

Феномен посттравматического роста в условиях пандемии COVID-19

Научный руководитель – Магомед-Эминов Мадрудин Шамсудинович

Карачева Екатерина Анатольевна

Сотрудник

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет
психологии, Москва, Россия
E-mail: karacheva_k@list.ru

В психологической литературе широко известны различные психологические реакции на травматический дистресс. Следуя этому подходу и переживание экстремального опыта в условиях пандемии COVID-19 также в большинстве своем рассматривается с точки зрения перитравматического дистресса [3, 4]. Однако травматическая ситуация может быть источником не только негативного переживания, но и позитивного опыта, в котором зарождается посттравматический рост личности. С учетом сказанного мы будем исходить из концепции, в которой разделяются психологические реакции и поведение человека в различных экстремальных событиях на три группы: 1) дистресс, дезорганизация, расстройств, травмы; 2) адаптация, выносливость, сопротивляемость; 3) рост личности [2].

Предлагаемое исследование посвящено позитивным психологическим последствиям перитравматического дистресса пандемии COVID-19, выражающимся в посттравматическом росте личности. Мы исходим из общего положения о том, что посттравматический рост личности является не способом совладания со стрессом, не формой адаптации в экстремальной ситуации, а представляет собой трансформацию личности. Мы выдвигаем общую гипотезу о том, что трансформация личности, выражающаяся в посттравматическом росте, опосредствована смысловой работой личности. Для проверки выдвинутой гипотезы мы провели эмпирическое исследование.

Эмпирическое исследование.

Испытуемые. 434 (женщины - 81%, мужчины - 19%), средний возраст - 23,5. Большую часть респондентов составили студенты старших курсов университета. Болевших респондентов - 26% выборки, неболевших - 74%. У 52% респондентов члены семьи болели COVID-19, у 48% не болели.

Методы исследования и обработки данных. Опросник перитравматического дистресса, опросник посттравматического роста личности (ОПТР), опросник незаконченных предложений - в модификации М.Ш. Магомед-Эминова. Экспертная оценка нарративов и незаконченных предложений, статистический анализ в программе SPSS.

Результаты. В нашем исследовании были получены следующие показатели перитравматического дистресса и посттравматического роста. Показатели выраженности перитравматического дистресса у респондентов, болевших COVID-19 значимо выше ($p=0.02$), чем у людей, не болевших данным заболеванием. Анализ корреляции между перитравматическим дистрессом и посттравматическим ростом личности демонстрирует значимую связь (r -Пирсона = 0.23, $p<0.01$) между данными показателями только у группы респондентов, болевших COVID-19. Корреляция между данными показателями у группы неболевших незначима (r -Пирсона = 0.04).

Обсуждение результатов. Данные показывают, что сам факт заболевания коронавирусной инфекцией является дистрессовым. Сопоставляя эти данные с различиями по ОПТР, мы не обнаруживаем значимых различий. Однако если соотнести с этими данными связь, обнаруженную между перитравматическим индексом и посттравматическим ростом, мы сможем дать следующую важную интерпретацию. Из полученных данных

можно было бы сделать вывод, что более сильный дистресс связан с выраженным посттравматическим ростом. Однако мы полагаем, основываясь на качественном анализе дополнительных данных (нарративах и данных незаконченных предложений), что у тех, у кого выше уровень посттравматический рост и индекс перитравматического дистресса имеются качественные различия в экзистенциальной оценке своей жизненной ситуации и соответственно личностного смысла своего опыта.

Кроме этого отметим, что традиционно особенности роста характеризуются как такие явления, которые до этого не обнаруживаются у человека. Однако механизм их актуализации остается не проясненным. Если акцентировать внимание на вышеприведенном выводе, то мы можем утверждать, что особенность посттравматического роста формируется не автоматически как реакция на дистрессовый опыт, а связь между ростом и дистрессом опосредствована экзистенциальным смыслом ситуации опыта для личности. Это означает, что этот феномен роста является не просто способом совладания или адаптации с дистрессором, а проявляется как экзистенциальный феномен в особой предельной ситуации решения жизненных задач, которые требуют таких ресурсов, которые отсутствуют в обычной повседневной дистрессовой ситуации. Можно предположить, что подобный опыт связан с трансгрессивной мотивацией, актуализация которой предполагает выход за пределы наличных ресурсов личности, то есть, когда человек оценивает свою ситуацию как такую, где возможности преодоления ситуации как будто исчерпаны.

Контент-анализ незаконченных предложений в целом демонстрирует качественное различие между высказываниями болевших и неболевших респондентов с точки зрения смысловой направленности. Из методики неоконченные предложения мы проиллюстрируем особенностями ответов на один из пунктов опросника: завершение фразы «Я хочу».

При равном процентном отношении высказываний, ориентированных на негатию, отказ от чего-либо, стремлении к покою (19%), у болевших больше дискурсов о развитии, активности, перспективах (52%), по сравнению с неболевыми (45%). Высказывания, которые были отнесены к нейтральным, направлены на сохранение, восстановление утраченного, у болевших респондентов составляют 29%, у неболевших - 35%.

Выводы. Полученные результаты позволяют сделать вывод о значении экзистенциального смысла ситуации и решения жизненных задач, выходящих за пределы обычного опыта существования, на личностный рост, обусловленный травматическим опытом. Опыт, который человек извлекает из травматической ситуации, опосредствован личностным смыслом для человека. Личностный рост связан не только с проактивностью личности, но также решением человеком смысловых задач [1].

Источники и литература

- 1) Асмолов А.Г., Братусь Б.С., Гусейнов А.А., Донцов А.И., Иванников В.А., Магомед-Эминов М.Ш. Культурно-деятельностная психология в экстремальной ситуации: вызов пандемии. Материалы обсуждения // Человек. – 2020. – Т. 31. – Номер 4 С. 7-40.
- 2) Магомед-Эминов, М.Ш. Трансформация личности / М.Ш. Магомед-Эминов. — М.: Психологическая ассоциация, 1998.
- 3) Bo HX, Li W, Yang Y, Wang Y, Zhang Q, Cheung T, WuX and Xiang Y.T. (2020) Posttraumatic stress symptoms and attitude toward crisis mental health services among clinically stable patients with COVID-19 in China. Psychological Medicine.
- 4) Sher L. (2020) Are COVID-19 survivors at increased risk for suicide? Acta Neuropsychiatrica 1–1.