

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Педагогічний Університет ім. Комісії Національної Освіти в Кракові
Інституту нейропсихотерапії (Відень, Австрія)
Трансільванський університет Брашова (Румунія)
Центр системно-орієнтованого консультування, лікування та психотерапії ZSB (Австрія)
Центр психічного здоров'я Тоом Паргі (Таллін, Естонія)
Коледж Санта-Фе (США)
Вільний університет Брюсселю (Бельгія)
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»
Криворізький державний педагогічний університет
Регіональне представництво Уповноваженого Верховної Ради України з прав людини
в Полтавській області
Головне управління Національної поліції в Полтавській області
ГУ ДСНС України у Полтавській області
Управління патрульної поліції в Полтавській області
Центр психічного здоров'я КП «Обласний заклад з надання психіатричної допомоги
Полтавської обласної ради»
Благодійна організація «Світло надії»
Гендерний центр Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»



ПРОЯВИ РЕЗИЛІЄНТНОСТІ НА РІЗНИХ РІВНЯХ СИСТЕМИ: СІМ'Я, ОСВІТА, СУСПІЛЬСТВО ПІД ЧАС ВІЙНИ

**Збірник наукових матеріалів
II Міжнародної науково-практичної конференції**

23-24 травня 2024 року

Полтава – 2024

ПСИХІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ РОЗЛАДИ ПІД ЧАС ВІЙНИ: ЛІКУВАННЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ

СПЕЦИФІКА ПСИХОЛОГІЧНИХ НАСЛІДКІВ БОЙОВОЇ ТРАВМИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Шевчук Вікторія

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Супруненко Наталія

*Комунальне підприємство «Обласний заклад з надання психіатричної допомоги
Полтавської обласної ради»*

Природа впливу стресу на організм продиктована еволюційною потребою організмів пристосовуватися до нелегкого середовища, щоб забезпечити своє виживання. Війна в еволюційному вимірі можна розглядати як різновид конкуренції між великими популяціями, що має на меті природний відбір. Однак, на відміну від органічних змін, які відбуваються в результаті природного відбору, політична система, свідомість громадян і сама соціальна система, яку захищають солдати з обох сторін, проходять перевірку на відповідність реальності. Війна поєднує в собі об'єктивні та суб'єктивні фактори, і, на перший погляд, важко розрізнити, які з них є критичними, а які – переважаючими.

Аналіз наукової літератури показав, що сутність цього феномену в аспекті екстремальних умов розглядали В. Барко, Ф. Василюк, О. Караяні, О. Кокун, М. Корольчук, В. Лефтеров, С. Максименко, О. Матеюк, В. Медведєв, В. Осьодло, І. Приходько, Є. Потапчук, Л. Малкіна-Пих, Л. Пергаменщик, О. Сафін, В. Стасюк, Н. Тарабріна, О. Тімченко, Є. Черепанова, С. Яковенко та ін. У дослідженнях Д. Гандера, О. Жданова, Л. Железняка, А. Індюченка, П. Корчемного, В. Селєзньова, В. Черницького, В. Юсова та інших пропонуються підходи щодо психологічного забезпечення потреб бойової та повсякденної діяльності. Питання психологічної підготовки військовослужбовців знайшли своє відображення в дослідженнях відомих військових психологів: С. Мінця, Б. Теплової, Л. Шварця, В. Чебишева та ін. До питання, пов'язаного із психологічними особливостями зниження рівня ПТСР у учасників бойових дій, зверталися як зарубіжні, радянські так і українські науковці, а саме: В. Алещенко, А. Боченков, Д. Вільсон, Б. Грін, А. Кардинер, Б. Колодзін, Д. Лінді, Г. Ломакін, В. Місюра, В. Новиков, Є. Підчасов, О. Тімченко. Вони розглядали загальні особливості психологічної адаптації та реабілітації військовослужбовців. Військово-психологічний напрямок, орієнтований на відновлення психічного здоров'я людини після діяльності в екстремальних умовах вивчали такі науковці, як В. Булавцев, О. Караяні, В. Місюра, В. Попов, С. С'єдін, Є. Потапчук, Н. Федоренко та ін. Помітний

внесок у дослідження різних аспектів психологічної реабілітації було внесено працями Н. Агаєва, В. Березовця, М. Варія, С. Захарика, В. Знакова, В. Ковтуна, П. Корчемного, В. Лескова, А. Маклакова, В. Попова, О. Сафіна, В. Стасюка, Н. Тарабриної, Д. Шпігеля, Р. Linley, J. Stephen, A. Wallase та ін. До проблематики, пов'язаної з наданням психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойової обстановки і після бою, зверталися як зарубіжні, так і українські науковці: В. Алещенко, А. Боченков, О. Караяні, В. Місюра, В. Новиков, В. Попов, Є. Потапчук, О. Сафін, Н. Феденко, О. Хміляр, С. Чермянин, Д. Вільсон, М. Горовіц, Б. Грін, А. Кардинер, Дж. Келлі, Б. Колодзін, Д. Лінді. Питаннями розгляду особливостей психічних станів і реакцій особистості в стресових та екстремальних ситуаціях і в посттравматичний період займалися Ю. Александровський, Л. Балабанова, Л. Гримак, В. Крайнюк, Л. Китаєв-Смик, М. Левітов, В. Моляко, С. Миронець, С. Яковенко та ін. [3, с. 11].

Мета дослідження – проаналізувати особливості впливу об'єктивних та суб'єктивних факторів на особистість військовослужбовця.

Обговорюючи дезадаптивні та адаптивні зміни у психіці військовослужбовців, ми виходимо з тези, що стрес по суті є адаптивною реакцією, але поведінка конкретного солдата залежить від оперативної ситуації, в якій він перебуває, і конкретного контексту. Це зазвичай визначає ступінь виживання індивіда, і саме на цих закономірностях ми зосереджуємо свою увагу. Наприклад, О. Блінов запропонував триступеневу систему підтримки військовослужбовців, які зазнали дезадаптивних змін внаслідок бойового стресу. До трьох рівнів психологічної підтримки, які ми беремо за методологічну основу опису адаптивних і дезадаптивних змін внаслідок бойового стресу, ми додаємо ще один етап очікування бою та підготовки військовослужбовця до бою. Ми аргументуємо необхідність включення цього етапу. На етапі підготовки слід використовувати поняття нервово-психічної стійкості, яка є прогностичним критерієм для визначення того, чи зможе солдат витримати нервово-психічне навантаження, пов'язане з бойовим стресом [1, с. 24].

Насправді, приблизно 20% військовослужбовців відчувають страх і тривогу безпосередньо перед боєм. На нашу думку, ця цифра не є стабільною статистичною нормою і залежить від багатьох факторів. З'ясуємо, від яких конкретно чинників вона залежить. Підготовка військовослужбовців до дії у стресових ситуаціях залежить від раніше набутих поведінкових стереотипів.

Чим ближче тренування до бойової обстановки, і бажано, чим більше воно моделює всі подразники бойової обстановки, тим більша ймовірність того, що солдат набуде стійких стереотипів поведінки, зможе діяти у ситуаціях підвищеної складності із відносною легкістю, протистояти психофізичним навантаженням, пов'язаним з бойовим стресом.

Уже перед боєм відбуваються адаптивні зміни: впевненість, тренуваність і стереотипи діяльності в бойових умовах, або дезадаптивні зміни: розгубленість, страх, тривога і формування в психіці образів катастрофи в

результаті тиску тривожних очікувань, які впливають на безпосередню поведінку до і під час бою.

У цьому випадку необхідно враховувати параметр нервово-психічної стійкості. Це важливий параметр для включення військовослужбовців до складу бойових підрозділів, як і їхня здатність витримувати психічне навантаження.

Нервово-психічна стійкість – це сукупність вроджених (біологічно обумовлених) і набутих особистісних якостей, мобілізаційних ресурсів і попередніх психофізіологічних можливостей організму, які гарантують оптимальне функціонування особистості в несприятливих умовах професійного середовища.

Проблема формування нервово-психічної стійкості має два аспекти: відбір кандидатів за критеріями нервово-психічної нестійкості особистості опитувальника «НПН-А» – акцентуації та оцінка адаптивності особистості «Адаптивність-200»). Саме тут відбувається психологічна освіта, де особовий склад навчають виявляти та долати основні непродуктивні дезадаптивні зміни у власній психіці та психіці своїх товаришів по службі перед участю в бойових діях [2, с. 91].

Як зазначалося раніше, набуття впевненості та вироблення стереотипів дій в бойових умовах відбувається під час тренувань, бажано під час моделювання елементів бойової обстановки.

Визначені нами критерії не є вичерпними, але вони є ключовими передумовами для формування стійкості військовослужбовців до дезадаптивних змін психіки внаслідок бойового стресу.

На етапі підготовки слід використовувати поняття нервово-психічної стійкості, яка є прогностичним критерієм для визначення того, чи зможе солдат витримати нервово-психічне навантаження, пов'язане з бойовим стресом. Насправді, приблизно 20% військовослужбовців відчувають страх і тривогу безпосередньо перед боєм. На нашу думку, ця цифра не є стабільною статистичною нормою і залежить від багатьох факторів. З'ясуємо, від яких конкретно чинників вона залежить.

Таким чином, декомпресійна терапія – це форма психологічної реабілітації військовослужбовців, які перебували в екстремальних (бойових) службово-бойових умовах, що складається з комплексу заходів з фізичного та психологічного відновлення організму людини, спрямованих на поступову адаптацію військовослужбовців до звичайних умов життєдіяльності, з одночасним запобіганням виникненню психологічних травм.

Під час декомпресійної фази можна провести психологічну діагностику військовослужбовця з метою виявлення його психологічних потреб та уникнення переростання психологічної травми у психічне захворювання. Таким чином, бойовий стрес за своєю є фактором психологічної травми, але, на жаль, він поєднується з фізичною травмою військовослужбовця, контузією та втратою кінцівок, з психологічними наслідками – зміною уявлення про себе, переоцінкою своїх можливостей, та фізичними наслідками – порушенням

функцій головного мозку, потребою в протезуванні, потребою в будь-яких реабілітаційних процедурах, які можуть бути як наслідком одного, так і іншого. Зняття психогенних наслідків бойового стресу зручніше займатися на етапі демобілізації, паралельно вирішуючи питання усунення та компенсації фізичних травм. Іншими словами, питання військової служби не повинні закінчуватися формальним звільненням. На нашу думку, звільнення має бути лише проміжним етапом у відновленні соціального функціонування людини.

Проблема впливу бойового стресу на психіку військовослужбовця є пролонгованою у часі. З наведеного опису ми робимо висновок, що бойовий стрес може діяти до участі військовослужбовця в бойових діях. Так, безпосереднього психофізичного стимулу немає, але ми маємо справу з тривожними очікуваннями та внутрішніми образами військовослужбовця, які викликають в нього дезадаптивні реакції та заважають виконувати бойове завдання. Гіпотетично ми встановлюємо зв'язок між навченістю особового складу та рівнем його нервово-психічної стійкості в прямій залежності, тобто чим краще підготовлений особовий склад та чим вищий рівень його нервово-психічної стійкості, тим краще він буде опиратися впливу своїх тривожних очікувань. Ми адаптували трьох ешелонну систему психологічної допомоги О. Блінова під тематику власної роботи, взявши за основу його методичні принципи. Тобто, до розташування ешелону та характеру психологічної реакції військовослужбовця, додали логічне зауваження, яке витікає з самого поняття «стрес». Інакше кажучи, реакція не завжди носить дезадаптивний характер, а є ще і адаптивною реакцією. Але важливо розуміти, що адаптивна або дезадаптивна реакція визначає контекст. Тобто зникнення емпатії та відчуття болю на полі бою є адаптивною реакцією, а в цивільному житті – дезадаптивною.

Список використаних джерел:

1. Блінов О. А. Досвід психологічної реабілітації учасників АТО та членів їх сімей в умовах санаторію. *Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи* : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнародною участю. Київ : КНУ ім. Тараса Шевченка, 2016. С. 23–26.
2. Заїка В. М., Страшко Є. Ю., Лебедев В. А., Чернов А. А. Пілотний проєкт програми роботи оздоровчого табору (природотерапевтичної групи) із використанням методу «природотерапії» та «рекреації» : матеріали III Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнародною участю «*Медична реабілітація в Україні: сучасний стан та напрями розвитку, проблеми та перспективи*» (8 вересня 2023 р.). Полтава : ПДМУ, 2023. С. 90–93.
3. Колесніченко О. С. Засади бойової психологічної травматизації військовослужбовців : монографія. Х. : ФОП Бровін О.В., 2018. С. 488.