

*Колесніченко О. С., кандидат психологічних наук, снс,
начальник НДЛ морально-психологічного супроводження
службово-бойової діяльності Національної гвардії України
науково-дослідного центру службово-бойової діяльності
Національної гвардії України*

*Семенко Є. Ю., науковий співробітник НДЛ морально-психологічного
супроводження службово-бойової діяльності Національної гвардії
України науково-дослідного центру службово-бойової діяльності
Національної гвардії України*

МОДЕЛЬ ФОРМУВАННЯ СТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ ДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТРАВМАТИЗАЦІЇ БОЙОВИМ ДОСВІДОМ

У статті розглядається модель формування стійкості військовослужбовця до психологічної травматизації бойовим досвідом. Визначено, що формування стійкості до психологічної травматизації бойовим досвідом (як і інші здатності) має свої етапи: від формального засвоєння норм взаємодії, способів дії, до перевірки їх практикою на істинність та до формування "майстерності". Це формування здійснюється двома шляхами – через присвоєння групового досвіду військовослужбовців та через пристосування власного досвіду подолання екстремальних ситуацій. Дефекти формування стійкості до психологічної травматизації бойового досвіду стають підставами для формування ознак ПТСР.

Ключові слова: психологічна травматизація, військовослужбовець, бойові умови, тривога, стійкість, адаптація, травматичний стрес.

В статті рассматривается модель формирования устойчивости военнослужащего к психологической травматизации боевым опытом. Определено, что формирование устойчивости к психологической травматизации боевым опытом (как и другие способности) имеет свои этапы: от формального усвоения норм взаимодействия, способов действий, к проверки их практикой на истинность и формирования «мастерства». Это формирование осуществляется двумя путями – через присвоения группового опыта военнослужащих и через приспособления собственного опыта преодоления экстремальных ситуаций. Дефекты формирования устойчивости к психологической травматизации боевого опыта являются основанием для формирования признаков ПТСР.

Ключевые слова: психологическая травматизация, военнослужащий, боевые условия, тревожность, устойчивость, адаптация, травматический стресс.

Актуальність дослідження.

Українське суспільство переживає важкі часи, які мають значний вплив на психічне здоров'я та емоційний фон громадян України. Створюється ситуація постійної напруги, тривоги та фрустрації. Проте, найбільшим потрясінням є введення на території України антитерористичної операції, яка за своєю повномасштабністю та людськими втратами прирівнюється до справжньої війни. Коли для захисту країни Збройних сил України та Національної гвардії України не вистачало, зростає потреба формувати добровольчі батальйони, які спочатку створювались на добровільних засадах, а пізніше, із ускладненням ситуації, Національна гвардія України змушена було мобілізувати чоловіків призовного віку для захисту та оборони територій на Сході України. Оскільки, ситуація є складною і на передовій наші війська зазнали значних втрат, мобілізованих бійців зазвичай

готували експрес-методом, і відправляли на фронт значно раніше, аніж це передбачалось навчальною програмою. Тому вони не завжди встигали адаптуватись психологічно та емоційно до умов нечесної війни, смерті та насилля. Ці та інші чинники, як і сама ситуація війни, що характеризується надекстремальним впливом на психіку людини, викликаючи у неї бойовий травматичний стрес, призвели до того, що частина бійців, котрі повертались із зони антитерористичної операції мали психологічну травму. Зрозуміло, що наявність такого масового феномену як психологічна травма на теренах сучасної і незалежної України є новим і нетиповим явищем. Деякий відсоток бійців, із зони бойових дій мають яскраво виражені ознаки психологічної травматизації, здебільшого не можуть і не знають, як впоратись зі станами та відчуттями, які вони переживають. До того ж, цей феномен має вплив не лише

безпосередньо на учасника зони бойових дій, а й на його близьке оточення – родину, друзів, знайомих, які досить часто не знають як себе поводити і реагувати.

Мета статті. Розробити модель формування стійкості військовослужбовця до психологічної травматизації бойовим досвідом та обґрунтувати доцільність використання трансформаційної моделі психологічної безпеки особистості для опису стійкості до психологічної травматизації бойовим досвідом.

Виклад основного матеріалу. Участь в антитерористичній операції це особлива соціальна ситуація розвитку військовослужбовця, яка вимагає формування такого новоутворення в структурі його здатностей, як стійкість до психологічної травматизації бойового досвіду. Сама психотравматичність бойового досвіду є багатоаспектною, і включає, як загальну оцінку несприятливості ситуації, так і конкретні обставини бою, що створюють реальну небезпеку життю, і несприятливі соціальні умови. І хоча подія травми залишається безумовною вихідною точкою розвитку ПТСР, несприятлива соціальна ситуація є підставою для формування “порочного кола” за аналогом депресії, який не дозволяє “вийти” із ситуації переживання травми.

Отримані попередні наукові результати дозволяють говорити про дві складові стійкості до психологічної травматизації бойовим досвідом – актуальну та базисну. Актуальна стійкість до психологічної травматизації бойовим досвідом забезпечується засобами “актуальної роботи” з екстремальною ситуацією – копінгами, вольовою саморегуляцією, самовладнанням тощо. Базисна – співвідноситься з інтелектуальними, емоційними, вольовими базисними особливостями особистості (в основі яких лежать цінності, інтелект, темперамент). Базисна стійкість до психологічної травматизації бойовим досвідом задає рамки для реалізації актуальної стійкості до психологічної травматизації бойовим досвідом. Особливості соціалізації (в даному випадку вторинної професійної соціалізації військовослужбовця, професіоналізації) визначають в якій частині цих рамок будуть набутися характеристики актуальної

стійкості до психологічної травматизації і, відповідно, формуватися низхідний чи висхідний тип психологічної травматизації особистості.

Вторинна соціалізація військовослужбовців передбачає засвоєння професійних норм, знань, вмінь, навичок, завдяки яким військовослужбовець набуває потенційну здатність виконувати службово-бойові завдання в бойових умовах. Ідентифікація з професійною групою формує впевненість в собі, своїх знаннях, вміннях, навичках, в свої товаришах. Прийняття військовослужбовця професійною групою (співслужбовцями) є умовою передачі професійного досвіду і отримання ним допомоги. Перевід зовнішніх впливів соціальної групи у інструментарій власного самокерування є процесом формування самоставлення. (Самооцінка є оцінкою відповідності цінностям своєї соціальної, референтної групи).

Результуючою поточного процесу соціалізації є формування такої складової самоставлення, як самоповага – оцінка відповідності власних знань, вмінь, навичок соціальній ситуації розвитку.

“Історія” минулих етапів соціалізації (змін соціальних ситуацій розвитку) формує аутосимпатію. Завдяки цьому механізму формування аутосимпатії у людини формується уявлення про власну самототожність.

Запропонована О.О. Століним структурно-функціональна модель самоставлення передбачає, що якщо зміна умов самореалізації доводить неефективність актуальних знань, вмінь навичок і, відповідно, веде до зниження самоповаги, то позитивне самоставлення (як умова збереження активності) підтримується за рахунок актуалізації (збільшення показників) аутосимпатії – звернення до попереднього досвіду соціалізацій і самореалізацій, спроби застосувати його для поточної ситуації.

Таким чином, при адекватній професійній соціалізації військовослужбовця збільшення психологічної травматизації досвіду веде до збільшення ідентифікації з професійною групою (з формами роботи та місією) – до формування індивідуальної стійкості до психотравматизації бойовим досвідом через

Питання психології

використання групового професійного досвіду і допомоги. При недостатній професійній соціалізації збільшення психологічної травматизації бойового досвіду веде до актуалізації досвіду минулих самореалізацій і спробам застосувати його в поточній ситуації (Звідси, важлива умова стійкості до психологічної травматизації бойовим досвідом новобранців – відсутність нерозв'язаних травмуючих ситуацій у минулому, невротичності). Ця друга лінія – формування індивідуальної стійкості до психологічної травматизації бойовим досвідом через пристосування власного попереднього досвіду до поточної ситуації – на перших порах досить часто є менш ефективною, ніж перша. І хоча ця “друга лінія” у більшості випадків є більш “витратною” (потребується більше спроб для визначення адекватного способу дій), вона не виключає досягнення позитивного результату.

Формування стійкості до психологічної травматизації досвіду (як і інші здатності) має свої етапи: від формального засвоєння норм взаємодії, способів дії, до перевірки їх практикою на істинність та до формування “майстерності”. (Ці етапи досить добре проілюстрували розглянуті вище типи, виділені за рівнем психологічної травматизації бойового досвіду). рисунок 1. (Сама можливість створення цієї схеми доводить, що у більшості військовослужбовців Національної гвардії України збільшення психологічної травматизації бойового досвіду відбувається внаслідок його накопичення, і, відповідно, у них є можливість пристосуватися до негативних змін. Ця можливість виникає внаслідок того, що військовослужбовці виконують бойові завдання в третій лінії АТО. Для військовослужбовців Збройних сил, які виконують завдання на 1-2 лінії можливим є одномоментне збільшення психологічної травматизації бойового досвіду, і відповідна, наведена схема може втрачати частину пояснювального потенціалу).

При “дефектах” цих двох ліній формування стійкості до психологічної травматизації бойового досвіду можуть виникати наступні явища, що ускладнюють переробку негативного досвіду (роботу з травмою):

- низька “проникливість” групи для представника іншої групи (не здатність взаємодіяти з психологом – не членом військового колективу, нездатність розширити своє соціальне оточення, як способу відновлення мотивації, системи стосунків тощо);

- ускладнене передання “рапорту”, відповідальності за власне життя в руки самого військовослужбовця;

- низька “проникливість” для чужого досвіду (сприйняття свого досвіду як надцінного);

- високий індивідуалізм (сприйняття свого досвіду, як унікального, прагнення підтвердити свій статус);

- звуження меж самореалізації (складність сформувати “опору” у сфері особистості, якої не торкнулась травма);

- психологічне виснаження (тимчасова несприйнятливості до складної роботи, яка потребує інтелектуальних дій, уваги, волі тощо; схильність до прямих реакцій, знижений контроль емоційних проявів);

- відхід на більш ранні етапи розвитку;

- втрата самототожності;

- повернення у свідомості до події травми, як прагнення підібрати із індивідуального досвіду адекватний спосіб дій в екстремальній ситуації (якщо вона сприймається як незавершена) при відсутності доступу до групового досвіду дій і негативних зовнішніх оцінках вчинку (чи очікуванні негативних оцінок від оточення);

- негативні оцінки оточення (при низькому прийнятті військовослужбовця колективом) не тільки неадекватного способу дій, а й особистості військовослужбовця в цілому руйнують ресурс стійкості, які надає аутосимпатія (руйнують уявлення про самототожність).

Питання психології



Рисунок 1 – Етапи формування стійкості військовослужбовця до психологічної травматизації бойового досвіду

Моніторинг стану військовослужбовців показав, що формування стійкості до психологічної травматизації бойового досвіду через використання групового досвіду є досить ефективним. Так, серед постійного складу військовослужбовців менше 0,05% осіб, в яких за методикою І.О. Котенєва показники сягають рівня ПТСР, як діагноз [5]. В другій лінії, яка більш притаманна мобілізованим та новобранцям (та військовослужбовцям строкової служби, проте вони не залучаються до АТО), ПТСР діагностується значно частіше, проте отримання точних даних серед демобілізованих ускладнено.

Як бачимо, ця схема істотно уточнює наведену на рисунку 1 “Мультифакторну модель реагування особистості на

травматичні події”, пристосовує її для опису розвитку ПТСР у військовослужбовців внаслідок отримання психологічної травматизації.

Для опису процесу формування стійкості до психологічної травматизації бойовим досвідом слід використати трансформаційну модель психологічної безпеки особистості фахівця екстремального профілю, розроблену І.І. Приходьком [3].

Так, згідно цієї моделі в умовах звичайного функціонування психологічна безпека особистості має такі компоненти, як “морально-комунікативний”, “мотиваційно-вольовий”, “ціннісно-смысловий”, “внутрішнього комфорту Я”.

Проведене дослідження дозволяє ще більше диференціювати цю модель і більш

Питання психології

чітко виділити в ній “технічну”, функціональні складові особистості, завдяки “енергетичну” та “керівну систему” (рис. 2). яким реалізується функція забезпечення Технічна це – конкретні структурно- психологічної безпеки особистості.

Призначення компонентів психологічної безпеки особистості	Відбиття вимог ситуації до особи	Внутрішній план дій в ситуації з оцінкою затрат і ресурсів	Визначення місця мотиву дії в ситуації в загальній мотивації особистості	Оцінка гармонійність розвитку особистості
Компоненти технічної системи ПБО	Морально-комунікативний компонент ПБО	Мотиваційно-вольовий компонент ПБО	Ціннісно-смысловий компонент ПБО	Регулюючий компонент ПБО - «внутрішній комфорт Я»
Компоненти енергетичної системи ПБО	Отримання зовнішньої допомоги (фізичної, емоційної)	Оцінка дій за їх енергетичною витратністю	Ідентифікація з групою (приєднання мотиву до загальної мотивації)	Ідентифікація з суспільством
Компоненти керівної системи ПБО	Самоповага (оцінка відповідності знань, вмінь, навичок ситуації розвитку)	Самоінтерес (зосередження свідомості на власних особливостях)	Очікування ставлення інших (усвідомлення відповідності нормам, сенсу своєї соціальної групи)	Аутосимпатія (оцінка попереднього досвіду проходження соціалізацій, само тотожність)
Реалізація системи ПБО в екстремальній ситуації	Об’єктивне (морально-вольове) урегулювання ситуації	Суб’єктивне (опановування себе) урегулювання ситуації	Ревізія (переоцінка) цінностей і смислів життя	Посттравматичне зростання – перехід на новий рівень розвитку особистості
Компоненти стійкості до психологічної травматизації бойовим досвідом	Актуальна стійкість до травматизації бойовим досвідом (компетентність, копінги, самоврядування, воля)		Базисна стійкість до травматизації бойовим досвідом (інтелектуальні, вольові, емоційні базисні якості особистості)	

Рисунок 2 – Співвіднесення моделі “Психологічної безпеки особистості” зі структурою стійкості до психологічної травматизації бойового досвіду

Енергетична система є реалізацією положення, в якому приєднання окремого мотиву дій до актуальної мотивації, і далі, приєднання власних цілей до цілей своєї соціальної групи (ідентифікація з групою) і, далі, до цілей суспільства (ідентифікація з місією групи) забезпечує приток енергії до них.

У якості керівної системи доцільно здійснити “вписання” в модель психологічної безпеки особистості структурно-функціональної моделі самоставлення О.О. Століна. При цьому сама модель психологічної безпеки особистості має бути вписана в “соціальну ситуацію розвитку”.

В умовах небезпеки, керівна система ініціює перевірку роботи технічної системи – в перших двох компонентах підсилення рефлексії дозволяє більш “уважно”

працювати з об’єктивними обставинами ситуації і з їх відображенням у свідомості; в третьому компоненті викликана “торканням до смерті” ревізія ціннісно-смыслові сфери “зрушує” “Я” із минулої зони “комфорту”, забезпечуючи особистості посттравматичне зростання (перехід на новий рівень розвитку особистості). Вписання моделі “психологічної безпеки особистості” в соціальну ситуацію розвитку “формує продовження” змін, які відбуваються з особистістю, що пережила екстремальну ситуацію – перехід “Я” на новий рівень (внаслідок посттравматичного зростання) веде до того, що особа перестає відповідати старій ситуації соціального розвитку і, відповідно, до зламу старих і побудові нових стосунків з соціальним середовищем (взяття на себе нових ролей, зобов’язань і формування відповідних їм нових якостей),

до формування нової соціальної ситуації розвитку. І, дійсно, особи, які пережили посттравматичне зростання, можуть змінювати свої стосунки з оточенням, змінювати своє оточення, свою роботу тощо.

На цьому етапі дослідження ми прийшли до **висновку**, що участь в антитерористичній операції це особлива соціальна ситуація розвитку військовослужбовця, яка вимагає формування стійкості до психологічної травматизації бойового досвіду.

Психологічна травматизація бойового досвіду включає, як загальну оцінку несприятливості ситуації, так і конкретні обставини бою, що створюють реальну небезпеку життю, і несприятливі соціальні умови. І хоча подія травми залишається безумовною вихідною точкою розвитку ПТСР, несприятлива соціальна ситуація є підставою для формування “порочного кола” за аналогом депресії, який не дозволяє “вийти” із ситуації переживання травми.

Стійкість до психологічної травматизації бойового досвіду має дві складові – актуальну та базисну. Актуальна стійкість до психологічної травматизації бойового досвіду забезпечується засобами “актуальної роботи” з екстремальною ситуацією – копінгами, вольовою саморегуляцією, самовладнанням тощо. Базисна – співвідноситься з інтелектуальними, емоційними, вольовими

базисними особливостями особистості (в основі яких лежать цінності, інтелект, темперамент). Базисна стійкість до психологічної травматизації бойовим досвідом задає рамки для реалізації актуальної стійкості до психологічної травматизації бойовим досвідом.

Формування стійкості до психологічної травматизації бойового досвіду (як і інші здатності) має свої етапи: від формального засвоєння норм взаємодії, способів дії, до перевірки їх практикою на істинність та до формування “майстерності”. Це формування здійснюється двома шляхами – через присвоєння групового досвіду військовослужбовців та через пристосування власного досвіду подолання екстремальних ситуацій. Дефекти формування стійкості до психологічної травматизації бойового досвіду стають підставами для формування ознак ПТСР. Практика доводить більшу ефективність першого шляху формування стійкості до психологічної травматизації бойового досвіду.

Стійкість до психологічної травматизації бойового досвіду є окремим (приватним) випадком реалізації моделі психологічної безпеки особистості. Проведене дослідження дозволило здійснити подальшу диференціацію моделі психологічної безпеки особистості, виокремивши в ній керівну і енергетичну системи.

Список використаних джерел

1. Балабанова, Л.М. Судебная патопсихология. Вопросы определения нормы и отклонений [Текст] / Л.М. Балабанова. – Д: Сталкер, 1998. – 432 с.
2. Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях [Текст] / И. Г. Малкина-Пых. – М. : Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с.
3. Приходько, І. І. Засади психологічної безпеки персоналу екстремальних видів діяльності [Текст] : моногр. / І.І. Приходько. – Х. : Акад. ВВ МВС України, 2013. – 745с.
4. Снедков, Е. В. Медико-психологические последствия боевой психической травмы: клинико-динамические и лечебно-реабилитационные аспекты [Текст] / Е. В. Снедков, С. В. Литвинцев, В. В. Нечипоренко, В. М. Лыткин // Современная психиатрия. – Т. 1. - № 1. – 1998. – С. 21-25.
5. Тарабрина, Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса [Текст] / Н.В. Тарабрина. – СПб. : Питер, 2001. – 240 с.
6. Тарабрина, Н.В. Психологические последствия воздействия стрессоров высокой интенсивности [Текст] : посттравматический стресс / Н.В. Тарабрина // Психол. журн. – 2012. – Т. 33, № 6. – С. 20-33.

References

1. Balabanova, L.M. Sudebnaya patopsikhologiya. Voprosy opredeleniya normy i otkloneniy [Tekst] / L.M. Balabanova. – D: Stalker, 1998. – 432 s.
2. Malkina-Pykh, I.G. Psikhologicheskaya pomoshch v krizisnykh situatsiyakh [Tekst] / I. G. Malkina-Pykh. – M. : Izd-vo Eksmo, 2005. – 960 s.

3. Prikhodko, I. I. Zasadi psikhologichnoi bezpeki personalu ekstremalnikh vidiv diyalnosti [Tekst] : monogr. / I.I. Prikhodko. – Kh. : Akad. VV MVS Ukraïni, 2013. – 745s.
4. Snedkov, Ye. V. Mediko-psikhologicheskie posledstviya boevoy psikhicheskoy travmy: kliniko-dinamicheskie i lechbeno-reabilitatsionnye aspekty [Tekst] / Ye. V. Snedkov, S. V. Litvintsev, V. V. Nechiporenko, V. M. Lytkin // Sovremennaya psikhiaetriya. – T. 1. - № 1. – 1998. – S. 21-25.
5. Tarabrina, N.V. Praktikum po psikhologii posttravmaticheskogo stressa [Tekst] / N.V. Tarabrina. – SPb. : Piter, 2001. – 240 s.
6. Tarabrina, N.V. Psikhologicheskie posledstviya vozdeystviya stressorov vysokoy intensivnosti [Tekst] : posttravmaticheskii stress / N.V. Tarabrina // Psikhol. zhurn. – 2012. – T. 33, № 6. – S. 20-33.

SUMMARY

*Kolesnichenko O. S., candidate of psychological sciences, senior researcher
Semenko E. Y., research associate of research laboratory*

MODEL FOR FORMING THE SUSTAINABILITY OF SERVICEMAN TO PSYCHOLOGICAL TRAUMATIZATION BY COMBAT EXPERIENCE

Psychological traumatization by combat experience includes: a general assessment of the unfavorability of the situation and the specific circumstances of the battle that create real danger and unfavorable social conditions. And although the event of trauma remains the starting point for the development of PTSD, an unfavorable social situation is the basis for forming a "vicious circle" by analogy with depression, which does not allow "getting out" of the situation of trauma.

Resistance to psychological traumatization by combat experience has two components - actual and basic. Actual resistance to psychological traumatization by combat experience is provided by means of "actual work" with an extreme situation - copings, volitional self-regulation, self-control, etc. Basic - relates to the intellectual, emotional, volitional basic features of the person (based on values, intellect, temperament). The basic resistance to psychological traumatization by combat experience sets the framework for realizing the actual resistance to psychological traumatization by combat experience.

Formation of resistance to psychological traumatization by combat experience (as well as other abilities) has its stages: from the formal assimilation of norms of interaction and methods of action, to checking them on practice for verity and formation of "masterliness". This formation is carried out in two ways - through the group experience of servicemen and through adapting their own experience to overcome extreme situations. Defects in the formation of resistance to psychological traumatization by combat experience become the basis for the formation of signs of PTSD. Practice proves the effectiveness of the first way of forming resistance to psychological traumatization by combat experience.

Resistance to psychological traumatization by combat experience is a separate (private) case for realization of a model of psychological security of the individual. The conducted research allowed to realize further differentiation of the model of psychological security of the individual, highlighting in it the governing and energetic systems.

The energetic system is the implementation of the situation, in which joining of a separate motive to the actual motivation, and further, joining their own goals to the goals of their social group (identification with the group), and next to the goals of society (identification with the mission of the group) provides an inflow of energy to them.

Under conditions of danger, the governing system initiates the verification of the work of the technical system - in the first two components the enhancement of reflection allows more "attentively" work with the objective circumstances of the situation and their reflection in the mind; in the third component caused by "touching to death" revision of the value-semantic sphere "shifts" "I" from the past zone of "comfort", which provides the person with post-traumatic growth (transition to a new level of personality development). Supplementation the model of "psychological security of personality" in the social development situation "forms the continuation" of the changes that occur with the person which experienced the extreme situation - the transition "I" to a new level (as a result of post-traumatic growth) leads to the fact that the person ceases to meet the old social situation development and, accordingly, to breaking the old and building new relationships with the social environment, to form a new social development situation. And, indeed, people who have experienced post-traumatic growth can change their relationships with the environment, change their environment, their work, etc.

Key words: psychological traumatization, serviceman, combat conditions, dismay, resistance, adaptation, traumatic stress