

# ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ГРАЖДАНСКИХ ЛИЦ, ПОСТРАДАВШИХ ВСЛЕДСТВИЕ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

## STUDY OF THE EMOTIONAL SPHERE OF CIVILIANS AFFECTED BY COMBAT OPERATIONS

*E. Ryadinskaya  
V. Volobuev  
M. Takhtarova*

*Summary:* The article considers the consequences of military operations on the emotional sphere of the civilian population. It is studied how these consequences manifest themselves in extroverts and introverts. It is revealed that the majority of subjects have an increased level of hypervigilance and exaggerated reaction. At the same time, aggressiveness and fits of rage in the state of stress are more peculiar to extroverts, and hypervigilance and anxiety are more pronounced in introverts. Introverts find it more difficult to adapt socially in the period of active combat operations, because they have low resistance to stress. The developed psychocorrectional program was also tested, which showed its effectiveness in correcting the negative impact of stress on the mental health of the civilian population.

*Keywords:* emotional domain, anxiety, combat, depression, extraversion, introversion.

**Рядинская Евгения Николаевна**

д-р психол.н., доцент, ФГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия»  
tuchalola@mail.ru

**Волобуев Вахтанг Вячеславович**

к.м.н., ФГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия»  
goodpsychologist@gmail.com

**Тахтарова Мария Александровна**

ФГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия»  
takhtarovamaria@mail.ru

*Аннотация:* В статье рассматриваются последствия боевых действий на эмоциональную сферу мирного населения. Изучено как проявляются эти последствия у экстравертов и интровертов. Выявлено, что у большинства испытуемых наблюдается повышенный уровень сверхбдительности и преувеличенное реагирование. При этом агрессивность и приступы ярости в состоянии стресса более свойственны экстравертам, а сверхбдительность и тревожность более выражены у интровертов. Интровертам сложнее социально адаптироваться в период активных боевых действий, потому как у них низкая сопротивляемость стрессу. Также апробирована разработанная психокоррекционная программа, показавшая эффективность в коррекции негативного влияния стресса на психическое здоровье гражданского населения.

*Ключевые слова:* эмоциональная сфера, тревожность, боевые действия, депрессия, экстраверсия, интроверсия.

### Введение

Несмотря на стремительное развитие современного мира, вероятность чрезвычайных экстремальных ситуаций, связанных с риском для психического здоровья человека, по-прежнему, остается достаточно высокой. Вся историю человечества можно поделить на две части – войну и мир [4]. Это два полярных состояния, в которых находится любое общество в своем развитии и отношении с внешним окружением. В последние столетия проявилась тенденция не только учащения войн, но и многократного роста масштаба охваченных ими территорий и людских масс, числа вовлекаемых в них стран и народов, степени ожесточенности, количества жертв и величины ущерба [7-9].

Длительность боевых действий и их психотравмирующий характер воздействия очень сильно сказываются на психическом здоровье, в частности, эмоциональную сферу, не только прямых участников вооруженного конфликта, но и гражданское население. Именно данная категория лиц находится в постоянном стрессе, и не каждому удается справляться со своими эмоциями в период частых обстрелов мирного населения [5, 6].

Проблема влияния боевых действий в целом на психическое здоровье гражданского населения рассматривается в исследованиях Ю.А. Александровского, Л.И. Спивак, Б.П. Щукина, Х.Б. Ахмедовой, З.И. Кекелидзе, Н.В. Тарабариной, А.М. Столяренко, У. Юла, Ю.Г. Демьянова, Е.И. и др.

**Цель статьи** – изучить эмоциональную сферу экстра- и интровертированных граждан под влиянием боевых действий.

### Материалы и методы

Для реализации поставленных целей и задач были использованы следующие методики: методика «EPI» Г.Айзенка; Методика дефинициальной диагностики депрессивных состояний У.Занге, «Опросник травматического стресса» И.О. Котенева, Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Т. Холмаса и Р. Раэ.

Выборку составили 90 испытуемых гражданского населения, проживающих в зоне постоянных боевых действий.

### Результаты и их обсуждение

У экстраверта и интроверта могут быть две возмож-

ные реакции на стресс, кризисную ситуацию. Экстраверты могут отреагировать экстрапонятивно, т.е. вовне – повысить голос на кого-то из окружающих, часто звонить по телефону и рассказывать, как можно большему количеству людей, про то, что с ними произошло. Именно так экстраверты поступают довольно часто. Но они тоже могут отреагировать и интропонятивным образом, такая реакция чрезмерно усиливает внутреннее переживание.

Для экстравертов более опасное первое проявление, потому как оно может перерасти в агрессию. Для интровертов опасны реакции внутренних переживаний, потому как она может перерасти в депрессивные проявления [1-3].

С целью изучения особенностей эмоциональной сферы под воздействием боевых действий у интро- и экстравертированных людей мы использовали «Опросник ЕРІ Айзенка». Так, по результатам методики были сформированы две группы испытуемых – экстраверты (первая группа) и интроверты (вторая группа). Количество выборочной совокупности было распределено поровну.

С помощью опросника травматического стресса А. Котенева были выявлены ведущие психологические состояния у испытуемых (табл. 1).

Таблица 1.

Результаты по методике «Опросник травматического стресса» А. Котенева (в %).

Состояние	Экстраверты	Интроверты	Всего
Сверхбдительность	48,3	54,2	39,62
Преувеличенное реагирование	41,4	29,2	35,85
Тревожность	10,3	16,6	24,53

Среди испытуемых данной выборки наибольшее количество человек с было выявлено с преобладанием результатов по шкале «сверхбдительности» (39,62%). 35,85% было получено по шкале «преувеличенное реагирование» и у 24,54% респондентов выявлена тревожность, других психологических состояний не выявлено.

Как мы видим, экстраверты склонны больше демонстрировать преувеличенное реагирование, а проявлять тревожность и сверхбдительность – интроверты.

С помощью методики «Дифференциальной диагностики депрессивных состояний У. Занге» мы определили уровень депрессивных состояний среди испытуемых (табл. 2).

На момент исследования норма была выявлена лишь у 28,3% респондентов от общего количества. У 49% была легкая депрессия, маскированная у 20,7% и у 2% была выявлена истинная депрессия. Отметим, что в депрессивном состоянии больше находятся интроверты.

Таблица 2

Уровня депрессивных состояний по методике «Дифференциальной диагностики депрессивных состояний У. Занге» (в %).

Уровень депрессии	Экстраверты	Интроверты	Всего
Норма	41,4	12,5	28,3
Легкая	51,7	45,8	49
Маскированная	6,9	37,5	20,7
Истинное состояние	-	4,2	2

По методике «Определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Т. Холмса и Р. Раэ» были получены следующие результаты, представленные в таблице 3.

Таблица 3

Результаты по методике «Определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Т. Холмса и Р. Раэ» (в %).

Степень сопротивляемости стрессу	Экстраверты	Интроверты	Всего
Большая	-	-	-
Высокая	13,8	12,5	13,2
Пороговая	72,4	66,7	69,8
Низкая	13,8	20,8	17

Высокая сопротивляемость к стрессу выявлена лишь у 13,2% от общего количества опрошенных, пороговая – у 69,2% и низкая – у 17%.

Следующим этапом исследования стало осуществление формирующего эксперимента, в основе которого заложена стратегия обсуждения своих переживаний, эмоций в безопасной обстановке. Целью данного этапа исследования является изучение влияния разработанной программы психологической коррекции с целью снятия тревожности, овладения способами саморегуляции.

В качестве участников исследования были отобраны 24 респондента интровертированного типа, так как у них были наиболее неблагоприятные показатели эмоционально-волевой сферы (признаки депрессии) по применяемым методикам. В формирующем эксперименте испытуемые были поделены на две группы: экспериментальную и контрольную (ЭГ И КГ). Наличие контрольной группы дало возможность детально проследить за изменениями, которые происходят в экспериментальной группе после предложенной тренинговой работы и сравнить полученные результаты с показателями испытуемых, которые не принимали участие в формирующем эксперименте.

С целью выявления различия психологического состояния «до» и «после» нами был применён непараметрический статистический критерий Т-Вилкоксона. Вы-

Психологические показатели до и после психокоррекционного воздействия.

Показатели	Экспериментальная		Контрольная	
	T	p-уровень	T	p-уровень
Сверхбдительность	2,8	0,05*	0,00	0,05*
Преувеличенное реагир.	0,00	0,005*	0	0
Тревожность	0,00	0,005*	0,00	0,005*
Большая степень сопротивляемости стрессу	-	-	-	-
Высокая степень сопротивляемости стрессу	0,00	0,005*	0,00	0,005*
Пороговая степень сопротивляемости стрессу	0,00	0,005*	0,00	0,005*
Низкая степень сопротивляемости стрессу	0,00	0,005*	0,00	0,005*
Отсутствие депрессии	0,00	0,005*	0	0
Легкая депрессия	0,00	0,005*	0,00	0,005*
Маскированная депрессия	6,00	0,02*	0,00	0,005*
Истинное состояние депрессии	0	0	0	0

Примечание: \* - статистически значимые различия между показателями групп до и после проведения психокоррекционного воздействия (\*  $p < 0,05$ ).

бор обосновывается тем, что T-Вилкоксона направлен на сравнение двух связанных (зависимых) выборок по количественному или качественному анализу. Результаты применения представлены в таблице 4.

Таким образом, анализ эффективности психологического вмешательства в экспериментальной группе (ЭГ), указывает на улучшения показателей. Комплекс упражнений, направленных на формирование навыков саморегуляции способствовал снижению агрессивности, тревожности, сверхбдительности. Также по данным анализа результатов формирующего эксперимента в двух группах необходимо отметить, что нам удалось достигнуть уменьшения степени напряженности и депрессивности, что способствует формированию адекватных психологических защит более высокого уровня. Отметим также, что по депрессивному состоянию «норма», «легкая», «маскированная» в экспериментальной группе имеют значимые расхождения в состояниях «до» и «после».

### Заключение

Таким образом, проанализировав результаты исследования, можем сделать следующие выводы. Среди исследуемой выборки выявлено больше экстравертов, чем интровертов. Как у интровертированных, так и у

экстравертированных типов выявлено пребывание в депрессивном состоянии различной степени, при котором сохраняется активность и общительность. При этом у интровертов выявлен более высокий уровень депрессивных состояний, чем у экстравертов.

У большинства испытуемых наблюдается повышенный уровень сверхбдительности и преувеличенное реагирование. При этом агрессивность и приступы ярости в состоянии стресса более свойственны экстравертам, а сверхбдительность и тревожность более выражены у интровертов. Интровертам сложнее социально адаптироваться в период активных боевых действий, потому как у них низкая сопротивляемость стрессу.

Разработанная система психокоррекционных мероприятий, включающая в себя дифференцированное сочетание методов индивидуального, группового и социализированного вмешательства, была направлена на оптимизацию психоэмоциональных состояний, включение адекватных психологических защит, а также повышение успешности реадaptационных процессов. По результатам формирующего эксперимента разработанная психокоррекционная программа показала эффективность в коррекции негативного влияния стресса на психическое здоровье гражданского населения.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Аугустинавичюте А. Комментарий к типологии Юнга и введение в информационный метаболизм // Соционика, ментология и психология личности. 1995. № 2. С. 108–134.
2. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: ПЕР СЭ, 2006. 523 с.
3. Екимова В.И., Лучникова Е.П. Комплексная психологическая травма как следствие экстремального стресса // Современная зарубежная психология.

2020. Т. 9. №1. С. 50–61.
4. Кадыров Р.В. Посттравматический рост как результат переживания психической травмы (на примере военнослужащих, принимавших участие в боевых действиях, и сотрудников МЧС России) // Проблемы здоровья личности в теоретической и прикладной психологии. Материалы межд. науч.-практ. Конф; под ред. Н.А. Кравцовой. Владивосток: Мор. гос. ун-т им. адм. Г.И. Невельского, 2011. С. 283-290.
  5. Караяни А.Г. Психологическая реабилитация участников боевых действий (Психология боевого стресса и стресс-менеджмента). М.: ВУ, 2018. 152 с.
  6. Литвинова Р.М., Волобуев В.В., Рядинская Е.Н. Анализ факторов, воздействующих на психическое состояние мирных жителей, проживающих на территории вооруженного конфликта // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. 2022. № 4(61). С. 14-28. DOI 10.26456/vtpsyed/2022.4.014.
  7. Рябова М.Г. Факторы психологической безопасности личности в экстремальных ситуациях // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2016. Т. 26. №4. С. 94-99.
  8. Тарабрина Н.В., Хажуев И.С. Посттравматический стресс и защитно-совладающее поведение у населения, проживающего в условиях длительной чрезвычайной ситуации // Экспериментальная психология. 2015. Т. 8. №3. С. 215-226.
  9. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2006. 256 с.

---

© Рядинская Евгения Николаевна (muchalola@mail.ru), Волобуев Вахтанг Вячеславович (goodpsychologist@gmail.com),  
Тахтарова Мария Александровна (takhtarovamaria@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»