

ГЛАВА II

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ТРАВМИРУЮЩИХ СОБЫТИЙ И РАССТРОЙСТВ, СВЯЗАННЫХ С ПСИХИЧЕСКИМИ ТРАВМАМИ И СТРЕССОМ

Столетие или два назад продолжительность жизни была ниже, младенческая и материнская смертность — выше. Антибиотики еще не были открыты. Погодные катаклизмы нельзя было предсказать с достаточной точностью, а соблюдение техники безопасности на рабочих местах еще не вошло в практику. Люди не обсуждали открыто домашнее насилие, сексуальные домогательства или инцест. Они не сидели в офисах за компьютерами, а по большей части трудились на заводах, фермах и в шахтах. Сегодня жители индустриально развитых стран не ожидают, что с ними могут произойти или произойдут внезапные катастрофические события. Цель этой главы — рассказать о распространенности травмирующих событий и о том, как часто в ответ на них у людей развиваются психические расстройства, такие как ПТСР.

В рамках темы травматического стресса распространенность может рассматриваться на нескольких различных уровнях. Во-первых, можно изучить, как часто стрессовые/травмирующие события происходят с людьми в течение определенного периода времени или на протяжении всей их жизни. Помимо определения частоты возникновения травмирующих

стрессоров в жизни людей, можно также определить частоту различных психологических исходов — распространенность психологических проблем, проявляющихся после психической травмы. Эти результаты можно анализировать как по отдельности, так и в совокупности. Одновременное наличие более чем одного диагностируемого расстройства называется коморбидностью (сопутствующей патологией. — *Примеч. ред.*). В этой главе представлен обзор распространенности травмирующих стрессоров в жизни людей, а затем кратко описана частота диагностируемых расстройств, возникающих после травмирующих событий. В завершение будет рассмотрена коморбидность соответствующих психических расстройств.

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ ПСИХИЧЕСКИХ ТРАВМ

Хотя большинство людей регулярно испытывают стресс и повседневные трудности, травмирующие события по самой своей природе встречаются реже. Иными словами, такого рода события не являются чем-то обыденным для жизни большинства людей. Некоторые вообще никогда не подвергаются подобным испытаниям для психики. Однако в жизни большинства людей происходит хотя бы одно травмирующее событие, а многие из нас переживают подобный опыт не единожды.

Многие психотравмы такого рода связаны с преступлениями против личности, поэтому об их распространенности можно судить на основании обследований и баз данных, характеризующих криминальную ситуацию. В Соединенных Штатах ежегодно проводятся два основных обследования виктимизации: Национальное обследование виктимизации в результате преступных действий и Сводный отчет о зафик-

сированных преступлениях. Национальное обследование проводится путем опроса 150 тысяч домохозяйств. Соответственно, охвачены все виды преступлений, независимо от того, сообщалось ли о них в полицию или нет. В Сводный отчет о преступности попадают только те случаи, о которых было сообщено полиции. Согласно результатам Национального обследования, в 2021 году официальные заявления о совершении насильственных преступлений подавались лишь в 46 % случаев. В обоих указанных исследованиях уровень преступности оценивается по различным демографическим параметрам (Thompson & Tapp, 2022).

Уровень виктимизации рассчитывается как количество случаев виктимизации, деленное на число лиц/домохозяйств, относящихся к конкретной интересующей вас категории. По данным Национального исследования виктимизации в результате преступных действий, в 2021 году в США на каждую 1000 человек в возрасте 12 лет и старше приходилось 1,2 изнасилования, 2,7 нападения при отягчающих обстоятельствах и 1,7 ограбления. Следует отметить, что криминальная виктимизация — это лишь один из видов травматического стресса, который может повлиять на психику человека. Психические травмы, полученные в результате боевых действий, несчастных случаев, стихийных бедствий, терактов — все это серьезные события, которые могут способствовать возникновению серьезных и устойчивых психологических проблем.

В отличие от общего уровня виктимизации, показатель ее распространенности отражает количество людей или домохозяйств, подвергшихся опасности один или несколько раз за определенный период времени в расчете на численность интересующей нас группы населения. Иными словами, это процент относящихся к определенной категории людей, переживших психическую травму. Наблюдаемый период времени

может составлять один год или всю жизнь. При рассмотрении показателя распространенности расстройств он также может быть представлен как процент людей, которые испытывали расстройство в какой-то момент своей жизни, или как процент людей, у которых диагностировано расстройство в настоящее время. Частота психических травм оценивалась на основе национальных исследований, проведенных как среди всего населения, так и среди отдельных социальных групп, например среди ветеранов боевых действий. Оценки распространенности свидетельствуют о том, что подверженность на протяжении жизни одному или нескольким травмирующим событиям часто встречается в жизни многих людей.

Национальное исследование коморбидности (Kessler et al., 1995) стало первым комплексным исследованием психических травм и ПТСР (а также многих других психических расстройств) среди широких масс населения. Кесслер и его коллеги обследовали репрезентативную выборку из проживающих в Соединенных Штатах 5877 человек (2812 мужчин и 3065 женщин) и распределили полученные результаты по 12 категориям травмирующих событий. Они обнаружили, что большинство людей пережили в своей жизни хотя бы одно серьезное травмирующее событие. В этой выборке более 60 % мужчин и 51 % женщин сообщили, что перенесли, по крайней мере, одну психотравму, при этом большинство указали, что имели такой опыт неоднократно. В ходе данного исследования выяснилось, что среди людей, переживших травмирующие события, идентифицировали у себя только одну серьезную психотравму лишь чуть более четверти опрошенных. Два вида психических травм выявлены у 15 % мужчин и 14 % женщин, три — 10 % мужчин и 5 % женщин, а четыре серьезные психотравмы — еще у 10 % мужчин и 6 % женщин. Таким образом, в целом 35 % мужчин и 25 % жен-

щин упоминали о более чем одном тяжелом травмирующем событии в своей жизни.

Несмотря на то, что большинство обследованных сообщили, что пережили хотя бы одно травмирующее событие, типы пережитых ими событий были весьма разнообразны. Чаще всего люди становились свидетелями серьезных ранений или смертей, стихийных бедствий и несчастных случаев. О своем опыте участия в такого рода событиях сообщили 19–36 % мужчин и 14–15 % женщин. Реже говорилось об изнасилованиях, физических нападениях и жестоком обращении с детьми. Однако более поздние исследования, а также специализированная диагностика, посвященная именно таким психическим травмам, показали более высокие результаты, возможно, потому, что столь чувствительные темы требуют особого подхода при проведении опросов. Но даже в случае применения улучшенных методов исследования люди предпочитают не применять к себе такие слова как «изнасилование», «нападение» или «жестокое обращение», особенно когда эти события совершаются знакомыми или членами семьи. Стоит также отметить, что результаты анкетирования, в которых использовались более полные списки видов психических травм, указывают на еще большую подверженность людей психотравматизации в течение жизни (Kessler et al., 2022). Таким образом, на фиксацию травмирующих событий, а, следовательно, на зарегистрированные показатели распространенности может оказывать влияние целый ряд психосоциальных факторов.

Килпатрик (Kilpatrick et al., 2013), проведя Национальное исследование стрессовых событий, указал на значительно более высокий уровень подверженности людей различной психотравматизации. В рамках проведенного им исследования 90 % американских респондентов сообщили о том, что пережили хотя бы одно травмирующее событие в терминах Диагностического

и статистического руководства по психическим расстройствам, пятое издание (DSM-5). Преобладающее количество травмирующих событий составило три. Наиболее часто сообщалось о таких причинах травматизации, как нападение, смерть других людей, катастрофы и несчастные случаи (см. табл. 2.1).

Таблица 2.1. Национальный опрос о стрессовых событиях: взвешенная распространенность травмирующих событий по критерию А из DSM-5 в порядке убывания связанной с ними распространенности ПТСР

Травмирующее событие	Распространенность события (%)	Распространенность ПТСР вследствие события (%)
Сексуальное/физическое насилие	53.1	7.3
Смерть в результате насилия/несчастного случая/катастрофы	51.8	4.3
Участие в боевых действиях/пребывание в зоне боевых действий	7.8	3.8
Угроза жизни/травма члена семьи/близкого друга	32.4	2.5
Свидетельство сексуального/физического насилия	33.2	1.8
Вид мертвых тел	22.6	1.4
Воздействие опасных химических веществ	16.7	1.0
Несчастный случай/пожар	48.3	0.9
Катастрофа/авария	50.5	0.4
Работа/вторичный травматический стресс	11.5	0.2
Несчастный случай/пожар	48.3	0.9

Аналогично, согласно общенациональной вероятностной выборке взрослого населения Норвегии, подверженность психотравмам в течение жизни составила 85 % у мужчин и 86 % у женщин (Heir et al., 2019). Среднее количество пережитых травмирующих событий равнялось четырем, при этом большинство респондентов (27 %) перенесли от четырех до шести травмирующих событий, относящихся к их различ-

ным категориям. Наиболее распространенными событиями являлись транспортные происшествия (45 %) и угрожающие жизни болезни или травмы (49 %). Мужчины чаще сообщали о природных катастрофах, пожарах или взрывах, транспортных авариях и других серьезных происшествиях, в то время как женщины чаще указывали в качестве травмирующих событий сексуальные нападения, а также другие нежелательные или дискомфортные сексуальные переживания, угрожающие жизни болезни или физические травмы, человеческие страдания, внезапную насильственную смерть и иные случаи.

ПОДВЕРЖЕННОСТЬ ПСИХИЧЕСКИМ ТРАВМАМ В РАЗНЫХ СТРАНАХ

В рамках глобального исследования психического здоровья Всемирная организация здравоохранения провела ряд демографических исследований, в ходе которых оценивалась распространенность травмирующих событий в 24 странах на 6 континентах, включая 14 стран с высоким уровнем дохода населения, 7 стран с уровнем дохода выше среднего и 6 стран с низким/ниже среднего уровнем дохода. Результаты показали, что в разных странах 70,4 % респондентов пережили по крайней мере одно травмирующее событие, хотя показатель распространенности варьировался при этом в широких пределах — от 28,6 до 84,6 % (Benjet et al., 2016). Страновые различия в значениях показателей подверженности психическим травмам и частоты конкретных травмирующих событий могут быть объяснены историческими, культурными или политическими факторами (Atwoli et al., 2015). Что касается количества пережитых травмирующих событий, то наиболее частым оказалось множественное травматическое воздействие: 18,2 % респондентов перенесли одно событие, 12,7 % — два,