

179
Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический
университет имени Максима Танка»

Факультет психологии
Кафедра прикладной психологии

**Особенности переживания различных
психотравмирующих событий очевидцами
происшествий и пострадавшими**

Курсовая работа
Студентки 040 группы
курса специальности
«Психология»
наочной формы получения
образования
Ахтямовой
Сильги Викторовны

Допущена к защите

Защищена 22.06. 2015г.
с отметкой «Хорошо»

Научный руководитель -
преподаватель

Ю.В.Воронович

Минск, 2015

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ОСОБЕННОСТИ И МЕХАНИЗМЫ ПЕРЕЖИВАНИЯ ПСИХОТРАВМИРУЮЩИХ СОБЫТИЙ	
1.1 Понятие «травма», «травматический стресс», «посттравматическое стрессовое расстройство».....	5
1.2 Механизм и последствия развития посттравматического стрессового расстройства.....	10
1.3 Способы и методы борьбы с последствиями психотравмирующих событий.....	11
Выводы по первой главе.....	14
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ ПСИХОТРАВМЫ НА ЛИЧНОСТЬ ПОСТРАДАВШЕГО ИЛИ ОЧЕВИДЦА ПСИХОТРАВМИРУЮЩЕГО СОБЫТИЯ	
2.1 Обоснование выборки и методов исследования.....	16
2.2 Показатели результатов исследования.....	187
2.3 Исследование влияния психотравмы на уровень стрессоустойчивости.....	21
Выводы по второй главе.....	24
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	266
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	288
ПРИЛОЖЕНИЯ	

ВВЕДЕНИЕ

За последние десятилетия наблюдается резкое увеличение числа таких ситуаций, которые вызывают у человека стрессовые расстройства. Техногенные и природные катастрофы, военные действия, аварии и прочие психотравмирующие ситуации стали постоянными спутниками современного общества. Помимо этого, случаются и такие ситуации, которые во все времена вызывали у человека негативные личностные и психические последствия. Это так называемые хронические психические травмы, т. е. такие обстоятельства в жизни, которые в течение продолжительного времени, практически ежедневно, оказывают негативное воздействие на психику человека. К таким ситуациям постоянного и повторяющегося воздействия травматического стрессора можно отнести: насилие в семье, вопиющие условия в неблагополучной семье, сиротство, армейские и военные условия и пр.

Психотравмирующие события неизменно вызывают у человека сильные эмоции и стрессы, которые в свою очередь, могут привести к развитию различных психических (нервный срыв, депрессия, неврастения и т.д.) и соматических заболеваний (бронхиальная астма, язва желудка, гипертония, ревматический артрит, онкологические заболевания, ослабление иммунитета и др.). То есть результатом психической травмы может оказаться даже большее поражение организма, по сравнению с физическим травмированием. Данный факт был отмечен еще Сократом (469-399 гг. до н.э.), который считал влияние души определяющим фактором телесного благополучия:

«... все — и хорошее и плохое — происходит в теле и во всем человеке душою, и именно из нее все происходит... Поэтому-то и надо прежде всего и преимущественно лечить душу, если хочешь, чтобы и голова и все остальное тело хорошо себя чувствовали» [7].

Знание влияния, которое оказывают психотравмирующие ситуации на образовательную, производственную сферу деятельности человека, его быт и семейную жизнь, отношения с другими людьми, его восприятие окружающего мира — считается актуальным в настоящее время. Изучением данных проблем занимались такие ученые как Г. Селье, З. Фрейд, Ф.Б. Баина, В.А. Бодрова, В.Е. Рожкова и многие другие.

На данный момент проблему переживаний психотравмирующих ситуаций я считаю достаточно актуальной, так как пережитый стресс оказывает сильное влияние на формирование личности человека: во многом определяет внутрисубъектные конфликты, нарушается самопринятие, резко изменяется отношение к миру, возникают и проявляются социально неодобряемые формы поведения (применение психоактивных веществ, драки, проявление садизма и т.д.)

нью более слабым, воровство, побеги из дома и др.), человек ограждает себя от окружающего мира.

Из этого поэтому необходимо рассмотрение переживаний психотравмирующих событий человеком, а также поиск наиболее эффективных способов оказания помощи.

Цель исследования – изучить особенности переживания различных психотравмирующих событий очевидцами происшествий и пострадавшими.

Задачи:

1. Обосновать понятия «травма», «травматический стресс», «посттравматическое стрессовое расстройство».
2. Проанализировать классификацию психических травм и ситуаций, вызывающих их.
3. Рассмотреть механизм и последствия развития посттравматического стрессового расстройства.
4. Определить основные способы и методы борьбы с последствиями психотравмирующих событий.
5. Провести эмпирическое исследование, направленное на определение особенностей переживания психотравмирующих событий очевидцами и пострадавшими.

Объект исследования – реакции на психотравмирующее происшествие.

Предмет исследования – особенности переживания различных психотравмирующих событий очевидцами происшествий и пострадавшими.

Гипотеза исследования – психотравмирующие события оказывают влияние разной интенсивности на очевидцев происшествий и пострадавших.

Методы – анализ источников литературы, диагностические методы сбора материала.

Структура работы – работа состоит из введения, двух глав, семи параграфов, заключения, библиографического списка.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основе анализа обзора литературы и полученных результатов проведенного нами эмпирического исследования можно сделать следующие выводы:

1. За последние десятилетия наблюдается резкое увеличение числа таких ситуаций, которые вызывают у человека стрессовые расстройства. Техногенные и природные катастрофы, военные действия, аварии и прочие психотравмирующие ситуации стали постоянными спутниками современного общества. Помимо этого, существуют и такие ситуации, которые во все времена вызывали у человека негативные эмоциональные и психические последствия. Это так называемые хронические психические травмы, т. е. такие обстоятельства в жизни, которые в течение продолжительного времени, практически ежедневно, оказывают негативное воздействие на психику человека.

2. Травма – это событие высокой интенсивности, при котором отсутствует возможность адекватного совладания и присутствует превышение приспособительного потенциала индивида, следствием чего могут быть различные расстройства и нарушения адаптации, связанные со стрессом.

Нормальная психика в такой ситуации стремится смягчить дискомфорт: человек коренным образом меняет свое отношение к окружающему миру, стараясь сделать свою жизнь хоть немного лучше, а это, в свою очередь, вызывает психическое напряжение, что делает чрезвычайно формирование психологических защит. Психологические защиты, в данном случае, развиваются в ответ на переживаемые человеком стрессовые ситуации, являя собой некий механизм совладания с теми событиями и эмоциями, которые травмированный человек не в состоянии принять и осознать.

3. Процесс, при помощи которого человек пытается справиться со стрессовыми требованиями, называется *преодолением* и встречается в двух основных видах:

- проблемно-ориентированное преодоление – основывается на сосредоточении человека на конкретной ситуации или проблеме, попытка изменить ее или избежать в будущем;
- эмоционально-ориентированное преодоление основывается на ослаблении человеком связанных со стрессовой ситуацией эмоций, даже в том случае, если саму ситуацию изменить нельзя.

4. В результате эмпирического исследования было выяснено, что психотравмирующие события оказывают разное влияние на очевидцев происшествий и пострадавших. Пострадавшие от происшествий более склонны обвинять себя, видеть в себе, как правило, недостатки, в эмоциональных реакциях на себя у

ных присутствуют раздражение и презрение, самообвинение. Они не ждут положительных отношений от других. Вероятно, это связано с глубокими личными переживаниями, отсутствием поддержки или с чередой каких-либо событий, уступивших пережитое событие.

Учитывая результаты исследования, можно сказать, что непосредственные очевидцы происшествий, в большей степени сумели справиться с последствиями психотравмирующего события. Определенно можно отметить, что наличие так долго все же оказало влияние на формирование их личности, но при этом вероятно, способствовало развитию и положительных черт характера.

Проведение Уггеста Манна-Уитни показало, что группы «Пострадавших» и «Очевидцев» различаются по показателям уровня стрессоустойчивости ($U=138,00$, $p=0,000$). «Пострадавшие» имеют значительно ниже уровень стрессоустойчивости, чем «Очевидцы». Можно предположить, что отсутствие доверия к миру, возникшее в результате травмы, ведет к тому, что эмоциональная жизнь человека оказывается перенасыщенной. Любой нейтральной раздражитель чело- век трактует исходя из личного контекста своей истории. Таким образом ре- сурс стрессоустойчивости оказывается истощенным, что мы и видим из ре- зультата обследования.

Таким образом, считаю, что цель работы достигнута, сопутствующие за- дачи реализованы в полном объеме. Гипотеза исследования доказана.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аткинсон, Р. Введение в психологию: уч. для студентов университетов. / Р.Л. Аткинсон, Р.С. Аткинсон, Э.С. Смит; под ред. Р.Л. Аткинсон. – М.: 2005. – 677 с.
2. Головин, С.Ю. Словарь практического психолога. / С.Ю. Головин. – Минск: Харвест, 1998. – 600 с.
3. Гуревич, К.М. Психологическая диагностика: уч. пособие. / К.М. Гуревич, Е.М. Борисов; под ред. К.М. Гуревич. – М.: УРАО, 1997. – 304 с.
4. Гурьева, В.А. Психогенные расстройства у детей и подростков. / В.А. Гурьева. – М.: КРОН-ПРЕСС, 1996. – 208 с.
5. Куприянов, Р.В. Психодиагностика стресса: практикум. / Р.В. Куприянов, Ю.В. Кузьмина; под ред. Р.В. Куприянова – Казань: КНИГУ, 2012 – 212 с.
6. Немов, Р.С. Психология: уч. для студентов высших педагогических учебных заведений / Р.С. Немов. – 4-е изд. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛА-ДОС, 2003. – 688 с.
7. Плагон Хармид. Большая электронная библиотека. [Электронный ресурс] – Режим доступа : <http://www.mau-books.org/> – Дата доступа : 25.03.2015
8. Пятницкая, Е.В. Психологическая помощь детям и подросткам, переживающим психотравмирующие события: уч. метод. пособие для студентов психологических специальностей и практикующих психологов. / Е.В. Пятницкая. – Балашов: Николаев, 2008. – 180 с.
9. Райх, В. Характероанализ: Техника и основные положения для обучающихся и практикующих аналитиков. Райх. – М.: «Кошто-Центр», 2006 – 368 с.
10. Ромек, В.Г. Психологическая помощь в критических ситуациях/ В.Г. Ромек, В.А. Конторович, Е.И Крукович; под ред. В.Г. Ромек. – СПб: Речь, 2004. – 256 с.
11. Селье, Г. Стресс без дистресса. / Г. Селье. - М.: Гипрогесс, 1982. – 68 с.
12. Ушаков, Г.К. Пограничные нервно-психические расстройства. / Г.К. Ушаков. – 2-е изд. перераб. и доп. – М.: «Медицина», 1987. – 304 с.
13. Черепанова, Е.М. Психологический стресс: понятие, классификация и лечение. Черепанова. – 2-е изд. – М.: издат. центр «Академия», 1997. – 96 с.