

Романюк О. О. ад'юнкт кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ (сил), Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського <https://orcid.org/0000-0002-5318-9172>

ПОСТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД ЯК НАСЛІДОК ВПЛИВУ БОЙОВОГО СТРЕСУ НА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

У статті висвітлені сучасні погляди щодо наслідків впливу бойового стресу на військовослужбовців. За результатами дослідження виявлено що бойова психічна травма є наслідком сильного переживання воїном стрес-факторів бойової обстановки, що викликає тимчасовий розлад психіки, що призводить до часткової, а іноді і до повної втрати боєздатності. А також, уточнено, що посттравматичний стресовий розлад як наслідок впливу бойового стресу на психіку бійців суттєво впливає на деформацію їх особистості. Напрямок подальших досліджень полягає в удосконаленні існуючих методів діагностики проявів бойового стресу та підвищенні якості надання психологічної допомоги учасникам бойових дій.

Ключові слова: екстремальна ситуація; травмівна подія; бойова психічна травма; бойовий стрес; посттравматичний стресовий розлад.

Вступ. Вже сьомий рік на Сході України триває боротьба за територіальну цілісність нашої держави, де наші захисники, ризикуючи своїм життям та здоров'ям, боряться за мирне небо і спокійне майбутнє наших дітей. Перебування на війні – екстремальна ситуація, коли людина постійно перебуває у сильному психоемоційному стресі та психологічному напруженні, намагаючись їх подолати вольовими зусиллями. Обходиться це дуже високою ціною: майже у всіх учасників бойових дій війна залишає свій певний відбиток на їх фізичному і особливо на психологічному стані. Участь в збройному конфлікті супроводжується ускладненнями різного роду і вони досить тривалий час супроводжують бійців та їх оточення навіть в умовах безконфліктного, мирного життя, створюючи ряд труднощів, проблем, які неможливо залишити без уваги.

Досвід країн, що вже зіштовхувалися з проблемами учасників збройних конфліктів або локальних війн, які виникають внаслідок професійної діяльності та безпосереднього виконання бойових завдань в умовах постійної загрози для їх життя та здоров'я демонструє, що такі умови серйозно травмують психологічний стан та психічне здоров'я бійців. Для характеристики їх стану, військові медики застосовують також такі

поняття, як: гостра реакція на стрес, бойовий стрес, бойова психічна травма, бойова втома та інші.

Мета статті – уточнення та конкретизація наслідків впливу бойового стресу на особистість військовослужбовців.

Теоретичне підґрунтя. Обмеженість наукових досліджень щодо вивчення бойового стресу та його впливу на особистість військовослужбовців зокрема викликана низкою причин серед яких найсуттєвішими є різні погляди фахівців щодо його феномену, складність його вивчення в бойових та клінічних умовах, відсутність психодіагностичного інструментарію бойового стресу.

Аналіз проблеми бойового стресу демонструє недостатній стан його вивчення. Наукові дослідження зосереджені в основному лише на окремих аспектах клініко-патологічних наслідків впливу бойового стресу на психіку військовослужбовців. Даною проблематикою традиційно займаються військові медики серед яких провідна роль належить психіатрам (С. Литвинцев, А. Резник, Е. Снедков, С. Чермянін, В. Шамрей, О. Сиропятов, О. Друзь, І. Черненко) [2, 34].

Провідними фахівцями, які займалися дослідженням бойового стресу та подолання його наслідків, є Р. Абдурахманов, О.

Питання психології

Тімченко, К. Кравченко, О. Блінов, В. Осьодло, Ю Широбоков, І. Сироматніков, О. Утюганов, О. Жаданюк, М. Решетніков, О. Караяні, Л. Китаєв-Смик, О. Косова, с. Колов, С. Литвинцев, В. Шамрей, Н. Тарабрина, П. Корчемний, Т. Никитина, Р. Кадилов, І. Приходько) [1, 57].

У результаті аналізу бойового стресу встановлено п'ять напрямків наукових досліджень у вивченні його наслідків, а саме: підготовка фахівців до дій в екстремальних умовах діяльності; вивчення бойового стресу в бойових умовах; розгляд наслідків впливу бойового стресу; надання психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах проходження курсу психологічної реабілітації; організація медико-психологічної допомоги учасникам бойових дій [3, 117]

За даними різних авторів, клінічно оформленими ПТСР страждають від 12,5% до 44% ветеранів війни, а часткові ознаки цього симптомокомплексу у віддалений період виявляються у 63-91,5% випадків (Н. Тарабрина, 2001; Р. Кадилов, 2012; А. Погосов, 2009; В. Новиков, О. Малашенко) [4, 164: 5, 172]

Близько 80% військовослужбовців, які брали участь у бойових діях під час проведення антитерористичної операції, знаходилися у стані бойового стресу, який в подальшому трансформувався приблизно у 25% посттравматичних стресових розладів (ПТСР) різного ступеня виразності. 98% учасників бойових дій потребують кваліфікованої підтримки і допомоги внаслідок дії бойових стрес-факторів (О. Друзь, 2017) [3, 94].

Суттєве збільшення учасників бойових дій з діагнозом ПТСР спонукає до більш детального вивчення та дослідження даної проблематики, приділивши особливу увагу саме діагностиці даного діагнозу у всіх його проявах, не лише в медичному, а й в соціально-психологічному аспекті. Ця необхідність постає через негативний вплив психологічних розладів не лише на виконання службових обов'язків або бойових завдань, а й на функціонування індивіда в системі соціальної взаємодії. [1, 107].

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження використано теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел, у тому числі вивчення емпіричних даних за визначеною проблематикою.

Результати і обговорення. Результатом впливу бойового стресу є ураження психіки бійців травмівною подією та має форму бойової психічної травми. Це емоційно болючий стресовий досвід (може включати фізичну травму, а може бути і без неї), що іноді створює загрозу для життя і здоров'я (зокрема, коли особа є свідком подій); це унікальне індивідуальне переживання певної події чи тривалих обставин, за яких здатність особи інтегрувати емоційні переживання (досвід) виявляється недостатньою. Вона є віртуально-операційною діагностичною категорією, що характеризує нову форму адаптованості бійця до вимог небезпечного середовища та пояснює причини розладів адаптації військовослужбовців. У більш загальному розумінні, це нормальна реакція здорового організму на ненормальні обставини зовнішнього середовища.

В результаті впливу факторів бойової обстановки виникають стресові реакції, стани та порушення психіки, які призводять до часткової або повної втрати бойового потенціалу військовослужбовців. Результатом впливу бойового стресу на бійців є бойові психічні травми, що спонукають розвиток їх психотравматизації [4, 72].

Травмівна подія – характеризується раптовістю, руйнівною силою, інтенсивністю. Це подія, пов'язана з фактом або загрозою смерті, серйозного тілесного ушкодження чи сексуального насильства, несе абсолютно нову інформацію, яку людина має інтегрувати в попередній життєвий досвід. Травмівну подію можна пережити особисто, можна стати її свідком чи отримати звістку про важку фізичну травму або смерть близької людини. Реакцією на травматичну подію є фізичний і/або емоційний бойовий стрес [3, 151; 5, 89].

Під поняттям «бойовий стрес» розуміється особлива форма стресу, яка підкоряється всім закономірностям загального адаптаційного синдрому Г. Сельє і

Питання психології

розглядається як стан психічного напруження військовослужбовців у процесі їх адаптації до умов бойової діяльності з використанням ресурсного потенціалу. У військовому середовищі бойовий стрес розглядається у переважній більшості випадків як дистрес.

Бойовий дистрес ініціює негативні процеси в психіці бійців, які порушують нормативне виконання військовослужбовцями своїх прямих професійних обов'язків та сприяє виникненню неспецифічних до клінічних психологічних проявів і поширенню психічних розладів [1, 233].

Бойовий стрес здійснює мобілізацію тілесних і мобілізаційних ресурсів для забезпечення успішного функціонування психіки в трьох середовищах: бойовому зовнішньому, соціальному зовнішньому груповому та внутрішньому індивідуально-особистісному. Цей процес здійснюється в умовах інтенсивної, тривалої та потужної дії стрес-факторів.

Вплив на військовослужбовців емоційного та інформаційного компонентів психологічного стресу спонукає їх адаптацію до бойового середовища на відповідних (низький, середній, високий) рівнях стресу, що відповідають конструктивному, негативному та травматичному впливу бойового стресу на особистість військовослужбовців [1, 255].

Бойова психічна травма – це прорив бойовим стрес-фактором захисного шару психіки (злам психологічної психіки), що супроводжується руйнуванням базових цінностей особистості та формуванням патологічних механізмів регуляції поведінки (О. Караяні, 2016) [1, 232; 3, 52].

Бойові психічні травми здатні тривалий час здійснювати негативний вплив на психіку військовослужбовців, чим сприяють деформації особистості воїнів, а також стають вагомою перешкодою на шляху адаптації як до військової служби, так мирного, буденного, нормального життя. Ознаки бойових психічних травм можуть упродовж досить тривалого часу зберігатися у формі посттравматичних стресових розладів.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – стійка реакція на травмівну подію. ПТСР може розвинути після випробування (травмівної події), під час якого людина зазнала фізичної чи психічної шкоди, відчувала загрозу своєму життю чи життю іншої людини. ПТСР може виникати у будь-кого і в будь-якому віці (навіть у дитини). Але не в кожній особі, яка зазнала травми, розвивається різко виражений або навіть незначний ПТСР. Ступінь розвитку цього розладу та рівень його переживання, часто залежить від тривалості й інтенсивності травмівного досвіду. Симптоми вважаються проявами ПТСР, якщо вони тривають більше ніж місяць [5, 89; 6, 207].

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, за результатами дослідження можна обґрунтовано сформулювати висновок, що дія стрес-факторів зумовлює не лише тимчасову психологічну реакцію, а і виникнення психічного стану, що забезпечує функціонування психіки військовослужбовців в бойовому (діяльній) зовнішньому, соціальному зовнішньо-груповому та внутрішньому індивідуально-особистісному середовищах. Даний процес може здійснюватися в умовах дії інтенсивного, тривалого та потужного впливу стрес-факторів при проходженні етапів адаптації до бойової діяльності (алярм, резистентності та виснаження). Визначені конструктивний, негативний та травматичний вплив бойового стресу на військовослужбовців відповідно низькому, середньому та високому рівням стресу.

Встановлено, що бойовий стрес здійснює значний вплив на військовослужбовців, а також, що психотравмуючими факторами діяльності бійців є не лише екстремальні ситуації та травмуючі події, але й такі, що в результаті накопичення повсякденних стресових ситуацій в професійній діяльності з травмуючим екстремальним досвідом (бойовою психічною травмою), може призводити до деформації особистості, та сприяти трансформуванню психотравматичного стресового розладу в

Питання психології

подальшому, що є «ціною» адаптації до умов війни.

Напрямок подальшого дослідження проблеми бойового стресу полягає у вивченні

особливостей його прояву у різних категорій військовослужбовців, подолання негативних наслідків бойового стресу, інтерпретація засобів психопрофілактики бойового стресу.

Список використаних джерел

1. Блінов О. А. Бойова психічна травма: монографія / О.А. Блінов. – К.: – Київ: Талком, 2020. – 700 с.
2. Блінов О. А. Психологія бойової психічної травми: монографія / О.А. Блінов. – К.: – Київ: Талком, 2019. – 246 с.
3. Соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у військовослужбовців – учасників антитерористичної операції : монографія / К.О. Краченко, О.В. Тімченко, Ю.М. Ширококов. – Х.: Вид-во НУЦЗУ, 2017. - 256 с.
4. Психолого-корекційний практикум травм війни: навч. посібник / Іван Сулятицький, Катерина Островська, Василь Осьодло та інші. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка., 2019. – 396 с.
5. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Основи психологічних знань про психічні розлади для військового психолога. Методичний посібник. — К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2018. — 310 с.
6. Тімченко О. В. Синдром посттравматичних стресових порушень : концептуалізація, діагностика, корекція та прогнозування : Монографія / О. В. Тімченко. – Харків : Вид-во Ун-ту внутр. справ, 2000. – 268 с.

References

1. Blinov O. A. Boiova psykhichna travma: monohrafiia [Battle psychical trauma] (Monograph). / O.A. Blinov. – Kyiv : – Talkom, 2020. – 700 s (in Ukrainian).
2. Blinov O. A. Psykholohiia boiovoi psykhichnoi travmy: monohrafiia [Psychology of battle psychical trauma] (Monograph). / O.A. Blinov. – Kyiv : – Talkom, 2019. – 246 s (in Ukrainian).
3. Sotsialno-psykholohichni determinanty vynyknennia boiovoho stresu u viiskovosluzhbovtziv – uchasnykiv antyterorystychnoi operatsii : monohrafiia / K.O. Krachenko, O.V. Timchenko, Yu.M. Shyrobokov [Socio-psychological determinants of combat stress in servicemen - participants in the anti-terrorist operation]: (Monograph) / K.O. Krachenko, O.V. Timchenko, Yu.M. Shyrobokov. - H .: NUTSZU Publishing House, 2017. - 256 s. (in Ukrainian).
4. Psykholoho-korektsiinyi praktykum travm viiny: navch. posibnyk / Ivan Sulyatytskyi, Kateryna Ostrovska, Vasyl Osodlo ta inshi [Psychological and correctional workshop on war injuries]: (textbook. Manual) / Ivan Sulyatytsky, Kateryna Ostrovska, Vasyl Osyodlo and others. - Lviv: Ivan Franko National University of Lviv., 2019. - 396 s. (in Ukrainian).
5. Kokun O.M., Ahaiev N.A., Pishko I.O., Lozinska N.S. Osnovy psykholohichnykh znan pro psykhichni rozlady dlia viiskovoho psykholoha. Metodychnyi posibnyk [Fundamentals of psychological knowledge about mental disorders for a military psychologist]. (Methodical manual). / Kokun O.M., Agayev N. A., Pishko I. O., Lozinskaya N. S. - K.: 2018. - 310 s. (in Ukrainian).
6. Timchenko O. V. Syndrom posttravmatychnykh stresovykh porushen : kontseptualizatsiia, diahnostyka, korektsiia ta prohnozuvannia Monohrafiia [Syndrome of posttraumatic stress disorder: Conceptualization, diagnostics, correction and prognostication]. (Monograph) / O. V. Timchenko. – Kharkiv : Vyd-vo Un-tu внутр. справ, 2000. – 268 s (in Ukrainian).

Резюме

Романюк О. ад'юнкта кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ (сил), Національний університет оборони України імені Івана Черняховського

ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИЕ СТРЕССОВЫЕ РАССТРОЙСТВА КАК ПОСЛЕДСТВИЕ ВЛИЯНИЯ БОЕВОГО СТРЕССА НА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

В статье освещены современные взгляды относительно последствий воздействия боевого стресса на военнослужащих. По результатам исследования выявлено что боевая психическая травма является следствием сильного переживания воином стресс-факторов боевой обстановки, который вызывает временное расстройство психики, что приводит к частичной, а иногда и к полной потере

Питання психології

боеспособности. А также, уточнено, что посттравматическое стрессовое расстройство в последствии боевого стресса на психику бойцов очень влияет на деформацию их личности.

Направление дальнейших исследований состоит в совершенствовании существующих методов диагностики проявлений боевого стресса и повышении качества оказания психологической помощи участникам боевых действий.

Ключевые слова: экстремальная ситуация; травматичными событие; боевая психическая травма боевой стресс; посттравматическое стрессовое расстройство.

Summary

Romanuk O. PhD candidate, National Defence University of Ukraine named after Ivan Chernyakhovskyi

POSTTRAUMATIC STRESS DISORDER AS A CONSEQUENCE OF THE INFLUENCE OF COMBAT STRESS ON MILITARY SERVANTS

Introduction Combat mental traumas can have a long-term negative impact on the psyche of servicemen, which contributes to the deformation of the personality of soldiers, and also become a significant obstacle to adaptation to military service and peaceful, everyday, normal life. Signs of combat mental trauma can persist for a long time in the form of post-traumatic stress disorder.

Purpose The purpose of the article is to clarify and specify the effects of combat stress on the personality of servicemen.

Research methods. To achieve the goal of the study, theoretical analysis and generalization of literature sources, including the study of empirical data on specific issues, were used.

Originality revealed that combat mental trauma is the result of a soldier's strong experience of the stress factors of the combat situation, which causes a temporary mental disorder that leads to partial and sometimes complete loss of combat capability. Also, it was clarified that post-traumatic stress disorder as a consequence of the impact of combat stress on the psyche of soldiers significantly affects the deformation of their personality. The objective and subjective factors that cause mental disorders, as well as the procedure for determining the level of combat psychological stress. Accordingly, it is established that combat stress mobilizes bodily and mobilization resources to ensure the successful functioning of the psyche in three environments: combat external, social external group and internal individual-personal. This process is carried out in conditions of intense, long and powerful stressors. The impact on servicemen of emotional and informational components of psychological stress encourages their adaptation to the combat environment at appropriate (low, medium, high) levels of stress, corresponding to the constructive, negative and traumatic impact of combat stress on the personality of servicemen.

This allows to improve the organization of primary psychological care for servicemen, as well as more productive use of psychodiagnostic tools, which will contribute to its systematic study, improvement, expansion.

Conclusions According to the results of the study we can reasonably conclude that the action of stressors causes not only a temporary psychological reaction, but also the emergence of a mental state that ensures the functioning of the psyche of servicemen in combat (activity) external, social external group and internal individual. This process can be carried out under conditions of intense, prolonged and powerful exposure to stress factors during the stages of adaptation to combat activities (alarm, resistance and depletion). The constructive, negative and traumatic impact of combat stress on servicemen at low, medium and high levels of stress, respectively, has been determined.

Key words: extreme situation; traumatic event; combat mental trauma; combat stress; post-traumatic stress disorder.

Received/Поступила: 25.12. 20.