

**Убеждения о себе и мире как фактор субъективно воспринимаемой психологической травматизации личности**

**Научный руководитель – Рягузова Елена Владимировна**

*Лебедева Валерия Евгеньевна*

*Студент (магистр)*

Саратовский государственный университет имени Н.Г. Чернышевского, Факультет психологии, Саратов, Россия

*E-mail: lebedeva.valeriya99@mail.ru*

В настоящее время расширяется диапазон макро- и микросоциальных факторов, оказывающих деструктивное влияние на физическое и психологическое здоровье субъекта. Военные конфликты, социальная напряженность, резкое изменение условий повседневной жизни, столкновение с экстремальными, предельными ситуациями в качестве их непосредственного участника и свидетеля повышают риск психологической травматизации индивидов [2]. Субъективная интерпретация происходящих с человеком событий (ведь само по себе то или иное событие не является травматическим, оно приобретает травматический характер в зависимости от отношения к нему личности, ее оценки и восприятия), а также описанный в рамках социально-когнитивного подхода Р. Янофф-Бульман процесс трансформации системы убеждений личности о себе и мире после столкновения с травматическим опытом [1], дают нам основания для анализа данной проблемы с иного ракурса: каким образом и какие убеждения личности о себе и мире могут способствовать интерпретации ею событий как травматических?

**Цель исследования:** изучить механизмы влияния убеждений личности о себе и мире на выраженность субъективно воспринимаемой психологической травматизации.

**Гипотеза исследования:** связь рефлексивности и смысложизненных ориентаций с выраженностью субъективно воспринимаемой психологической травматизации может быть опосредована убеждениями личности о себе и мире.

**Методы и методики исследования.** Психологическое тестирование включало применение модифицированного варианта «Методики определения стрессоустойчивости и социальной адаптации» Т. Холмса и Р. Раге в адаптации Н.Е. Водопьяновой; «Теста жизнестойкости» С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой; опросника «Дифференциальный тип рефлексии» Д.А. Леонтьева и др.; «Шкалы базисных убеждений» Р. Янофф-Бульман в адаптации М.А. Падун, А.В. Котельниковой. Для математической обработки статистических данных использовалась обобщенная модель медиации, основанная на линейной модели (GLM Mediation Model), в статистическом пакете Jamovi, v. 2.4.14.

**Эмпирическая выборка исследования.** Исследование было реализовано в онлайн-формате. Выборку составили 255 испытуемых, из которых 242 человека женского пола, 13 человек мужского пола. Их возраст варьирует от 18 до 44 лет ( $M=18$ ). К исследованию приглашались лица, пережившие / переживающие психологическую травму (в том числе, лица, предполагающие у себя наличие психологической травмы). В состав выборки испытуемые включались на основании результатов «Методики определения стрессоустойчивости и социальной адаптации» (критерий: переживание как минимум одной субъективно воспринимаемой травматической ситуации).

**Основные результаты, их обсуждение.** В модели медиации в качестве экзогенной переменной выступала выраженность субъективно воспринимаемой психологической

травматизации у испытуемых, в качестве медиаторов – базисные убеждения «Доброжелательность мира», «Образ Я», остальные переменные являлись эндогенными.

Из включенных в модель предикторов значимое ( $p < 0,05$ ) прямое влияние на выраженность психологической травматизации оказывают смысложизненная ориентация «Контроль» ( $\beta = 0,165$ ), тип рефлексии «Интроспекция» ( $\beta = 0,230$ ), базисные убеждения «Доброжелательность мира» ( $\beta = -0,174$ ) и «Справедливость» ( $\beta = -0,153$ ). Так, убежденность субъекта в своей способности контролировать происходящие с ним события, избыточная сосредоточенность на своих эмоциях и состояниях при переживании субъективно травматической ситуации, представления о мире как об опасном, непредсказуемом и несправедливом месте могут способствовать оцениванию им тех или иных ситуаций как травматических для него и системы его убеждений.

Также нами был обнаружен косвенный эффект: базисное убеждение «Справедливость мира» посредством медиатора «Доброжелательность мира» оказывает отрицательное влияние ( $\beta = -0,055$ ) на выраженность субъективно воспринимаемой психологической травматизации. Следовательно, представление личности о несправедливости мира, его неподчиненности нормам морали, права и этики, опосредует ее восприятие окружающей действительности как опасной и хаотичной, что, в свою очередь, может способствовать более высокому риску ее психологической травматизации с учетом субъективного оценивания определенных событий как угрожающих ее представлениям о мире и себе, то есть травмирующих.

Кроме того, анализируемые предикторы составляют систему регрессионных уравнений, в рамках которой базисное убеждение «Справедливость мира» оказывает положительное влияние на убеждение «Доброжелательность мира» ( $\beta = 0,320$ ); базисное убеждение «Справедливость мира» оказывает положительное влияние на убеждение «Образ Я» ( $\beta = 0,171$ ), тип рефлексии «Квазирефлексия» оказывает отрицательное влияние на базисное убеждение «Доброжелательность мира» ( $\beta = -0,153$ ); смысложизненная ориентация «Контроль» оказывает положительное влияние на базисное убеждение «Образ Я» ( $\beta = 0,309$ ). Можно заключить, что представление о справедливости мира влияет на его оценку как доброжелательного по отношению к субъекту (убеждение по типу: «если я веду себя правильно, то мир будет добр ко мне»); в то же время представление о справедливости мира обуславливает позитивное самовосприятие личности (убеждение по типу: «если я правильно себя веду, то я хороший человек»); квазирефлексия способствует формированию представления о мире как о враждебном месте в силу того, что резонерство и дезадаптивные фантазии, не имеющие отношения к проблемной ситуации, могут приводить к повышению тревожности индивида, катастрофизации последствий происходящего события (убеждение по типу: «все будет ужасно, ничего нельзя исправить»); также убежденность личности в своей способности управлять событиями своей жизни и реакциями на них вносит вклад в конструирование ею позитивной Я-концепции (убеждение по типу «я контролирую свою жизнь, поэтому я хороший человек»).

**Выводы.** Изучены механизмы влияния убеждений личности о себе и мире на выраженность субъективно воспринимаемой психологической травматизации. Полученные результаты могут найти применение в рамках консультативной психологии для выявления уязвимых зон в структуре личности и профилактики ее психологической травматизации.

### Источники и литература

- 1) Падун М.А., Котельникова А.В. Модификация методики исследования базисных убеждений личности Р. Янофф-Бульман. Психологический журнал, 2008. Т. 29. № 4. С. 98–106

- 2) Трусова А.Д., Фаустова А.Г. Влияние генеза психологической травмы на проявления посттравматического роста: теоретический обзор // Личность в меняющемся мире: здоровье, адаптация, развитие. 2021. №4 (35)

### Иллюстрации

Indirect and Total Effects								
Type	Effect	Estimate	SE	95% C.I. (a)		$\beta$	z	p
				Lower	Upper			
Indirect	Справедливость $\Rightarrow$ Доброжелательность мира $\Rightarrow$ Уровень травматизации	-0.46565	0.2031	-0.86379	-0.06751	-0.05580	-2.29228	0.022
Component	Справедливость $\Rightarrow$ Доброжелательность мира	0.40612	0.0756	0.25802	0.55423	0.32036	5.37435	< .001
	Доброжелательность мира $\Rightarrow$ Уровень травматизации	-1.14656	0.4524	-2.03326	-0.25986	-0.17417	-2.53437	0.011
	Справедливость $\Rightarrow$ Образ Я	0.26123	0.0878	0.08906	0.43341	0.17114	2.97377	0.003
	Квазирефлексия $\Rightarrow$ Доброжелательность мира	-0.07744	0.0319	-0.14004	-0.01484	-0.15302	-2.42447	0.015
	Контроль $\Rightarrow$ Образ Я	0.13228	0.0308	0.07193	0.19264	0.30983	4.29589	< .001
	Интрорспекция $\Rightarrow$ Уровень травматизации	0.79046	0.2869	0.22821	1.35270	0.23024	2.75549	0.006
	Контроль $\Rightarrow$ Уровень травматизации	0.38709	0.1939	0.00711	0.76706	0.16583	1.99666	0.046
Total	Справедливость $\Rightarrow$ Уровень травматизации	-1.28152	0.5421	-2.34397	-0.21907	-0.15356	-2.36410	0.018
	Интрорспекция $\Rightarrow$ Уровень травматизации	0.86814	0.2882	0.30335	1.43293	0.25287	3.01265	0.003

Note. Confidence intervals computed with method: Standard (Delta method)

Note. Betas are completely standardized effect sizes

Рис. : Результаты анализа медиации