

УДК 159.947.5:355.133.4

**ИССЛЕДОВАНИЕ СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ,
ПЕРЕЖИВШИХ БОЕВОЙ СТРЕСС***А. А. Устюганов***INVESTIGATION OF THE SENSE SPHERE OF SERVICEMEN EXPERIENCED
THE BATTLE STRESS***A. A. Utuganov*

В работе проанализированы основные теоретические и практические подходы к изучению смысловой сферы военнослужащих, переживших боевой стресс. В данном контексте охарактеризована смысловая сфера личности как особым образом организованная совокупность смысловых образований, обеспечивающая смысловую регуляцию целостной жизнедеятельности субъекта во всех ее аспектах.

In work the basic theoretical campaigns to studying semantic sphere of military men survived fighting stress are investigated. Semantic sphere of the person as the organized set of semantic formations provides with special image semantic regulation of complete ability to live of the subject all his aspects.

Ключевые слова: боевой стресс, посттравматическое стрессовое расстройство, смысловая сфера, смысл, ценностные ориентации.

Key words: battle stress, post-traumatic stress disorder, sense sphere, sense, value orientations.

Экстремальная обстановка, сталкивая человека с новым, непривычным, порой резко выходящим за пределы обычных явлений опытом, ставит перед ним задачу определения смысла происходящих событий и своего отношения к ним. Формирование личностного смысла происходит в процессе совершаемых им самим деяний или того, что происходит с ним и другими. Сложность заключается в том, что из-за постоянной изменчивости и неопределенности ситуации, а также наличия ценностей, не соотносимых с экстремальной обстановкой, человек оказывается в состоянии ступора, он никак не может найти удовлетворительный устойчивый смысл своей жизненной ситуации и определить свое отношение к происходящему, вследствие чего возникает ощущение бессмысленности происходящего.

Противостояние терроризму, незаконным вооруженным формированиям на Северном Кавказе показало, что неудачи в сложных служебно-боевых ситуациях, помимо тактических и организационных просчетов, отсутствия необходимого профессионального опыта, связаны с ухудшением психологического состояния военнослужащих.

Боевые действия являются всесторонним испытанием для военнослужащих, выполняющих свое предназначение в региональных и локальных военных конфликтах. Трагические последствия войн не исчерпываются множеством убитых, раненых и изувеченных людей. В структуре боевых поражений значительное место занимает боевой стресс. Он значительно ослабляет боеспособность войск. Факторы боевой обстановки оказывают сильнейшее психотравмирующее воздействие, грубо нарушая баланс между адаптационными механизмами и внешним миром, что и определяет специфичность возникающих стрессовых расстройств. Признаки посттравматических стрессовых расстройств сохраняются на протяжении многих лет и даже десятилетий после участия в боевых действиях.

В нашей стране, вовлеченной последние два десятилетия в череду локальных конфликтов, количе-

ство людей, перенесших боевую психическую травму, неуклонно возрастает. В их число входят не только военнослужащие, но и мирное население, огромное количество беженцев, а также родных и близких жертв войны. Поэтому реальная оценка последствий боевого стресса уже не поддается учету. В своей статье мы остановимся на рассмотрении особенностей смысловой сферы военнослужащих, переживших боевой стресс.

Исследование психологических механизмов переживания стрессового события является одной из важнейших задач современной психологии. Сегодня она приобретает особую значимость не только в связи с ростом в различных регионах планеты природных и антропогенных катастроф, «горячих точек» и террористических актов. Актуальность исследования обусловлена необходимостью разработки современных подходов к профилактике состояний психологической адаптации и повышению стрессоустойчивости в чрезвычайно напряженных условиях служебно-боевой деятельности.

Несмотря на растущий интерес к этому вопросу, психология до сих пор не располагает сформированной системой представлений относительно механизмов переживания мотивационно-смысловой сферы при воздействии боевого стресса.

Изучение боевого стресса началось с публикации работы Якоба Да Коста, в которой описывался комплекс, включавший боль в груди, тахикардию, нарушения ритма, одышку, головную боль и головокружение, слабость и диарею у участников Гражданской войны в Соединенных Штатах Америки [13]. Применявшийся тогда термин «солдатское сердце» – первый предшественник боевого стресса и посттравматического стрессового расстройства. Этиология этих нарушений оставалась неясной, но чаще всего потерю боеспособности в то время объясняли слабодушием и трусостью.

Невозможно переоценить вклад, который внес К. Ясперс в развитие взглядов на механизмы развития психогенных расстройств [12]. Сформулирован-

ные им критерии диагностики реактивных состояний включают:

- возникновение этих расстройств под действием психических травм;
- понятная связь их содержания с психотравмирующим переживанием;
- исчезновение реакции после устранения причины. В дальнейшем эти критерии были дополнены.

В отечественной психологии проблема боевого стресса практически не изучалась, психические нарушения участников войн в начале двадцатого века обратили внимание на расстройства, возникающие вследствие боевых взрывных поражений. «Контузионные (травматические) психоневрозы» рассматривались как особая форма заболеваний военного времени [4, 7].

Во время Великой Отечественной войны в Красной армии психогенные нарушения встречались вообще очень редко, а психотравматический фактор не имел ведущего значения в связи с «особенностями психологии советских людей». Такие выводы базировались на результатах официальной статистики, в которой все многообразие психических расстройств у пострадавших на войне обозначалось «контузией».

Боевые действия Советских войск в Афганистане послужили толчком к началу изучения в нашей стране боевой психической травмы. В 1989 году создана организация под названием «Союз ветеранов Афганистана» и психологическая служба Союза ветеранов Афганистана [5].

Психологическая служба Союза ветеранов Афганистана развернула научно-практический лозунг: «Посттравматическое стрессовое расстройство в СССР» и начала активную просветительскую работу среди самих ветеранов-«афганцев», населения, в СМИ, разъясняя, что, если у ветеранов возникают психологические проблемы, они не являются больными шизофренией, а страдают от боевого стресса [5].

В экстремальной обстановке и после выхода из неё человек пытается интегрировать свой жизненный опыт в целостную структуру. Неудача в объединении травматического опыта является одним из факторов травматического стрессового синдрома.

После воздействия на человека боевого стресса происходит изменение психической системы в целом, а в некоторых случаях трансформируется структура личности. Мы выделяем два вида этих изменений – регрессивные и прогрессивные изменения личности. В первом случае наблюдаются негативные личностные изменения, приводящие к дезорганизации личностной структуры и дезадаптации поведения – это посттравматическая дезорганизация личности, в частности, детерминирующая посттравматическое стрессовое расстройство при наличии определенных дополнительных внутренних и внешних факторов.

Во втором случае последствия экстремального опыта могут проявляться не только в эффективной

адаптации к мирной жизни, но и в творческом развитии личности, формировании гуманистических личностных новообразований, понимании ценности жизни, духовном развитии – это посттравматическое развитие и рост личности.

Посттравматическое стрессовое расстройство имеет процессуальную динамику, ход развития которого условно можно разделить на пять стадий, каждая из которых характеризуется рядом признаков.

Первая стадия – мобилизация. На этой стадии, протекающей в самой травматической ситуации, происходит реадaptация от обычной жизни, возникает трансформация личности, формируется адаптация поведения к экстремальным обстоятельствам. При адаптации к жертвам, разрушениям, инстинкт самосохранения и выживания выходит за пределы обычного жизненного опыта, личность человека подвергается тяжелым психологическим нагрузкам. Формируется сильная мотивация совершаемых поступков в чрезвычайной обстановке и возникает новый жизненный опыт.

Вторая стадия – иммобилизация. Человек выходит из экстремальной обстановки, окружающий мир не предъявляет к нему требований. Возникают новые проблемы, отличающиеся от тех, которые человек решал на стадии мобилизации. Личность пытается реадaptироваться от боевой обстановки и интегрироваться в жизнь, но интеграция в социум при развитии посттравматического стрессового расстройства блокируется, затормаживается. С момента, когда личность не подвержена воздействию боевой обстановки, отпадает и необходимость в крайних формах мобилизации. Иммобилизация проявляется в так называемом «психологическом ступоре». При возникновении психологического ступора осознание целей и смысла собственной жизни находится в пространстве, происходит сбой смысло-жизненных ориентаций, наблюдается аффективная блокада психических процессов и может наблюдаться временная потеря трудоспособности и отчуждение от социума.

Третья стадия – агрессия. У военнослужащих отмечаются тревожные расстройства, чувство вины, суицидальные мысли, возбудимость, агрессивное поведение и представление агрессивных действий, навязчивые воспоминания о пережитом, овладевающие представления, нарушение концентрации внимания, расстройства сна, недоверие и выраженное стремление избегать общения с врачами, астения, характерологические изменения [1]. В период стадии агрессии происходит деформация смысла жизни, возникают идеи мести до фанатизма, милитаризация смысла жизни. Поведение во всех сферах жизнедеятельности изменяется. Человек не в силах контролировать события собственной жизни, отчужденность, неверие в свои силы, игнорирование гуманистических ценностей.

Четвертая стадия – депрессия. Личность испытывает чувство вины, подавленность, плохое настроение, отсутствие сил. Характерными признаками смысловой сферы является смыслоутрата, исто-

шение личностного образа своего «Я». Так, по мере утраты смысловой мотивации на участие в войне нарастает частота и выраженность стрессового расстройства.

Пятая стадия – восстановление. Происходит у тех военнослужащих, которые преодолевают, под влиянием внутренних и внешних факторов, хронический процесс воздействия боевого стресса, интегрируются в жизнь, творчески реализуют себя в различных сферах жизни, переоценивают жизненные ценности [6].

Смыслжизненный аспект переживания боевого стресса исследовался с использованием теста смысловжизненных ориентаций, разработанного и адаптированного Д. А. Леонтьевым на основе теста PIL (Purpose-in-Life Test) Дж. Крамбо и Л. Т. Махолика. Методика представляет собой 20 симметричных шкал состоящих из пары целостных альтернативных предложений с одинаковым началом [3].

Показатели теста включают в себя общий показатель осмысленности жизни и пять субшкал, отражающих три конкретные смысловжизненные ориентации и два аспекта локуса контроля:

1. «Цели в жизни».
2. «Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность».
3. «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией».
4. «Локус контроля – Я».
5. «Локус контроля – жизнь или управляемость жизни».

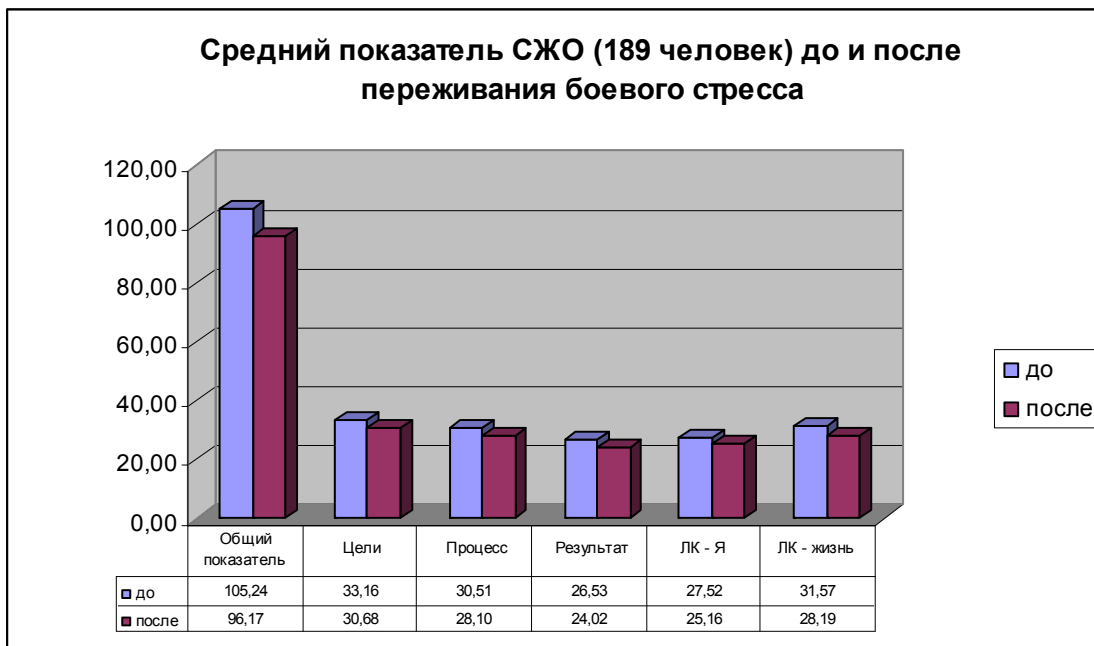
В процессе исследования целенаправленно обследовано и протестировано 189 военнослужащих отряда специального назначения, по прибытии в командировку на Северный Кавказ и после 4 месяцев проведения специальных операций по уничтожению незаконных вооруженных формирований. Данные и

динамика развития отражены в таблице. Возраст обследуемых – от 20 до 36 лет. У всех испытуемых приблизительно одинаковый материальный достаток и социальное положение: 32 % – состоят в браке, 30 % испытуемых имеют высшее образование, 28 % – полное среднее образование, 42 % – средне-специальное образование. До момента обследования каждый из испытуемых неоднократно проходил обязательное тестирование у военного психолога. Первую и вторую группу составили 189 человек.

Сравнение структуры смысловжизненных ориентаций в первой и во второй группе демонстрируют низкие показатели по всем шкалам теста; во второй группе после переживания испытуемыми боевого стресса.

Полученные данные показывают, что исследуемые первой группы, до воздействия на них боевого стресса, характеризуются общим высоким интересом к смыслу жизни, ощущением ее насыщенности, удовлетворенностью настоящим, способностью контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их. Боевой стресс инициирует процессы переосмысления основных жизненных ценностей и понятий. Исследуемые второй группы, пережившие боевой стресс, склонны воспринимать свою жизнь как лишенную смысла, в отличие от исследуемых первой группы. Испытуемых второй группы отличают низкая удовлетворенность своей жизнью в настоящем, восприятие процесса своей жизни как малоинтересного и эмоционально ненасыщенного, неудовлетворенность прожитой частью жизни, а также отсутствие веры в возможность свободы выбора.

Личностные изменения могут появляться как после острых стрессовых и постстрессовых расстройств, так и без предшествовавших симптомов посттравматического стрессового расстройства.



Наблюдения за процессом адаптации военнослужащих, принимавших участие в локальных войнах, подтвердили большое значение социальных

факторов для послевоенной адаптации. Среди них особенно важны доминирующие в обществе представления о войне и ее участниках, понимание близ-

кими проблем военнослужащих, особенности восприятия окружающими их защитно-адаптивного поведения, государственная поддержка ветеранов, признание их заслуг [6].

Боевой стресс – это частная разновидность стресса, формирующаяся вследствие воздействия комплекса патогенных факторов боевой обстановки. Среди них выделяются:

- длительная и мало прогнозируемая, непосредственная и эмпирически наглядная угроза жизни и благополучию индивида и его близких;
- значительно превосходящие повседневный уровень по длительности и интенсивности психические и физические нагрузки;
- психогенные влияния ранений, травм и заболеваний;
- переживание наблюдаемых случаев гибели людей;
- утраты друзей и близких [7].

Описывая состояние дезадаптации личности военнослужащих, переживших боевой стресс, авторы отмечают в нем регулирующую функцию ценностных ориентаций, подтверждают недостаточную сформированность эмоционально-смыслового опыта, устойчивых смысловых отношений у личности в состоянии дезадаптации, упрощенность и поляризованность содержательной структуры мотивов [6, 7].

Смысл – чрезвычайно объемное понятие, которое занимает немаловажное место во многих гуманитарных науках. Как явление он имеет экстралингвистическую природу, является результатом понимания, принадлежит сфере сознания. Смысл рассматривается как индивидуальное психическое образование, факт сознания, который характеризуется отношением к другим фактам психической жизни. Регулирующая функция смысла и влияние смысло-жизненных ориентации на адаптацию личности определяет реализацию ее взаимоотношений с миром, специфику, уникальность и направленность жизненного пути. Смысловая сфера личности как особым образом организованная совокупность смысловых образований обеспечивает смысловую регуляцию целостной жизнедеятельности субъекта во всех ее аспектах. Смысл жизни, имея устойчивые характеристики, формирует основу личности, систему «сдержек и противовесов», базис морально-нравственной цензуры, жизненные ценности, приоритеты [3].

Наряду с этим жизненные смыслы в той или иной степени, под влиянием различных факторов, подвержены изменениям. Одним из таких факторов является экстремальная ситуация, которая ставит перед человеком задачу критики сложившихся смыслов и выработки программы своего выживания в изменившихся условиях, переосмысления целей своего развития. Как считает М. Ш. Магомед-Эминов, экстремальная ситуация инициирует процесс переосмысления действительности, способствует реструктуризации ценностей, мотивов, смыслов. Экстремальная ситуация, обуславливая продвижение личности по пути переосмысления своей

жизни, стимулирует как мощные личностные взлеты, так и падения [5, с. 28].

С точки зрения В. Э. Чудновского, успешность реадaptации в постэкстремальный период связана с обретением «оптимального смысла жизни», «строительство» которого основано на фундаменте общечеловеческих ценностей [10, с. 16]. Если в иерархии ценностных ориентации сохранится значимость семьи, профессии, любви, здоровья, творческой активности – основных жизненных ценностей, характеризующих целостную личность, можно говорить об успешности адаптации [11, с. 12].

По нашему мнению, для предотвращения негативных последствий любых экстремальных событий, в том числе событий на Северном Кавказе, или хотя бы частичного блокирования их проявлений, необходимо официально сформулировать отношение государства и общества к ветеранам этих событий и как можно быстрее разработать действенную систему мероприятий (на уровне государственной программы) по оказанию им специализированной психологической, социальной и экономической помощи.

Подводя итог, можно выделить характеристики мотивационно-смысловой сферы личности, определяющие состояние дезадаптации, основными из которых являются: изменение содержания ведущего мотива деятельности, замена содержания ведущего мотива содержанием более низкого порядка, снижение уровня опосредованности деятельности, сужение основного круга отношений человека с миром, обеднение мотивационной сферы. Состояние дезадаптации находится между непосредственно переживаемыми смыслами, определяющими реальное поведение, и смыслами, выступающими в качестве осознаваемых, что приводит к нарушению самоконтроля и коррекции поведения.

Адаптация личности в постэкстремальных условиях детерминирована особенностями смысловой сферы, связанными с переживанием экстремальной ситуации. Сохранность таких ценностей, как счастливая семейная жизнь, любовь к близким, творчество, познание, интересная работа, интеграция экстремального смыслового опыта в систему жизненных смыслов и ценностей в обычных условиях, активное прогнозирование будущего обуславливают наличие оптимального смысла жизни у таких личностей. Смысловая интеграция гуманистических ценностей позволяет военнослужащему интегрировать экстремальный смысловой опыт в систему жизненных смыслов.

Таким образом, в структуре боевого стресса выделяются особенности ценностно-смысловой и мотивационной сферы личности. Посттравматическое стрессовое расстройство также имеет свои особенности, которые характеризуются в виде различных поведенческих аномалий, нарушений в сфере межличностных коммуникаций, а также утраты ценностно-смысловой и мотивационной сферы личности. Указанные особенности ценностно-смысловой сферы следует учитывать при разработке комплекса мероприятий по психологической коррекции послед-

ствий боевого стресса и социально-психологической реабилитации военнослужащих, участвовавших в боевых действиях.

Литература

1. Александровский, Ю. А. Пограничные психические расстройства: учеб. пособие / Ю. А. Александровский. – М.: Медицина, 2000. – С. 125 – 126 с.
2. Александровский, Ю. А. Психические расстройства во время и после чрезвычайной ситуации / Ю. А. Александровский // Психиатрия и психофармакотерапия. – 2001. – Т. 3. – № 4. – С. 48 – 62.
3. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 1999. – С. 37 – 39.
4. Литвинцев, С. В. Боевая психическая травма в локальном военном конфликте: метод. пособие / С. В. Литвинцев, Е. В. Снедковы. – М., 2003. – С. 55 – 58.
5. Магомед-Эминов, М. Ш. Личность и экстремальная жизненная ситуация / М. Ш. Магомед-Эминов // Вестник МГУ. Серия «Психология». – 1996. – № 4. – С. 26 – 30.
6. Магомед-Эминов, М. Ш. Новые аспекты психотерапии посттравматического стресса: метод. рекомендации / М. Ш. Магомед-Эминов, А. Т. Филатов, Г. Л. Кадук. – 2-е изд, исправл. – М.: Инсайт, 2004. – С. 33 – 39.
7. Снедков, Е. В. Медико-психологические последствия боевой психической травмы: клинико-динамические и лечебно-реабилитационные аспекты / Е. В. Снедков, С. В. Литвинцев, В. В. Нечипоренко, В. М. Лыткин // Современная психиатрия. – Т. 1. – № 1 – 1998. – С. 21 – 25.
8. Ушаков, И. Б. Боевой стресс и постстрессовая адаптация участников боевых действий: сб. науч. тр. // И. Б. Ушаков, Ю. А. Бубеева; под ред. И. Б. Ушакова. – М.: ИСТОКИ, 2003. – С. 47 – 51.
9. Франкл, В. Воля к смыслу / В. Франкл. – М.: Апрель-Пресс: Эксмо-Пресс, 2000. – С. 22.
10. Чудновский, В. Э. Психологические составляющие оптимального смысла жизни / В. Э. Чудновский // Вопросы психологии. – 2003. – № 3. – С. 3 – 18.
11. Яницкий, М. С. Ценностные ориентации личности как динамическая система / М. С. Яницкий. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2000. – С.11 – 13.
12. Ясперс, К. Общая психопатология / К. Ясперс. – М.: Практика, 1997. – С. 49 – 50.
13. Jakob Da Kosta. On irritable Heart // Journal of Experimental Psychology. – 1966. – Vol. 75. – P. 23 – 31.

Рецензент – М. С. Яницкий, ГОУ ВПО «Кемеровский государственный университет».