Консультативная психология и психотерапия
2026. *34*(3), 9—27.
hthttps://doi.org/10.17759/cpp.2026340301
ISSN: 2075-3470 (печатный)
ISSN: 2311-9446 (online)

Counseling Psychology and Psychotherapy
2026. *34*(3), 9—27.
hthttps://doi.org/10.17759/cpp.2026340301
ISSN: 2075-3470 (print)
ISSN: 2311-9446 (online)

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОБЗОРЫ
THEORETICAL REWIEWS

Научная статья | Original paper

Теоретический анализ научных подходов к проблеме психической травмы

И.В. Киселёва ✉
Донецкий государственный университет,
Донецк, Российская Федерация
✉ i.kiseleva.dongu@mail.ru

Резюме

Контекст и актуальность. Проблема психической травматизации приобретает особую актуальность в свете современных событий, связанных с многочисленными кризисами и экстремальными ситуациями: военными конфликтами, социально-экономической нестабильностью, терактами, стихийными бедствиями, распространением тяжелых заболеваний. **Цель**. Систематизировать основные современные подходы к проблеме психической травмы в отечественной и зарубежной литературе. **Материалы и методы.** Теоретический анализ и синтез научной литературы, изданной за последние 20 лет, по проблеме психической травматизации. **Результаты.** В статье представлены современные отечественные и зарубежные научные подходы к проблеме психической травмы. Рассматриваются: подход Н.В. Тарабриной к посттравматическому стрессу; процессуальная модель Н.Е. Харламенковой; полиресурсная модель совладания Д.А. Леонтьева; психодинамический подход Н.С. Хрусталевой, М.М. Решетникова; кризисный подход А.Г. Караяни, Ю.С. Шойгу; медицинский подход Ю.А. Александровского, К.А. Идрисова и др. Определяются основные понятия, теории, диагностический инструментарий. В зарубежной психологии описывается психодинамический и когнитивно-поведенческий подходы. Обсуждаются основные направления исследований психической травмы и непрерывного травматического стресса. **Выводы**. В наиболее обобщенном виде психотравму можно рассматривать как результат сложного взаимодействия личности и неблагоприятных усло-

© Киселёва И.В., 2026

CC BY-NC

вий окружающей среды. Психическая травма является естественной, но запредельной адаптационной реакцией психики на уровень стресса, превышающего ее ресурсы. Дальнейшее исследование требует детального описания механизмов ее возникновения, изучения ресурсов устойчивости, сложных случаев и способов преодоления.

Ключевые слова: психическая травма, стресс, травматический стресс, посттравматический стресс, посттравматическое стрессовое расстройство, непрерывный травматический стресс

Финансирование. Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда в рамках научного проекта № 25-18-00895, https://rscf.ru/project/25-18-00895/

Для цитирования: Киселёва, И.В. (2026). Теоретический анализ основных научных подходов к проблеме психической травмы. *Консультативная психология и психотерапия, 34*(3), 9—27. https://doi.org/10.17759/cpp.2026340301

Theoretical analysis of scientific approaches to the problem of psychological trauma

I.V. Kiseleva ✉
Donetsk State University, Donetsk, Russian Federation
✉ i.kiseleva.dongu@mail.ru

Abstract

Context and relevance. The problem of psychological traumatization has become especially relevant due to contemporary events associated with multiple societal crises and extreme situations such as military conflicts, socioeconomic instability, terrorist attacks, natural disasters, widespread severe illnesses, and the aftermath of pandemics. **Objective.** To systematize key modern approaches to understanding psychological trauma within both Russian and international academic literature. **Methods and materials.** This paper employs theoretical analysis and synthesis of scientific publications addressing psychological traumatization from the last twenty years. **Results.** The article outlines contemporary Russian and foreign scientific perspectives on psychological trauma. The approaches to post-traumatic stress by N.V. Tarabrina, the procedural model by N.E. Kharlamenkova, the multiresource coping model by D.A. Leontiev, the psychodynamic approach by N.S. Khrustaleva, M.M. Reshetnikov, the crisis approach by A.G. Karayani, Yu.S. Shoigu, the medical approach by Yu.A. Alexandrovsky, K.A. Idrisov, and others are considered; the basic concepts, theories, and diagnostic tools are defined. Additionally, it reviews psychodynamic

and cognitive-behavioral approaches prevalent in international psychology. The primary research areas concerning psychological trauma and continuous traumatic stress are also explored. **Conclusions.** In the most generalized form, psychotrauma can be considered as the result of a complex interaction of personality and unfavorable environmental conditions. Psychological trauma is a natural but extreme adaptive reaction to a stress level exceeding the resources of the psyche. Further research requires a detailed description of the mechanisms of its occurrence, the study of sustainability resources, complex cases and ways to overcome.

Keywords: psychological trauma, stress, traumatic stress, post-traumatic stress, post-traumatic stress disorder, continuous traumatic stress

Funding. The study was supported by the Russian Science Foundation, project number 25-18-00895, https://rscf.ru/en/project/25-18-00895/

For citation: Kiseleva, I.V. (2026). Theoretical analysis of scientific approaches to the problem of psychological trauma. *Counseling Psychology and Psychotherapy, 34*(3), 9—27. (In Russ.). hthttps://doi.org/10.17759/cpp.2026340301

Введение

Проблема психической травматизации приобретает особую важность в свете современных событий, связанных с многочисленными кризисами и экстремальными ситуациями: военными конфликтами, социально-экономической нестабильностью, терактами, стихийными бедствиями, распространением тяжелых заболеваний, последствиями пандемии. Высокий уровень повседневного стресса, неопределенность будущего, присутствие травматического опыта вызывают рост патопсихологической симптоматики, проявлений посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Востребованы своевременная диагностика, оказание психологической помощи и сопровождение лиц, подвергшихся психотравматизации.

Многочисленность работ, посвященных психической травматизации, требует систематизации понятий, теорий, диагностического инструментария и дальнейшего развития подходов к этой проблеме.

Цель данного теоретического исследования — систематизация основных современных подходов к проблеме психической травмы в отечественной и зарубежной литературе.

Материалы и методы: теоретический анализ и синтез научной литературы, посвященной проблеме психической травмы и изданной в

форме статей в ведущих рецензируемых журналах и монографий за последние двадцать лет. Настоящий обзор ограничен психологическими и медико-психологическими исследованиями и не учитывает результаты нейробиологических исследований.

Подходы к психотравме в отечественной психологии

Наиболее теоретически и эмпирически обоснованным подходом к изучению психической травматизации является ***научная школа Н.В. Тарабриной*** (Тарабрина, 2009; Харламенкова, Сергиенко, Тарабрина, 2022). В рамках данного подхода можно выделить работы, посвященные травматическому психологическому стрессу и его последствиям, возрастным особенностям психотравмы и посттравматического стресса (Тарабрина, Харламенкова, Быховец, 2016; Казымова, 2020), влиянию интенсивного стресса на психопатологическую симптоматику (Харламенкова, Никитина, 2020), изменению внутреннего мира личности при психотравме (Падун, Котельникова, 2012).

Основными понятиями в данном подходе являются: интенсивный стресс; посттравматический стресс (ПТС); посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР); стрессоры высокой интенсивности (война, террористические угрозы, техногенные катастрофы, угрожающие жизни заболевания).

Ключевым термином, объединяющим все вышестоящие определения, через которое можно раскрыть понятие психической травмы, является эмоциональный стресс. Он становится психической травмой, когда в результате воздействия стрессора возникают нарушения в психической сфере: в этом случае страдают «...структура “самости”, когнитивная модель мира, аффективная сфера, неврологические механизмы, управляющие процессами научения, система памяти, эмоциональные пути научения» (Тарабрина, 2009, с. 14).Таким образом, главным отличием стресса и травматического стресса служит критерий наличия нарушений адаптации, расстройств и психопатологической симптоматики (Тарабрина, 2009).

В школе Н.В. Тарабриной подробно исследуются феноменология психической травмы, а также различные стрессоры, имеющие травматическое воздействие. Так, были выделены «событийные» (основанные на непосредственном восприятии стрессора) и «невидимые» (связанные со знанием субъекта об угрожающих жизни факторах) стрессоры. На

основе этих исследований было создано новое научное направление — психология посттравматического стресса.

Понятие посттравматического стресса (ПТС) получило самостоятельное психологическое содержание и было определено как «...симптомокомплекс, характеристики которого отражают прежде всего нарушение целостности личности в результате психотравмирующего воздействия стрессоров высокой интенсивности» (Харламенкова, 2017, с. 34). Была разработана процессуальная модель посттравматического стресса, согласно которой существует два варианта течения ПТС: рецидивирующий и латентный. Рецидивирующий вариант характерен для лиц с недостаточными ресурсами для его преодоления. Латентное течение обусловлено отсутствием у человека информации о прошлом отрицательном опыте или незначительным ущербом от психотравмы (Харламенкова, 2025).

«Психологическими маркерами тяжелого посттравматического стресса являются, прежде всего, показатели нарушения контакта с реальностью, недоверие миру (подозрительность, уход от реальности, фобическая тревожность)» (Харламенкова, Никитина, 2020, с. 118).

В данном подходе изучается также влияние предшествующего опыта на восприятие психотравмирующих событий и влияние различных травматических событий на интенсивность посттравматического стресса, индивидуальные реакции на травматический опыт, а также проблемы психологической безопасности, благополучия, совладания с последствиями психической травматизации.

Посттравматическое стрессовое расстройство не является единственным нарушением, возникающим вследствие психической травматизации. Другими последствиями могут быть экзогенные депрессии, личностные расстройства, аддикции, нарушения регуляции эмоций. Событийная травма связана с тяжелым кратковременным потрясением, а хроническая травматизация — с образом и условиями жизни субъекта в определенные периоды (Падун, 2021).

В лаборатории психологии развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях Института психологии РАН был адаптирован и апробирован диагностический инструментарий для изучения травматических событий, ПТС, ПТСР и смежных проблем. Наиболее известными методиками являются: «Шкала оценки влияния травматического события» (ШОВТС; Impact of Event Scale-R, IES-R) М. Горовица в адаптации Н.В. Тарабриной; «Миссисипская шкала», военный и гражданский варианты (Mississippi Scale, MS) Т. Кина и соавторов в

адаптации Н.В. Тарабриной и др.; «Опросник выраженности психопатологической симптоматики» (Symptom Checklist-90-Revised, SCL-90-R) Л. Дерогатиса, Р. Липмана в адаптации Н.В. Тарабриной; «Опросник травматических ситуаций» (Life Experience Questionnaire, LEQ) Н.В. Тарабриной; «Структурированное клиническое интервью для диагностики ПТСР» (Clinician-Administered PTSD Scale, CAPS-5) в адаптации Н.Н. Казымовой, Ю.В. Быховец и др. (Тарабрина, 2019; Барц, Быховец, Казымова, 2025).

Опираясь на подход Н.В. Тарабриной в определении травматического стресса и ПТСР, А.Б. Холмогорова и В.А. Горчакова провели апробацию «Эссенского опросника травматических событий» С. Тагай на отечественной выборке (Холмогорова, Горчакова, 2013).

Помимо научной школы Н.В. Тарабриной проблема психической травмы разрабатывается и другими отечественными исследователями.

В ***теоретической полиресурсной модели совладания с трудными ситуациями Д.А. Леонтьева*** проблема психической травмы рассматривается под иным ракурсом. Здесь она выступает конечным этапом процесса давления трудной жизненной ситуации на личность. Такое воздействие может нарастать, вынуждая субъекта напрягать ресурсы. Трудная ситуация требует личностных изменений для приспособления к изменившимся условиям, однако человек упорно сопротивляется внешнему давлению, пока у него есть ресурсы и возможности совладания (механизмы психической защиты, копинги, саморегуляция). Понятие травмы в данной модели стоит в одном ряду с понятиями разрушения и дезинтеграции, за которыми может наступить (или не наступить) позитивная дезинтеграция, или посттравматический рост. Она выступает переломным моментом на пути изменений личности (Леонтьев, 2025).

Еще один подход к пониманию психотравмы можно увидеть ***в работах исследователей Санкт-Петербурга, опирающихся на методологию психодинамического направления в психологии и работы З. Фрейда, Д. Калшеда*** (см.: Хрусталева, 2010). Психическая травма — это «...любое переживание, которое вызывает непереносимые душевные страдания» (там же, с. 253). Она также связана со страхом перед внешними и внутренними опасностями и печалью. Переживание печали связывается с механизмом преодоления психотравмы естественным путем, который доступен психике человека.

Психическая травма — «...индивидуальная реакция на то или иное, как правило, трагическое или чрезвычайно значимое для личности событие, вызывающее чрезмерное психическое напряжение и последую-

щие негативные переживания, которые не могут быть преодолены самостоятельно и вызывают устойчивые изменения состояния и поведения» (Решетников, 2015, с. 3).

Устойчивую нишу в отечественных исследованиях психической травмы занимает ***подход кризисной и экстремальной психологии*** (Шойгу и др., 2021; Вачков и др., 2024; Караяни, 2024a; Караяни, 2024b).

Травматические события определяются здесь как экстремальные ситуации, при которых сила воздействия превосходит пороги привычных психологических переживаний человека, а возникающие при этом страх, ужас и чувство беспомощности имеют интенсивный характер. Факторы, травмирующие психику, описываются как изменяющие жизненный стереотип и разрушающие повседневные привычки бытовой жизни и поведения.

В работах особое внимание уделяется описанию острой психической травмы и состояния человека в момент травматизации (шоковые, оглушенные состояния, ступор, аффективные реакции, изменения в течении когнитивных процессов и т. д.). Острая психическая травма возникает в результате воздействия неблагоприятных или даже экстремальных условий окружающей среды и наносит вред психическому здоровью человека. При этом такие нарушения могут быть обнаружены не только у пострадавших в результате какого-либо чрезвычайного происшествия (катастрофы, аварии, стихийного бедствия, террористического акта), но и у свидетелей случившегося, это — так называемая травма свидетеля (Вачков и др., 2024, с. 158).

Особой разновидностью психической травмы, рассматриваемой в данном подходе, является военная психотравма, или последствия боевого стресса (Караяни, 2024b). Боевая обстановка оказывает на участника военных действий серьезное травматическое воздействие (ситуация неопределенности, угроза жизни, экстремальный стресс, отсутствие времени для принятия решения, обострение примитивных программ самосохранения). В таких условиях нередко возникает дефицит психических ресурсов и возможностей для совладания, что приводит к состоянию, при котором боевой стресс переходит в психотравматизацию. При сохранности психических ресурсов боевой стресс, напротив, способствует адаптации к военным условиям (Караяни, 2024b; Абрамов и др., 2023). На этом основании вводится понятие боевой психической (психологической) травмы. Она представляет собой комплексную когнитивную, эмоциональную и поведенческую реакцию участника боевых действий на травматическую ситуацию, которая

запускает такие проявления, как потеря идентичности воина, тяжелые переживания своей несостоятельности и вины, патологическая саморегуляция поведения. Такая травма — не расстройство, а естественная адаптационная реакция психики на запредельный уровень боевого стресса (Караяни, 2024а).

Медицинский подход в отечественной психологической науке представлен широким кругом исследований психической травматизации и ее последствий для физического и психического здоровья человека.

В Медицинской классификации болезней одиннадцатого пересмотра (МКБ-11) указано, что расстройства, специфически связанные со стрессом, «...имеют прямое отношение к воздействию стрессогенного или травмирующего события, или серии таких событий, или переживанию травматичного опыта» (МКБ-11, 2021, с. 136). К ним относят целый ряд расстройств, таких как ПТСР, затяжная патологическая реакция горя, расстройство адаптации и др.

В рамках данного подхода была выделена группа социально-стрессовых расстройств (ССР), для которых характерно состояние выраженной психической дезадаптации с преобладанием неспецифических синдромов невротического уровня: нарушения сна, психосоматические расстройства, панические расстройства и т. п. (Александровский, 2024). Наибольшее внимание уделяется понятию и признакам ПТСР, которое чаще других травматических проявлений диагностируется в клинической практике (Идрисов, 2009; Сукиасян, 2022; Васильева, Караваева, Радионов, 2023).

Подходы к проблеме психотравмы в зарубежной психологии

Современные зарубежные исследователи психической травматизации опираются в своих работах на два основных методологических подхода: ***психодинамический*** (П. Жане, З. Фрейд, А. Фрейд, Д. Винникот, М. Хан, Д. Калшед) и ***когнитивно-поведенческий*** (А. Бек, Р. Лазарус, Р. Янофф-Бульман). Большая часть работ в данной области посвящена симптомам и последствиям психотравматизации. Механизмы образования самой психической травмы и ее патопсихология остаются дискуссионными вопросами (Athanasiadou-Lewis, 2019).

Наиболее обобщенным и распространенным является определение травмы как реакции на «...насилие, надругательство, пренебрежение,

потерю, горе, войну и другие эмоционально вредные переживания» (Eggleston et al., 2025, с. 1).

В работах психодинамического направления психическая травма определяется как «...переживания, воспринимаемые человеком как невыносимо тяжелые, которые разрушают психическое здоровье и влияют на способность взаимодействовать с окружающими людьми искренне и естественно» (Athanasiadou-Lewis, 2019, с. 3).

В исследованиях когнитивно-поведенческого подхода травматические события характеризуются тем, что выходят за рамки привычных для человека смыслов, могут нарушать нормальные представления о себе, мире и других людях. Такие ситуации плохо сочетаются в сознании с более привычными жизненными событиями и впечатлениями. Поэтому преодоление последствий психотравмирующих событий должно быть построено не на сосредоточении исключительно на травме, а на повседневных целях, делах и заботах (Bonanno, Pat-Horenczyk, Noll, 2011).

Перспективным направлением зарубежных исследований можно назвать ***поиск ранних предикторов развития ПТСР***, среди которых наблюдаются частое обращение к автобиографической памяти, повышенная задумчивость, нарушенная регуляция эмоций, избегание эмоций и др. (Kessler et al., 2017; Wilkinson, Dodgson, Meares, 2017; Bryant, 2021; Cheng et al., 2024). Ведется изучение эффективных методов раннего вмешательства после массовой психотравматизации для предотвращения развития ПТСР (Hobfoll, Watson, Bell, 2007; Wilkinson, Weinberg, 2023; Memarzia et al., 2024; Karchoud et al., 2024).

Растущий интерес у исследователей в разных странах также вызывает ***феномен пролонгированного (длительного, непрерывного, хронического) травматического стресса (НТС)***, или «continuous traumatic stress» (CTS), с которым связаны многочисленные работы (Eagle, Kaminer, 2013; Stevens et al., 2013; Straker, 2013; Fondacaro, Mazzula, Weldon, 2021; Kira, Alhuwailah, Shuwiekh, 2024).

В понятие непрерывного травматического стресса (НТС) вкладывается многомерное содержание — оно включает травму идентичности, коллективную, межпоколенческую, кумулятивную травму, множественную травматизацию, реакции на травматический стресс и др. (Eagle, Kaminer, 2013; Straker, 2013). НТС определяется «...наличием стрессоров, которые присутствуют в настоящем и являются продолжением стрессоров в прошлом и будущем. Эти стрессоры являются экстремальными, множественными и тотальными, люди не могут легко избежать их» (Straker, 2013, с. 214).

Согласно ***модели хронического травматического стресса К. Фондакаро, Э. Мазулло***, стрессовые события, такие как прошлая или текущая военная травма, повседневные стрессоры, последствия миграции из зоны боевых действий, оказывают комплексное воздействие на субъекта. Такое воздействие может иметь разные последствия в зависимости от личностных особенностей субъекта, его семейного окружения, общественной и культурной принадлежности (Fondacaro, Mazzulla, 2018).

В отличие от ПТСР, НТС делает сосредоточение на событиях прошлого контрпродуктивным, поскольку субъект находится в опасных условиях в реальном времени и ему требуется заботиться о своем выживании «здесь и сейчас», что требует напряжения ресурсов и способов совладания (Straker, 2013).

Влияние НТС на человека зависит от внешних и внутренних факторов. К внешним относят длительность непрерывной череды, плотность появления стрессоров, длительность действия каждого стрессора. К внутренним — наличие чувства опасности и реальной угрозы жизни у индивида, а также уровень его стрессоустойчивости. Сравнение влияния единичной травматизации и непрерывного стресса показывает, что НТС выступает более травматическим фактором и приводит к более высокой вероятности развития ПТСР (Kira, Alhuwailah, Shuwiekh, 2024).

В исследованиях людей, проживающих в зонах боевых действий на Ближнем Востоке, было показано, что гипервозбудимость и избегающее поведение в ответ на длительный травматический стресс являются нормальными и адаптивными, так как способствуют возникновению защитных реакций, которые могут сохранить жизнь в периоды опасности. Было также отмечено наличие привыкания к длительным травмирующим ситуациям, что проявлялось в снижении остроты реакции на них и уменьшении стрессовой симптоматики (Itzhaky et al., 2017).

Также было установлено, что существует взаимосвязь между характеристиками травматического опыта и последующим посттравматическим ростом. Опосредующими факторами здесь выступают избегающие стратегии совладания, навязчивые мысли и особенности социального окружения индивида (Graham-Kevan, Robinson, Lowe, 2019).

Обсуждение

Согласно рассмотренным источникам литературы, нами были выделены следующие подходы к проблеме психической травмы в рамках

психологической науки: научная школа Института психологии РАН (теория посттравматического стресса Н.В. Тарабриной, процессуальная модель посттравматического стресса Н.Е. Харламенковой); полиресурсная модель совладания с трудными ситуациями Д.А. Леонтьева; психодинамический подход Н.С. Хрусталевой, М.М. Решетникова, К. Афанасиаду-Льюис (C. Athanasiadou-Lewis); кризисный подход А.Г. Караяни, Ю.С. Шойгу и др.; медицинский подход Ю.А. Александровского, К.А. Идрисова и др., когнитивно-поведенческий подход Р. Янофф-Бульман, Г. Игл (G. Eagle), Д. Каминер (D. Kaminer), К. Фондакаро (K. Fondacaro), Г. Стрейкер (G. Straker); модель хронического травматического стресса К. Фондакаро (K. Fondacaro), И. Кира (I. Kira), Г. Стрейкер (G. Straker) etc.

Наиболее теоретически и эмпирически обоснованным подходом к пониманию психической травматизации является научная школа Института психологии РАН (Н.В. Тарабрина, Н.Е. Харламенкова). В рамках этой школы было создано новое научное направление — психология посттравматического стресса, а психотравма рассматривается как следствие эмоционального стресса после воздействия стрессора. Основное внимание направлено на изучение феноменологии психической травмы и посттравматических явлений (посттравматический стресс, ПТСР), возрастных особенностей и роли личности в травматизации, симптомокомплекса психопатологических проявлений, а также на разработку психодиагностического инструментария. Выделяются рецидивирующий и латентный варианты проявления посттравматических состояний, а также событийная и хроническая травма.

Следующим по степени разработанности проблемы психотравмы, по мнению авторов настоящей статьи, является кризисный подход А.Г. Караяни, Ю.С. Шойгу и др. Психическая травма рассматривается как результат воздействия неблагоприятных, экстремальных условий окружающей среды, а также как естественная адаптационная реакция психики на запредельный уровень стресса. Усилия авторов направлены на изучение факторов травматизации психики (в том числе боевой обстановки), симптомов проявления острой психотравмы, травмы свидетеля. Разрабатываются понятия боевого стресса и военной психотравмы. Такой подход сужает его применение до изучения последствий сугубо экстремальных условий, чрезвычайных ситуаций и военных действий, тогда как в предыдущем подходе рассматриваются всевозможные виды стрессоров разной интенсивности.

Медицинский подход в психологии (Ю.А. Александровский, К.А. Идрисов и др.) определяет психическую травму как следствие воздействия стрессогенных событий или переживания травматичного опыта. Такое понимание близко подходу Н.В. Тарабриной, в котором уделено внимание проявлениям ПТСР, однако в остальном наблюдаются различия: опора на медицинский диагноз, выделение синдромов невротического уровня.

Полиресурсная модель совладания с трудными жизненными ситуациями Д.А. Леонтьева лишь немного затрагивает проблематику психотравмы, рассматривая ее как конечный этап процесса давления трудной ситуации на личность при нехватке у нее ресурсов преодоления. При этом наблюдаются процессы личностной дезинтеграции, которые либо приводят к посттравматическому росту, либо нет. Основное внимание приверженцев этой теории направлено на описание механизмов работы ресурсов личности.

Ограничения описанных выше подходов связаны с изучением преимущественно феноменологии психической травмы, травматического стресса и последствий его воздействия, в том числе психопатологических. Это ретроспективные исследования, построенные на однократных срезах, наблюдении и опросе. Отсутствует лонгитюдная модель, охватывающая различные периоды жизни испытуемых, что объясняется значительной сложностью применения подобного рода методов.

Кроме того, остается открытым вопрос о механизмах возникновения психической травмы, которые еще не получили детального описания. Некоторые объяснения предлагают представители психодинамического подхода, рассматривая эти механизмы в рамках психоаналитической традиции (переживание, работа печали и горя), однако они признают дискуссионный характер этого вопроса. В когнитивно-поведенческом подходе также предпринимаются попытки объяснить механизмы возникновения психотравмы — через разрушение базисных убеждений личности о себе, мире и других людях.

Растущий интерес исследователей в разных странах вызывает феномен непрерывного (длительного, хронического) травматического стресса, описанный как в подходе Института психологии РАН, так и в когнитивно-поведенческом подходе зарубежных авторов (G. Eagle, D. Kaminer, K. Fondacaro, I. Kira, G. Straker). Перспективность разработки этой проблемы связана с тем, что современный человек на протяжении жизни подвергается комплексному воздействию стрессо-

ров прошлого, настоящего и потенциального будущего. Особую актуальность изучение непрерывного стресса приобретает для населения регионов мира, где ведутся длительные военные действия (длящиеся многие годы).

Заключение

В отечественных и зарубежных теоретических подходах к проблеме психической травмы детально разработано это понятие. При этом названные подходы дополняют друг друга на разных уровнях и без видимых противоречий. В наиболее обобщенном виде психотравму можно рассматривать как результат сложного взаимодействия личности и неблагоприятных условий окружающей среды. Причиной ее возникновения является воздействие стрессоров разной интенсивности. Психическая травма представляет собой естественную, но запредельную адаптационную реакцию психики на уровень стресса, превышающий ее ресурсы.

Дальнейшее исследование психической травмы требует детального раскрытия и описания механизмов ее возникновения, изучения ресурсов устойчивости, исследования сложных случаев непрерывного постравматического стресса, способов его преодоления психологическими методами.

Список источников / References

1. Абрамов, В.А. (2013). Боевой экстремальный стресс как предиктор боевой психической травмы — острого травматического стрессового расстройства. *Журнал психиатрии и медицинской психологии, 3,* 4—13.
   Abramov, V.A. (2013). Combat extreme stress as a predictor of combat psychological trauma — acute traumatic stress disorder. *Journal of Psychiatry and Medical Psychology*, *3,* 4—13. (In Russ.).
2. Александровский, Ю.А. (2024). Клинико-диагностическая оценка социально-стрессовых расстройств. *Психиатрия, психотерапия и клиническая психология*, *15*(4), 473—478. https://doi.org/10.34883/PI.2024.15.4.002
   Alexandrovsky, Y.A. (2024). Clinical-diagnostic assessment of socio-stress disorders. *Psychiatry psychotherapy and clinical psychology, 15(4),* 473—478. https://doi.org/10.34883/PI.2024.15.4.002 (In Russ.).
3. Барц, А.А., Быховец, Ю.В., Казымова, Н.Н. (2025). Методический инструментарий для изучения посттравматического стрессового расстройства: актуальные методики. В: Д.В. Ушаков, А.Л. Журавлев,

А.В. Махнач, Н.Е. Харламенкова, Ю.В. Быховец (Общ. ред.), *Психология посттравматического стресса* (с. 42—48). М.: Институт психологии РАН. https://doi.org/10.38098/conf_25_0495

Bartz, A.A., Bykhovets, Y.V., Kazymova, N.N. (2025). Methodological tools for studying post-traumatic stress disorder: current methods. In: D.V. Ushakov, A.L. Zhuravlev, A.V. Makhnach, N.E. Kharlamenkova, Y.V. Bykhovets (Eds.), *Psychology of post-traumatic stress* (p. 42—48). Moscow: Institute of Psychology RAN. https://doi.org/10.38098/conf_25_0495

4. Васильева, А.В., Караваева, Т.А., Радионов, Д.С. (2023). Психотерапия посттравматического стрессового расстройства — интеграция опыта чрезвычайной ситуации. *Консультативная психология и психотерапия, 31*(3), 47—68. https://doi.org/10.17759/cpp.2023310303

Vasileva, A.V., Karavaeva, T.A., Radionov, D.S. (2023). Post-traumatic Stress Disorder Psychotherapy — Integrating the Experience of an Emergency. *Counseling Psychology and Psychotherapy, 31*(3), 47—68. https://doi.org/10.17759/cpp.2023310303 (In Russ.).

5. Вачков, И.В., Вирясова, Е.И., Мелентьева, О.С., Панфилова, М.А. (2024). Психологическая помощь лицам в стадии острой травмы (на материале работы с жертвами террористического акта в «Крокус Сити Холле»). *Клиническая и специальная психология, 13*(1), 155—175. https://doi.org/10.17759/cpse.2024130110

Vachkov, I.V., Viryasova, E.I., Melenteva, O.S., Panfilova, M.A. (2024). Psychological support for individuals experiencing acute trauma (based on experience working with victims of a terrorist attack at Crocus City Hall). *Clinical Psychology and Special Education, 13*(1), 155—175. https://doi.org/10.17759/cpse.2024130110 (In Russ.).

6. Идрисов, К.А. (2009). Эпидемиологическое исследование распространенности посттравматических стрессовых расстройств среди взрослого населения Чеченской Республики на разных этапах военной ситуации. *Российский психиатрический журнал, 1,* 57—64.

Idrisov, K.A. (2009). Epidemiological study of prevalence of post-traumatic stress disorders among adult population of Chechen Republic at different stages of military situation. *Russian Psychiatric Journal, 1,* 57—64. (In Russ.).

7. Казымова, Н.Н. (2020). Посттравматический стресс и предшествующий травматический опыт в раннем взрослом возрасте. *Общество: социология, психология, педагогика, 12,* 157—160. https://doi.org/10.24158/spp.2020.12.29

Kazymova, N.N. (2020). Posttraumatic stress and previous traumatic experiences in early adulthood. *Society: sociology, psychology, pedagogy, 12,* 157—160. https://doi.org/10.24158/spp.2020.12.29 (In Russ.).

8. Караяни, А.Г. (2024). Боевая психологическая травма — ранение души и тела. *Российский военно-психологический журнал, 3(5),* 22—32.

Karyani, A.G. (2024). Combat psychological trauma — wound of soul and body. *Russian Military Psychological Journal, 3(5)*, 22—32. (In Russ.).

9. Караяни, А.Г. (2024). Боевой стресс: проблемы определения и классификации. *Вестник Московского университета МВД России, 1,* 254—264. https://doi.org/10.24412/2073-0454-2024-1-254-264
Karyani, A.G. (2024). Battle stress: problems of definition and classification. *Bulletin of the Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia, 1,* 254—264. https://doi.org/10.24412/2073-0454-2024-1-254-264 (In Russ.).
10. Леонтьев, Д.А. (2025). Совладание в контексте саморегуляции. Часть 2: Полиресурсная модель. *Психологический журнал, 46*(2), 5—12. https://doi.org/10.31857/S0205959225020014
Leontiev, D. A. (2025). Coping (sovladanie) in the context of self-regulation. Part 2: A poliresource model. *Psychological Journal, 46*(2), 5—12. https://doi.org/10.31857/S0205959225020014 (In Russ.).
11. МКБ-11. Глава 06. *Психические и поведенческие расстройства и нарушения нейропсихического развития. Статистическая классификация*. (2021). Москва. 432 с. https://doi.org/10.31453/kdu.ru.91304.0143
ICD-11. Chapter 06. Mental and behavioral disorders and neuropsychological development violations. Statistical Classification. (2021). Moscow. 432 p. https://doi.org/10.31453/kdu.ru.91304.0143 (In Russ.).
12. Падун, М.А. (2021). Комплексное ПТСР: особенности психотерапии последствий пролонгированной травматизации. *Консультативная психология и психотерапия*, *3*(113), 69—87. https://doi.org/10.17759/cpp.2021290306
Padun, M.A. (2021). Complex PTSD: psychotherapy of prolonged traumatization. *Counseling Psychology and Psychotherapy, 29*(113), 69—87. https://doi.org/10.17759/cpp.2021290306 (In Russ.).
13. Падун, М.А., Котельникова, А.В. (2012). *Психическая травма и картина мира: Теория, эмпирия, практика*. М.: Институт психологии РАН.
Padun, M.A., Kotelnikova, A.V. (2012). *Psychological trauma and worldview: theory, empiricism, practice*. Moscow: Institute of Psychology RAS. (In Russ.).
14. Решетников, М.М. (2015). *Психическая травма*. Санкт-Петербург: Восточно-Европейский институт психоанализа.
Reshetnikov, M.M. (2015). *Psychological trauma*. St Petersburg: East-European Psychoanalysis Institute.
15. Сукиасян, С.Г. (2022). Посттравматические или перитравматические расстройства: диагностическая дилемма. *Современная терапия психических расстройств, 3,* 3—13. https://doi.org/10.21265/PSYPH.2022.69.67.001
Sukiasyan, S.G. (2022). Posttraumatic or Peritraumatic Disorders: A Diagnostic Dilemma. *Current Therapy of Mental Disorders, 3,* 3—13. https://doi.org/10.21265/PSYPH.2022.69.67.001 (in Russ.).
16. Тарабрина, Н.В. (2009). *Психология посттравматического стресса: Монография*. М.: Когито-Центр.
Tarabrina, N.V. (2009). *Psychology of post-traumatic stress: Monograph*. Moscow: Kogito-Centre. (in Russ.).

17. Тарабрина, Н.В. (2019). *Практическое руководство по психологии посттравматического стресса. Часть 2: Бланки методик*. 2-е изд. М.: Когито-Центр.
Tarabrina, N.V. (2019). *Practical manual on psychology of post-traumatic stress. Part 2: Questionnaire forms.* 2nd ed. Moscow: Kogito-Centre. 76 p. (in Russ.).
18. Тарабрина, Н.В., Харламенкова, Н.Е., Быховец, Ю.В. Казымова, Н.Н., Мустафина, Л.Ш., Ворона, О.А., Дымова, Е.Н., Шаталова, Н.Е. (2016). Посттравматический стресс и картина травматических событий в разные периоды взрослости. *Психологический журнал, 37*(6), 94—108.
Tarabrina, N.V., Kharlamenkova, N.E., Bykhovets, Y.V., Kasymova, N.N., Mustafina, L.S., Vorona, O.A., Dymova, E.N., Shatalova, N.E. Post-traumatic stress and the traumatic events in different periods of adulthood. *Psychological Journal, 37*(6), 94 108. (In Russ.).
19. Харламенкова, Н.Е., Сергиенко, Е.А., Тарабрина, Н.В. (2022). Основные достижения лаборатории психологии развития субъекта в нормальных и посттравматических состояниях. *Психологический журнал*, *43*(1), 17—31. https://doi.org/10.31857/S020595920018766-8
Kharlamenkova, N.E., Sergienko, E.A., Tarabrina, N.V. (2022). Achievements of the laboratory of psychology of development of subject in normal and post-traumatic states: to the 50-th anniversary of the institute of psychology RAS. *Psychological Journal, 43*(1), 17—31. https://doi.org/10.31857/S020595920018766-8 (In Russ.).
20. Харламенкова, Н.Е. (2025). Посттравматический стресс: рецидивирующий или латентный характер проявления признаков. В: Д.В. Ушаков, А.Л. Журавлев, А.В. Махнач, Н.Е. Харламенкова, Ю.В. Быховец (Общ. ред.), *Психология посттравматического стресса* (с. 109—115). М.: Институт психологии РАН https://doi.org/10.38098/conf_25_0495
Kharlamenkova, N.E. (2025). Post-traumatic stress: relapsing or latent manifestation pattern. In: D.V. Ushakov, A.L. Zhuravlev, A.V. Makhnach, N.E. Kharlamenkova, Y.V. Bykhovets (Eds.), *Psychology of post-traumatic stress* (pp. 109—115). Moscow: Institute of Psychology RAS https://doi.org/10.38098/conf_25_0495 (In Russ.).
21. Харламенкова, Н.Е., Никитина, Д.А. (2020). Психологические последствия влияния стрессоров высокой интенсивности разного типа. *Ярославский педагогический вестник, 5*(116), 110—120. https://doi.org/10.20323/1813-145X-2020-5-116-110-120
Kharlamenkova, N.E., Nikitina, D.A. Psychological consequences of the influence of high-intensity stressors of different types. *Yaroslavl Pedagogical Bulletin, 5*(116), 110—120. https://doi.org/10.20323/1813-145X-2020-5-116-110-120 (In Russ.).
22. Харламенкова, Н.Е. (Ред.). (2017). Интенсивный стресс в контексте психологической безопасности. М.: Институт психологии РАН.
Kharlamenkova, N.E. (Ed.). (2017). Intensive stress in the context of psychological safety. Moscow: Institute of Psychology RAN. (In Russ.).
23. Холмогорова, А.Б., Горчакова, В.А. (2013). Травматический стресс и его влияние на субъективное благополучие и психическое здоровье: апробация

Эссенского опросника травматических событий. *Консультативная психология и психотерапия, 3*, 120—137.
Kholmogorova A.B., Gorchakova V.A. Traumatic stress and its influence on subjective wellbeing and mental health: validation of the essen trauma inventory. *Counseling Psychology and Psychotherapy, 3*, 120—137. (In Russ.).

24. Хрусталева, Н.С. (2010). Переживание психической травмы и печали в условиях эмиграции. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Психология. Социология. Педагогика, 1,* 253—260. https://doi.org/10.11621/npj.2021.0110
Khrustaleva, N.S. (2010). Experience of psychological trauma and grief in emigration conditions. *Bulletin of St. Petersburg University. Episode 12. Psychology. Sociology. Pedagogy, 1,* 253—260. https://doi.org/10.11621/npj.2021.0110 (In Russ.).
25. Шойгу, Ю.С., Тимофеева, Л.Н., Толубаева, Н.В., Варфоломеева, Е.И., Соколова, А.А., Курилова, Е.В., Кармилова, М.Е. (2021). Особенности оказания экстренной психологической помощи при переживании утраты в чрезвычайных ситуациях. *Национальный психологический журнал, 1*(41), 115—126. https://doi.org/10.11621/npj.2021.0110
Shoigu, Y.S., Timofeeva, L.N., Tolubaeva, N.V., Varfolomeeva, E.I., Sokolova, A.A., Kurilova, E.V., Karmilova, M.E. (2021). Features of providing emergency psychological aid to people experiencing loss in emergency situations. *National Psychological Journal, 14(1),* 115—126. https://doi.org/10.11621/npj.2021.0110 (In Russ.).
26. Athanasiadou-Lewis, C. (2019). *Psychological Trauma*. London: IntechOpen. https://doi.org/10.5772/intechopen.86375
27. Bonanno, G. A., Pat-Horenczyk, R., Noll, J. (2011). Coping flexibility and trauma: The perceived ability to cope with trauma (PACT) scale. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 3(2),* 117—129. https://doi.org/10.1037/a0020921
28. Bryant, R. (2021). A critical review of mechanisms of adaptation to trauma: implications for early interventions for posttraumatic stress disorder. *Clinical Psychology Review, 85*, article number 101981. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.101981
29. Cheng, P., Wang, L., Zhou, Y., Ma, W., Li, W. (2024). Exploring the differential effects of psychological resilience and social support in mitigating post-traumatic psychiatric symptoms: Real-world network analysis of frontline rescuers. *BJPsych Open, 10*, e109. https://doi.org/10.1192/bjo.2024.64
30. Eagle, G., & Kaminer, D. (2013). Continuous traumatic stress: expanding the lexicon of traumatic stress. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology, 19(1),* 85—99. https://doi.org/10.1037/a0032485
31. Eggleston, M., Jones, E., Khan, N., Romani, W., McQuillan, K., Otero, J., & Chen, E. (2025). A scoping review of trauma-informed care principles applied in design and technology. *Digital Health, 11*, 1—11. https://doi.org/10.1177/20552076251360925

32. Fondacaro, K. M., Mazzulla, E. C. (2018). The chronic traumatic stress framework: A conceptual model to guide empirical investigation and mental health treatment for refugees and survivors of torture. *Torture Journal, 28*(1), 58—69. https://doi.org/10.7146/torture.v28i1.105477
33. Fondacaro, K., Mazzula, E., & Weldon, H. (2021). The chronic traumatic stress treatment (CTS-T): A resilience-focused, culturally responsive intervention for refugees and survivors of torture including a mobile mental health application. *Torture Journal, 31*(2), 110—125. https://doi.org/10.7146/torture.v31i2.121222
34. Graham-Kevan, N., Robinson, S., Lowe, M. (2019). Trauma Characteristics and Posttraumatic Growth: The Mediating Role of Avoidance Coping, Intrusive Thoughts, and Social Support. *Psychological Trauma, 11*(2), 232—238.
35. Hobfoll, S., Watson, P., Bell, C. (2007). Five essential elements of immediate and mid-term trauma intervention: empirical evidence. *Psychiatry, 7,* 221—242. https://doi.org/10.1176/foc.7.2.foc221
36. Itzhaky, L., Gelkopf, M., Levin, Y., Stein, J. Y., Solomon, Z. (2017). Psychiatric Reactions to Continuous Traumatic Stress: A Latent Profile Analysis of Two Israeli Samples. *Journal of Anxiety Disorders, 51*, 94—100. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2017.06.006
37. Kessler, R. C., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Benjet, C., Bromet, E.J., Cardoso, G., Koenen, K. C. (2017). Trauma and PTSD in the WHO World Mental Health Surveys. *European Journal of Psychotraumatology, 8*(5), e1353383. https://doi.org/10.1080/20008198.2017.1353383
38. Kira, I., Alhuwailah, A., Shuwiekh, H. (2024). Chronic and acute stressors in continuous traumatic stress: critique and new evidence. Preprint. https://doi.org/10.20944/preprints202411.0401.v1
39. Memarzia, J., Lofthouse, K., Dalgleish, T., Boyle, A., McKinnon, A., Dixon, C., Smith, P., Meiser-Stedman, R. (2024). Predictive Models of Post-traumatic Stress Disorder, Complex Post-traumatic Stress Disorder, Depression, and Anxiety in Children and Adolescents Following a Single Event Trauma. *Psychological Medicine, 54,* 1—10. https://doi.org/10.1017/S0033291724001648
40. Stevens, G., Eagle, G., Kaminer, D., Higson-Smith, C. (2013). Continuous traumatic stress: conceptual conversations in contexts of global conflict, violence, and trauma. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology, 19*(2), 75—84. https://doi.org/10.1037/a0032484
41. Straker, G. (2013). Continuous traumatic stress: personal reflections 25 years on. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology, 19*(2), 209—217. https://doi.org/10.1037/a0032532
42. Wilkinson, S., Dodgson, G., Meares, K. (2017). Predictive processing and the varieties of psychological trauma. *Frontiers in Psychology, 8*, article nuber 1840. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01840
43. Wolkinson, J.T., Weinberg, M. (2023). Coping with Trauma: The Relationship Between Religiosity, Spirituality, and Post-traumatic Symptoms Among Civilians Exposed to Ongoing Rocket-fire. *International Journal of Mental Health Promotion, 25*(10), 1137—1145. https://doi.org/10.32604/ijmhp.2023.029641

Информация об авторах
Ирина Владимировна Киселёва, доцент кафедры общей психологии, научный сотрудник научной темы «Система психологического сопровождения личности, пострадавшей от психотравмирующей ситуации в Донецкой Народной Республике», Донецкий государственный университет (ФГБОУ ВО ДонГУ), Донецк, Российская Федерация, ORCID: https://orcid.org/0000-0003-1750-9367, e-mail: i.kiseleva.dongu@mail.ru

Information about the authors
Irina V. Kiseleva, associate professor at the Department of General Psychology, researcher on the scientific issue "The system of psychological support for a person affected by a traumatic situation in the Donetsk People's Republic", Donetsk State University, Donetsk, Russian Federation, ORCID: https://orcid.org/0000-0003-1750-9367, e-mail: i.kiseleva.dongu@mail.ru

Конфликт интересов
Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Conflict of interest
The author declare no conflict of interest.

Поступила в редакцию 07.12.2025 — Received 2025.12.07
Поступила после рецензирования 11.05.2026 — Revised 2026.05.11
Принята к публикации 10.07.2026 — Accepted 2026.07.10
Опубликована 30.09.2026 — Published 2026.09.30