

УДК 159.9

## **Механизмы психологической защиты у участников боевых действий**

**Дарижапова Марина Николаевна**

Кандидат психологических наук,  
доцент кафедры общей и клинической психологии,  
Бурятский государственный университет им. Доржи Банзарова,  
670000, Российская Федерация, Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а;  
e-mail: mdarizhapova@list.ru

**Гунзунова Бальжима Анатольевна**

Кандидат психологических наук,  
доцент кафедры общей и клинической психологии,  
Бурятский государственный университет им. Доржи Банзарова,  
670000, Российская Федерация, Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а;  
e-mail: balzhimag@mail.ru

**Галсанова Долгор Раднанимаевна**

Кандидат психологических наук,  
доцент кафедры общей и клинической психологии,  
Бурятский государственный университет им. Доржи Банзарова,  
670000, Российская Федерация, Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а;  
e-mail: dolgor.bazarova@yandex.ru

### **Аннотация**

Статья посвящена исследованию особенностей механизмов психологической защиты у участников боевых действий СВО. Исследование проводилось на базе военных госпиталей города Улан-Удэ и Республики Бурятия. Данное исследование показало, что для участников боевых действий основными механизмами психологической защиты являются - отрицание, регрессия, компенсация и гиперкомпенсация. Было установлено, что использование механизма отрицания часто сопровождается усилением симптомов ПТСР, таких как сверхбдительность, тревожность, злоупотребление алкоголем и наркотиками, воспоминания, проблемы со сном, вина выжившего, избегание, отрицание и возбуждение. В то же время, отрицание может снижать проявления стресса, связанные с преувеличенным реагированием, нарушением концентрации внимания и памяти. Полученные данные показывают, что механизмы психологической защиты играют

значительную роль в проявлении ПТСР у участников боевых действий. Некоторые механизмы могут усугублять симптомы ПТСР, в то время как другие могут снижать их выраженность.

#### **Для цитирования в научных исследованиях**

Дарижапова М.Н., Гунзунова Б.А., Галсанова Д.Р. Механизмы психологической защиты у участников боевых действий // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2025. Т. 14. № 6А. С. 54-59.

#### **Ключевые слова**

ПТСР, участники боевых действий, механизмы психологической защиты, избегание, вытеснение и возбуждение, регрессия, компенсация и гиперкомпенсация.

## **Введение**

Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) у военнослужащих является одной из наиболее актуальных проблем в психологии стресса и психотерапии (Д.А. Алания, О.Е. Беркович, В.В. Букова). Опираясь на данные современной психологической науки и психотерапевтической практики, можно смело утверждать, что по разным оценкам от 20 до 70% воевавших становятся жертвами серьезных психологических травм, тем самым, создавая благоприятную почву для развития психотравмы.

Организация и проведение своевременной психологической реабилитации военнослужащих, участников боевых действий с использованием способов индивидуального или группового психологического консультирования может существенно снизить риск развития психологических нарушений, повысить уровень психологического здоровья личности, способствовать нормализации системы межличностных отношений, в которую включен человек, переживший ситуацию участия в боевых действиях.

## **Организация и методы исследования**

Цель исследования состоит в изучении психологических особенностей стрессовых состояний у участников боевых действий СВО. Ними были использованы следующие методики исследования: опросник травматического стресса И.О. Котенева; опросник Плутчика Келлермана Конте – Методика Индекс жизненного стиля.

Исследование было проведено при участии магистранта Института педагогики и психологии Шарыповой Анны Юрьевны. В исследовании приняли участие 100 военнослужащих, участвующих в специальной военной операции на территории Украины. Исследование было проведено при поддержке Закаменского районного ресурсного центра добровольчества.

Результаты исследования подвергнуты математической обработке с помощью корреляционного и факторного анализа. Использовался статистический пакет «SPSS 23.0».

## **Результаты исследования и их обсуждение**

Взаимосвязь показателей стресса и механизмов психологической защиты у участников боевых действий была исследована с помощью коэффициента корреляции Спирмена (Табл. 1).

**Таблица 1 - Корреляционные взаимосвязи показателей стресса и механизмов психологической защиты у участников боевых действий**

Показатель стресса	Отрицание	Регрессия	Компенсация	Гиперкомпенсация
Сверхбдительность	0,89* ( $\leq 0,01$ )	0,99* ( $p \leq 0,01$ )	0,91* ( $p \leq 0,001$ )	-0,65 ( $p > 0,1$ )
Преувеличенное реагирование	-0,75* ( $p \leq 0,01$ )	0,96* ( $p \leq 0,001$ )	-0,56* ( $p \leq 0,01$ )	0,97* ( $p \leq 0,001$ )
Притупление эмоций	-0,78 ( $p \leq 0,001$ )	0,54* ( $p \leq 0,001$ )	0,45 ( $p > 0,1$ )	0,89* ( $p \leq 0,001$ )
Агрессивность	-0,76 ( $p \leq 0,001$ )	0,87* ( $p \leq 0,01$ )	0,73 ( $p > 0,1$ )	0,99* ( $p \leq 0,001$ )
Нарушение концентрации внимания и памяти	-0,78* ( $\leq 0,01$ )	-0,58* ( $p \leq 0,001$ )	-0,76* ( $p \leq 0,001$ )	0,86* ( $p \leq 0,001$ )
Депрессия	0,56 ( $> 0,1$ )	0,73* ( $p \leq 0,01$ )	0,87* ( $p \leq 0,001$ )	0,96* ( $p \leq 0,001$ )
Общая тревожность	0,87* ( $\leq 0,01$ )	0,85* ( $p \leq 0,001$ )	-0,54* ( $p \leq 0,01$ )	0,81* ( $p \leq 0,001$ )
Приступы ярости	0,54 ( $p \leq 0,001$ )	0,34* ( $p \leq 0,001$ )	-0,34 ( $p \leq 0,001$ )	-0,37* ( $p \leq 0,01$ )
Злоупотребление алкоголем и наркотиками	0,94* ( $\leq 0,01$ )	0,35 ( $p > 0,1$ )	-0,81* ( $p \leq 0,01$ )	0,215 ( $p > 0,1$ )
Непрощенные воспоминания	0,65* ( $\leq 0,01$ )	0,76* ( $p \leq 0,001$ )	-0,75* ( $p \leq 0,01$ )	0,522* ( $p \leq 0,01$ )
Проблемы со сном	0,67* ( $p \leq 0,001$ )	0,89* ( $p \leq 0,01$ )	0,89 ( $p > 0,1$ )	0,347* ( $p \leq 0,01$ )
Вина выжившего	0,91* ( $p \leq 0,001$ )	0,76 ( $p > 0,1$ )	0,98* ( $p \leq 0,001$ )	0,448** ( $p \leq 0,05$ )
Избегание	0,98* ( $p \leq 0,001$ )	0,37 ( $p > 0,1$ )	0,85* ( $p \leq 0,001$ )	0,421* ( $p \leq 0,01$ )
Отрицание	0,34* ( $p \leq 0,01$ )	0,54 ( $p > 0,1$ )	0,89* ( $p \leq 0,01$ )	0,188 ( $p > 0,1$ )
Возбуждение	0,76* ( $p \leq 0,001$ )	0,65 ( $p \leq 0,001$ )	0,46 ( $p > 0,1$ )	0,554* ( $p \leq 0,01$ )

Примечание: \* $p \leq 0,01$ , \*\* –  $p \leq 0,05$

В результате исследования были выявлены статистически значимые положительные корреляционные взаимосвязи:

- между механизмом психологической защиты отрицание и такими проявлениями стресса у участников боевых действий, как сверхбдительность, общая тревожность, злоупотребление алкоголем и наркотиками, непрощенными воспоминаниями, проблемами со сном, виной выжившего, избегание, отрицание и возбуждение;
- между механизмом психологической защиты регрессия и такими особенностями проявления стресса участников боевых действий, как сверхбдительность, преувеличенное реагирование, притупление эмоций, агрессивность, депрессия, общая тревожность, приступы ярости, непрощенные воспоминания, проблемы со сном и возбуждение; между механизмом психологической защиты компенсация и такими особенностями стресса участников боевых действий, как сверхбдительность, депрессия, вина выжившего, избегание и отрицание;
- между механизмом психологической защиты гиперкомпенсация и такими особенностями стресса участников боевых действий, как преувеличенное реагирование, притупление

эмоций, агрессивность, нарушение концентрации внимания и памяти, депрессия, общая тревожность, непрошенные воспоминания, проблемы со сном, вина выжившего, избегание и возбуждение.

Отрицательные корреляционные взаимосвязи были выявлены:

- между механизмом психологической защиты отрицание и такими проявлениями стресса у участников боевых действий, как преувеличенное реагирование, нарушение концентрации внимания и памяти;
- между механизмом психологической защиты регрессия и такими особенностями стресса участников боевых действий, как нарушение концентрации внимания и памяти;
- между механизмом психологической защиты компенсация и такими особенностями стресса участников боевых действий, как преувеличенное реагирование, нарушение концентрации внимания и памяти, непрошенные воспоминания.

Таким образом, анализ полученных данных выявил особенности проявления посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) у участников боевых действий в зависимости от используемых механизмов психологической защиты. Было установлено, что использование механизма отрицания часто сопровождается усилением симптомов ПТСР, таких как сверхбдительность, тревожность, злоупотребление алкоголем и наркотиками, непрошенные воспоминания, проблемы со сном, вина выжившего, избегание, отрицание и возбуждение. Полученные данные показывают, что механизмы психологической защиты играют значительную роль в проявлении ПТСР у участников боевых действий. Некоторые механизмы могут усугублять симптомы ПТСР, в то время как другие могут снижать их выраженность. Это свидетельствует о том, что при работе с участниками боевых действий с ПТСР необходимо учитывать и особенности использования механизмов психологической защиты.

## Заключение

Проведенное эмпирическое исследование продемонстрировало, что для участников боевых действий основными механизмами психологической защиты являются: отрицание, регрессия, компенсация и гиперкомпенсация. Самым нехарактерным для участников боевых действий механизмом психологической защиты является рационализация. Однако механизмы психологической защиты могут влиять на проявление симптомов ПТСР, усугубляя их или смягчая их выраженность. Данное исследование показало, что для большинства участников боевых действий характерны такие проявления стресса, как сверхбдительность, преувеличенное реагирование, притупленность эмоций, агрессивность, нарушения концентрации внимания и памяти, депрессивные симптомы, общая тревожность, приступы ярости, злоупотребление алкоголем и наркотическими веществами, непрошенные воспоминания, проблемы со сном, чувство вины выжившего». Все эти особенности укладываются в картину ПТСР.

## Библиография

1. Алания Д.А. Психолого–педагогические особенности преодоления стресса у пострадавших от военных действий / Д.А. Алания // Актуальные исследования. – 2020. – С. 95.
2. Беркович, О.Е. К вопросу о психологическом обеспечении адаптации мобилизованных к действиям в экстремальных условиях / О.Е. Беркович, Е.Б. Матрешина, А.В. Шагин // Психология личностного взаимодействия в современном обществе : Сборник материалов II Всероссийской научно–практической конференции с международным участием, Армавир, 12 апреля 2023 года / Под общей редакцией И.В. Ткаченко. – Чебоксары: Общество с ограниченной ответственностью «Издательский дом «Среда», 2023. – С. 181–184.

3. Букова, В.В. Социально–психологическая реабилитация участников боевых действий / В.В. Букова // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2021. – № 2. – С. 126–130.
4. Воробьева, О.А. Психологические состояния военнослужащих в условиях ведения боевых действий / О.А. Воробьева // Войска национальной гвардии Российской Федерации: история и современность : Сборник научных статей ведомственной научно–практической конференции, Новосибирск, 25 февраля 2021 года. – Новосибирск: Новосибирский военный институт имени генерала армии И.К. Яковлева войск национальной гвардии Российской Федерации.

## **Mechanisms of Psychological Defense in Combatants**

**Marina N. Darizhapova**

PhD in Psychological Sciences,  
Associate Professor, Department of General and Clinical Psychology,  
Banzarov Buryat State University,  
670000, 24-a, Smolina str., Ulan-Ude, Russian Federation;  
e-mail: mdarizhapova@list.ru

**Bal'zhima A. Gunzunova**

PhD in Psychological Sciences,  
Associate Professor, Department of General and Clinical Psychology,  
Banzarov Buryat State University,  
670000, 24-a, Smolina str., Ulan-Ude, Russian Federation;  
e-mail: balzhimag@mail.ru

**Dolgor R. Galsanova**

PhD in Psychological Sciences,  
Associate Professor, Department of General and Clinical Psychology,  
Banzarov Buryat State University,  
670000, 24-a, Smolina str., Ulan-Ude, Russian Federation;  
e-mail: dolgor.bazarova@yandex.ru

### **Abstract**

The article investigates the features of psychological defense mechanisms in combatants of the Special Military Operation (SVO). The study was conducted at military hospitals in Ulan-Ude and the Republic of Buryatia. The research revealed that the primary psychological defense mechanisms among combatants are denial, regression, compensation, and hypercompensation. It was found that the use of denial is often accompanied by an increase in PTSD symptoms, such as hypervigilance, anxiety, alcohol and drug abuse, flashbacks, sleep disturbances, survivor's guilt, avoidance, denial, and agitation. At the same time, denial may reduce stress manifestations associated with exaggerated responses, impaired concentration, and memory. The findings indicate that psychological defense mechanisms play a significant role in the manifestation of PTSD in combatants. Some mechanisms may exacerbate PTSD symptoms, while others may reduce their severity.

**For citation**

Darizhapova M.N., Gunzunova B.A., Galsanova D.R. (2025) Mekhanizmy psikhologicheskoy zashchity u uchastnikov boevykh deystviy [Mechanisms of Psychological Defense in Combatants]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 14 (6A), pp. 54-59.

**Keywords**

PTSD, combatants, psychological defense mechanisms, avoidance, repression and agitation, regression, compensation and hypercompensation.

**References**

1. Alania D.A. Psychological and pedagogical features of overcoming stress among victims of military operations / D.A. Alania // Current research. - 2020. – p. 95.
2. Berkovich, O.E. On the issue of psychological support for the adaptation of the mobilized to action in extreme conditions / O.E. Berkovich, E.B. Matreshina, A.V. Shagin // Psychology of personal interaction in modern society: Proceedings of the II All-Russian Scientific and Practical Conference with international participation, Armavir, April 12, 2023 / Under the general editorship of I.V. Tkachenko. Cheboksary: Limited Liability Company Publishing House Wednesday, 2023, pp. 181-184.
3. Bukova, V.V. Socio-psychological rehabilitation of combat participants / V.V. Bukova // Intellectual resources for regional development. - 2021. – No. 2. – pp. 126-130.
4. Vorobyova O.A. Psychological conditions of military personnel in the conditions of combat operations / O.A. Vorobyova // Troops of the National Guard of the Russian Federation: history and modernity: Collection of scientific articles of the departmental scientific and practical conference, Novosibirsk, February 25, 2021. Novosibirsk: Novosibirsk Military Institute named after General of the Army I.K. Yakovlev of the National Guard of the Russian Federation.