аллостаической нагрузки в условиях экстремальной профессиональной деятельности

Морозова Оксана Геннадьевна¹, Даничкина Валерия Евгеньевна²

1 - Национальный исследовательский Томский государственный университет, Томск, Россия; 2 - Национальный исследовательский Томский государственный университет, Томск, Россия

E-mail: Quadroflower@mail.ru

Проблема возникновения стрессовых реакций и постстрессовых состояний у военнослужащих, принимающих участие в боевых действиях, на сегодняшний день не теряет своей актуальности [2, 3, 4]. Профессиональная деятельность в экстремальных условиях может сопровождаться возникновением негативных эмоций, сильных переживаний, а также перенапряжением физическим и психическим. При длительном пребывании организма в стрессовом состоянии возникает аллостаическая нагрузка [1]. Аллостаическая нагрузка - результат избыточной реакции на стресс, ведущий к преждевременному изнашиванию организма [5, 6, 7]. В результате нарушается анаболический баланс, приводящий к истощению резервов организма.

Мы предполагаем, что частота выездов в служебные командировки для выполнения боевого задания, выступает условием возникновения аллостаической нагрузки у лиц с определенными психологическими ресурсами. Цель исследования - выявить личностные и когнитивные корреляты показателей формирования аллостаической нагрузки у военных. В исследовании участвовали 90 военнослужащих 23-48 лет мужского пола. Для проверки гипотезы респондентов объединили в три группы согласно количеству выездов. Методы исследования: иммунологическое исследование на определение стрессовой нагрузки организма осуществлялось ФГБУ НИИ психического здоровья; краткий ориентировочный тест (Э.Ф. Вандерлик, адаптация В.Н. Бузина); личностный опросник СМЛЛ (Л.И. Собчик); тест для определения уровня посттравматического стрессового расстройства (О.И. Котенёв); методика оценки индекса жизненного стиля (Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х. Конт); методика оценки копинг-стратегий (Р. Лазарус и С. Фолкман, адаптирована Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой). Методы статистической обработки: описательная статистика, коэффициент корреляции ранга по Спирмену, факторный анализ.

Результаты исследования. Усредненный профиль показателей базисных шкал методики ММРП позволяет охарактеризовать личностные особенности многих респондентов как соответствующие их профессиональной деятельности. Для большинства из них характерно: отсутствие озабоченности состоянием своего здоровья, энергичность, успешность разрешения своих трудностей, социальная приспособляемость, жизнерадостность, решительность и самоуверенность. Отмечается отсутствие депрессивного состояния, ярко выраженных лидерских черт и независимости, склонности к немотивированному изменению настроения; приверженность общепринятым нормам поведения, сохранение установок, интересов и целей, конформизм; мужской стиль полоролевого поведения, явное стремление к преодолению препятствий, стенический тип реагирования. У многих преобладает здравый смысл и рациональный подход к решению проблем. В ситуации стресса возможна избыточная, но не всегда целенаправленная активность, подражание авторитетной личности. Характерна экстравертированность с ослабленным самоконтролем.

Результаты методики КОТ показывают, что средние показатели всех шкал в пределах нормы. Исключение составляет показатель эмоциональной деструкции, свидетельствующий об эмоциональной отвлекаемости.

Многие респонденты применяют механизм психологической защиты «отрицание». В меньшей мере после служебных командировок они прибегают к «замещению». Показатель нормы после выездов снизился с 14% до 8,89%. При этом количество респондентов с показателем общей напряженности защит больше 50%, увеличилось после командировок, что отражает наличие у них неразрешимых внешних и внутренних конфликтов.

Результаты копинг-стратегий показали, что до командировок повышены значения самоконтроля, поиска социальной поддержки, планирования, положительной переоценки. Высокие значения моды по шкалам «планирование» и «самоконтроль». После командировок средние показатели уменьшились. Высокие показатели моды после поездки - «планирование» и «положительная переоценка». Выявлена асимптотическая ($p=0,000$) значимость по «конфронтации». То есть, можем предположить, что после выполнения служебных командировок респонденты не используют эту стратегию для адаптации.

Установлено, что напряжение адаптационных механизмов присуще многим участникам до отъездов, что соотносится с данными о «стрессе ожидания», «стрессе неопределенности». Адаптация к условиям окружающей среды после командировок в среднем удовлетворительная. Асимптотическая значимость результатов до и после - $p=0,016$. Эффективность совладания с экстремальными условиями профессиональной деятельности согласуется с данными оценки симптомов ПТСР. Также отмечаются изменения двусторонней асимптотической значимости высокого уровня по шкалам «событие травмы», «симптомы гиперактивации ПТСР», «симптомы гиперактивации ОСР».

Выявлена взаимосвязь иммунных показателей и количества служебных командировок. Определена корреляция изучаемых психологических параметров с формированием определенных симптомов ПТСР и показателями аллостаической нагрузки. Осуществлены корреляционный и факторный анализы. Выделены четыре фактора, характеризующих данную выборку по психологическим и биологическим переменным. Обнаружены закономерности формирования аллостаической нагрузки во взаимосвязи с опытом участия и психологическими ресурсами респондентов. Выявленные закономерности позволяют наметить методы профилактики и психологического сопровождения военнослужащих в условиях выполнения служебных командировок.

Источники и литература

- 1) Бохан Т.Г. Культурно-исторический подход к стрессу и стрессоустойчивости : дис. ... д-ра психол. наук / Т. Г. Бохан. – Т., 2008. – 394с.
- 2) Семке В.Я. Психологические характеристики травматического события у пациентов ПТСР / В. Я. Семке, И. Я. Стоянова, С.А. Ошаева // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. – 2005. - №2. – С. 76-79.
- 3) Система иммунитета и уровень тревожности при адаптации человека к новым условиям жизнедеятельности / Ветлугина Т.П. [и др.] // Фундаментальные исследования. – 2012. - №9. – С. 17-21.
- 4) Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса : интегративный подход : дис. ... д-ра психол. наук / Н.В. Тарабрина. – СПб., 2008. – 356 с.
- 5) Schulkin J. Allostasis, homeostasis and costs of physiological adaptation / Jay Schulkin // Cambridge, UK: Cambridge University. Press., 2004. – 372 p.
- 6) Schulkin, J. Neuroendocrine regulation of behavior / Jay Schulkin // Cambridge, UK: Cambridge University. Press., 1999. – 323 p.

- 7) Schulkin, J. Rethinking homeostasis: allostatic regulation in physiology and pathophysiology / Jay Schulkin // Cambridge, UK: Cambridge University. Press., 2003. – 296 p.