



УДК 159.96

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОВО-ДЕПРЕСИВНИХ СТАНІВ У КОМБАТАНТІВ

Попелюшко Р.П., к. психол. н., доцент,
доцент кафедри психології та педагогіки
Хмельницький національний університет

Метою статті є здійснення практичного аналізу результатів дослідження стресово-депресивних станів у комбатантів до та після участі у бойових діях. Наголошено, що сучасний стан діагностичного дослідження комбатантів засвідчує, що під час дослідження виявляються ознаки посттравматичного стресового розладу, тривожності, адаптованості та ін., але дуже мало звертається увага на стресово-депресивні стани комбатанта. Дослідження цих станів комбатанта дозволить спеціалістам ефективніше побудувати реабілітаційні та адаптаційні заходи з подолання наслідків психотравмуючих ситуацій, сприятиме забезпеченню збереження психофізичного здоров'я комбатантів.

Ключові слова: психологічна реабілітація, стрес, депресія, комбатант, бойові дії.

Целью статьи было проведение практического анализа результатов исследования стрессово-депресивных состояний у комбатантов до и после участия в боевых действиях. Отмечено, что современное состояние диагностического исследования комбатантов показывает, что при исследовании выявляются признаки посттравматического стрессового расстройства, тревожности, адаптированности и др., но очень мало обращается внимание на стрессово-депрессивные состояния комбатанта. Исследование этих состояний комбатанта позволит специалистам более эффективно построить реабилитационные и адаптационные меры по преодолению последствий психотравмирующих ситуаций, будет способствовать обеспечению сохранности психофизического здоровья комбатантов.

Ключевые слова: психологическая реабилитация, стресс, депрессия, комбатант, боевые действия.

Popeliushko R.P. RESULTS OF THE RESEARCH STRESS-DEPRESSIVE CONDITION IN COMBATANTS

The purpose of this article was to implement a practical analysis of the results the study of stress-depressive states of combatants before and after participating in hostilities. It is also noted that the current state of the diagnostic study of combatants testifies, that during the research there are signs of post-traumatic stress disorder, anxiety, adaptability, etc., but very little attention is paid to the stress-and-depressive states of the combatant. Investigation of these states of the combatant will allow the specialists to more effectively build rehabilitation and adaptation measures to overcome the consequences of psycho-traumatic situations, will contribute to the preservation of the physical and psychological health of combatants.

Key words: psychological rehabilitation, stress, depression, combatant, fighting.

Постановка проблеми. Сучасне становище, у якому перебуває наша держава, а саме гібридна війна на Сході України (АТО) та масштабність впливу на особистість комбатантів бойових дій вимагають ґрунтовного науково-практичного дослідження. Участь у бойових діях, на думку багатьох науковців, є стресовим фактором найвищого ступеня інтенсивності. А отже, проблема збереження психофізичного здоров'я і працездатності комбатантів, що беруть участь у бойових діях на Сході нашої держави, привертає до себе увагу все більшої кількості дослідників.

Професійна діяльність військових в умовах бойових дій характеризується впливом на психіку різних стрес-факторів. Тривалість цього впливу, а також психотравмуючий характер можуть сприяти виникненню таких змін у психіці комбатанта, які знижують ефективність його діяльності у бойовій обстановці, викликають стресово-депресивні стани і негативно проявляються у мирних умовах життєдіяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Значний науково-практичний внесок у дослідження та запровадження основ і механізмів психологічної реабілітації комбатантів внесли такі науковці: Н.А. Агаєв, А.А. Боченков, Н.Є. Водоп'янова, А.Н. Глушко, О.Г. Караяні, О.М. Кокун, Н.С. Лозінська, М.Ш. Магомед-Емінов, С.Д. Максименко, І.Г. Малкіна-Пих, В.В. Остапчук, А.Л. Пушкарьов, В.В. Стасюк, В.В. Ткаченко, Ю.В. Щербатих, М.І. Горовіц, Б.М. Колодзін та ін.

У сучасних українських реаліях існує необхідність звернути увагу науковців та практиків на проблему дослідження станів стресу і депресії для подальшого використання цих даних у психологічній реабілітації комбатантів, які брали участь у бойових діях, перенесли психологічні або фізичні травми, страждають від віддалених наслідків стресогенних впливів. Сучасний стан діагностичного дослідження комбатантів засвідчує, що під час дослідження виявляються ознаки посттравматичного стресового розладу, тривожності, адаптованості та ін., але дуже

мало звертається увага на стресово-депресивні стани комбатанта. Дослідження цих станів комбатанта дозволить спеціалістам ефективніше побудувати реабілітаційні й адаптаційні заходи з подолання наслідків психотравмуючих ситуацій, сприятиме забезпеченню збереження психофізичного здоров'я комбатантів.

Постановка завдання. Метою статті є здійснення практичного аналізу результатів дослідження стресово-депресивних станів у комбатантів до та після участі у бойових діях.

Виклад основного матеріалу дослідження. Метою нашого експериментального дослідження було виявлення особливостей стресово-депресивних станів у комбатантів, які направлялись у зону антитерористичної операції (АТО) на Сході нашої держави та згодом прибули на чергову ротацію, для подальшого застосування до них реабілітаційних заходів. Для реалізації нашої мети було проведено експериментальне дослідження за такими психодіагностичними методиками: «Шкала PSM-25 Лемура-Тесьє-Філліон (Lemyr-Tessier-Fillion)» [1], «Аналіз стилю життя (Бостонський тест на стресостійкість)» [5], Опитувальник депресивності Бека (Beck Depression Inventory – BDI) [3], шкала самооцінки рівня депресії Цунга (Z-SDS) [4].

Дослідження проводилось на базі військової частини, польова пошта – 4252, двома етапами. На першому етапі, у лютому 2017 року, діагностувались комбатанти (77 військових), які направлялись у зону АТО, на другому етапі, у травні 2017 року, досліджувались ті ж підрозділи (59 військових), які прибули на ротацію. Незначна зміна кількості досліджуваних комбатантів на момент повторної діагностики пов'язана із закінченням строку служби цими військовими.

На першому етапі психодіагностичного дослідження на основі методики «Шкала PSM-25» ми мали змогу визначити рівень стресових відчуттів у соматичних, поведінкових та емоційних показниках у комбатантів, які направлялись у зону АТО. Було виявлено такі результати: низький рівень стресових відчуттів констатовано у 75 (97%) осіб, середній рівень стресових відчуттів спостерігався у 2 (3%) військових, а високий рівень стресових відчуттів у комбатантів не було зафіксовано.

Результати діагностичного дослідження переживань стресу свідчать про те, що у комбатантів, які направлялись у зону АТО, переважає низький рівень стресових відчуттів. Це, у свою чергу, свідчить про те, що військові не потребували зниження інтенсивності нервово-психічної напруженості і психологічного розвантаження, у комбатантів спостерігався стан психічного комфорту та психологічної адаптованості до робочих навантажень перед несенням служби у зоні АТО.

Під час повторного тестування було виявлено такі результати: низький рівень стресових відчуттів спостерігався у 56 (95%) військових, середній рівень стресових відчуттів був виявлений у 3 (5%) комбатантів, високого рівня стресових відчуттів не було зафіксовано у жодної особи.

Отримані результати другого діагностичного етапу свідчать про те, що у комбатантів, учасників бойових дій після повернення із зони АТО відбулись досить незначні зміни в рівнях стресових відчуттів.

Але необхідно зауважити, що кількість комбатантів із середнім рівнем стресових відчуттів порівняно з попереднім дослідженням збільшилася. Таким чином, якщо комбатанти будуть тривалий час перебувати у такому стані, то неминуче виникнуть проблеми як на психологічному, так і на фізіологічному рівнях. У результаті перебування у стані підвищених (порівняно з нормою) стресових відчуттів у військових може підвищуватися дратівливість, тривожність, неухважність. Також слід зазначити, що може виникати необґрунтований гнів. Військові можуть скаржитись на забудькуватість, швидку втому, мати проблеми зі сном. На фізіологічному рівні стрес може проявлятися головними болями, зниженням імунітету, почастианням пульсу, стрибками тиску, підвищенням рівню цукру, гастритом, виразкою та іншими хворобами. Тому комбатанти, у яких виявлений середній рівень стресових відчуттів, потребують психологічної допомоги психологів і командирів з особового складу.

Порівняльні результати дослідження стресових відчуттів у комбатантів представлені у таблиці 1.

Таблиця 1
Порівняння результатів дослідження рівня стресових відчуттів у комбатантів за шкалою PSM-25 до направлення та після повернення із зони АТО

Рівень стресових відчуттів	Попереднє дослідження	Повторне дослідження
високий	0%	0%
середній	3%	5%
низький	97%	95%

На першому етапі психодіагностичного дослідження результати проведеного тесту «Аналіз стилю життя» дали нам змогу визначити рівень стресостійкості особистості комбатантів, які направлялись у зону АТО. Було констатовано такі результати: гарна стійкість до стресових ситуацій (низький рівень) простежувалась у 5 (7%) військових, середній рівень стресостійкості особистості спостерігався у 61 (79%) особи, вищий за середній рівень виявлений у 10 (13%) комбатантів, погана стійкість



до стресових ситуацій (високий рівень) була констатована у 1 (1%) особи.

Результати цього дослідження свідчать про те, що у комбатантів перед відправкою у зону АТО переважав нормальний рівень стресу, який відповідав у міру напруженому життю активної людини, також це свідчить про гарну адаптованість комбатантів до умов несення військової служби.

Повторне тестування мало такі результати: гарна стійкість до стресових ситуацій виявлена у 6 (10%) осіб, середній рівень стресостійкості особистості зафіксований у 49 (83%) комбатантів, вищий за середній рівень спостерігався у 4 (7%) осіб, а погана стійкість до стресових ситуацій не була виявлена у жодного військового.

Отримані результати другого діагностичного етапу свідчать про те, що у комбатантів, учасників бойових дій після повернення із зони АТО відбулись досить незначні зміни в рівнях стресостійкості особистості.

Водночас необхідно зауважити, що у невеликої кількості комбатантів, які повернулись із зони АТО, був зафіксований вищий за середній рівень стресостійкості. Це сигналізує про те, що якщо комбатантам не надати своєчасну допомогу, то їхній стан буде означати для них реальну небезпеку. У військових із великою часткою імовірності можуть виникнути різноманітні психосоматичні захворювання, оскільки вони близькі до фази нервового виснаження.

Порівняльні результати дослідження стресостійкості особистості у комбатантів представлені у таблиці 2 та на рисунку 1.

Таблиця 2

Порівняння результатів дослідження рівня стресостійкості у комбатантів за тестом «Аналіз стилю життя» до направлення та після повернення із зони АТО

Рівень стресостійкості особистості	Попереднє дослідження	Повторне дослідження
високий	1%	0%
вище середнього	13%	7%
середній	79%	83%
низький	7%	10%

На першому етапі діагностичного дослідження на основі проведеного опитувальника депресивності А.Т. Бека ми мали змогу визначити наявність депресії і ступінь важкості депресивних розладів у військових, які направлялись у зону АТО для виконання своїх професійних обов'язків. Кількісний аналіз виявив такі результати: відсутність депресивних симптомів спостерігалась у 73 (95%) комбатантів, помірно виражена депресія була виявлена у 3 (4%) військових, критичний рівень депресії констатований у 1 (1%) особи, явно виражена депресивна симптоматика не проявилась у жодного комбатанта.

Якісний аналіз цієї методики дав нам можливість зробити висновок про те, що комбатанти у своїй більшості були позитивно налаштовані на несення служби у зоні АТО та займали активну життєву позицію, добре взаємодіяли в колективі, життєві цінності військових були спрямовані на особистісно-професійну реалізацію.

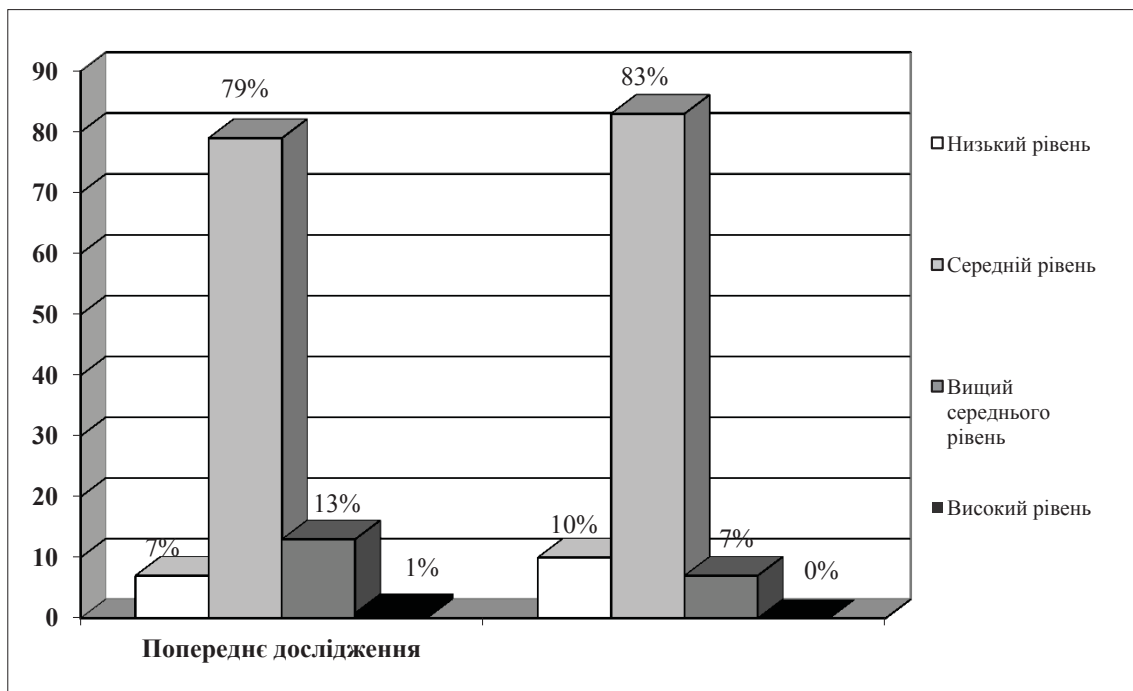


Рис. 1. Порівняння результатів дослідження рівня стресостійкості у комбатантів за тестом «Аналіз стилю життя» до направлення та після повернення із зони АТО

На основі повторно проведеного опитувальника депресивності А.Т. Бека ми виявили такі кількісні результати: відсутність депресивних симптомів спостерігалась у 57 (96%) комбатантів, помірно виражена депресія простежувалася лише у 1 (2%) військового, критичний рівень депресії не виявився у жодної особи, а явно виражена депресивна симптоматика спостерігалась у 1 (2%) особи.

Аналіз якісних показників повторно проведеної методики особливо не змінив результати першого етапу дослідження депресивних проявів у комбатантів.

Водночас необхідно зауважити, що кількість комбатантів з явно вираженою депресивною симптоматикою збільшилась. У цієї категорії військових можуть бути виражені такі симптоми: роздратованість, печаль, придушення негативних емоцій, втрата апетиту. Середню силу вираженості мають песимізм, відчуття невезіння, незадоволеність собою, почуття провини, відчуття покарання, самозаперечення, самозвинувачення, почуття соціальної відчуженості, нерішучість, порушення сну, втома. Найменше виражені суїцидальні думки, дисморфофобія, труднощі в роботі, втрата ваги, занепокоєння станом здоров'я, втрата сексуального потягу. Якщо комбатанти будуть залишатись у такому стані досить довго, то можуть звикнути до нього, входячи у стан хронічної депресії. Серйозна депресія може призвести до спроб самогубства, а також до саморуйнівної поведінки – зловживання алкоголем, наркотиками, тютюном,

сильнодіючими медикаментозними засобами, а також навмисне перевантаження на роботі, завзяте небажання лікуватися, небезпечна їзда на автотранспортних засобах [2].

Повторні результати дослідження наявності депресії у комбатантів представлені у таблиці 3 та на рисунку 2.

Таблиця 3

Порівняння результатів дослідження комбатантів за методикою «Шкала депресії А.Т. Бека» до направлення та після повернення із зони АТО

Показники (рівні)	Попереднє дослідження	Повторне дослідження
відсутність депресивних симптомів	95%	96%
помірно виражена депресія	4%	2%
критичний рівень депресії	1%	0%
явно виражена депресивна симптоматика	0%	2%

На першому етапі діагностичного дослідження на основі проведеного дослідження за шкалою Цунга ми мали змогу визначити самооцінку депресії та інтенсивність депресивних симптомів у комбатантів, які направлялись у зону АТО для виконання своїх професійних обов'язків. Результати засвідчують, що бездепресивний стан спостерігався у 75 (97%) комбатантів, легка (слабка) депресія ситуативного чи невротич-

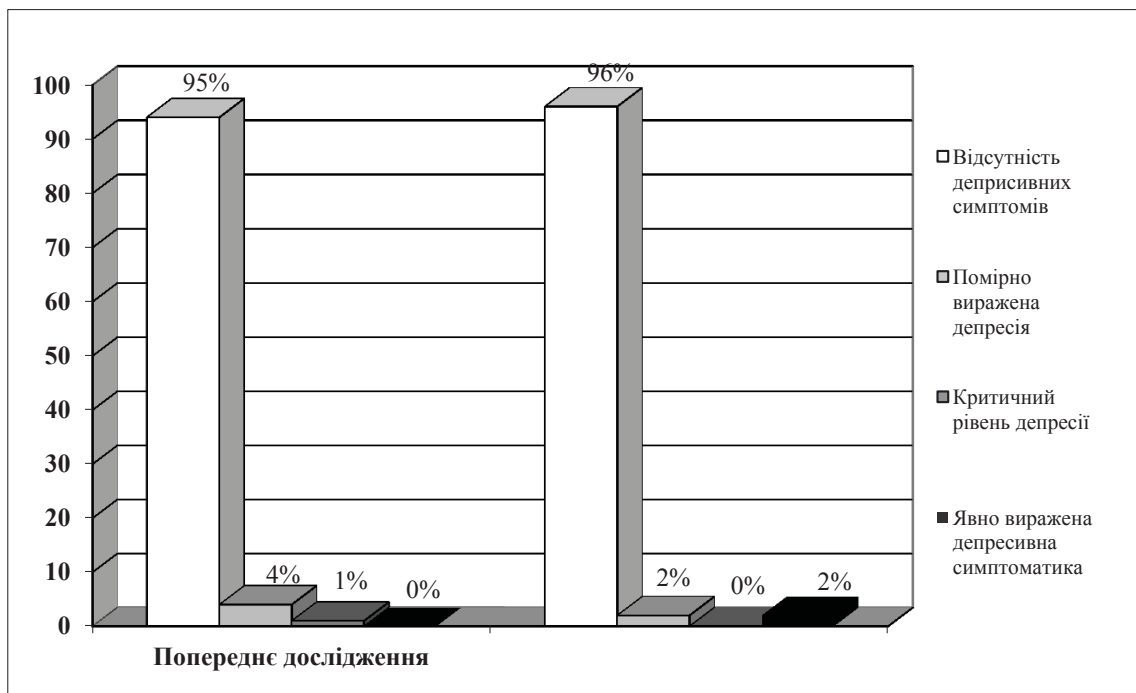


Рис. 2. Порівняння результатів дослідження комбатантів за методикою «Шкала депресії А.Т. Бека» до направлення та після повернення із зони АТО



ного генезису простежувалась у 2 (3%) осіб, а явно вираженої депресивної симптоматики не було виявлено у жодного військового.

Повторне тестування мало такі результати: бездепресивний стан був констатований у 59 (100%) комбатантів, легка депресія ситуативного чи невротичного генезису та явно виражена депресивна симптоматика не були зафіксовані у жодного військового.

Отримані результати другого діагностичного етапу свідчать про те, що у комбатантів, учасників бойових дій після повернення із зони АТО відбулись досить незначні зміни в рівнях самооцінки депресії та інтенсивності депресивних симптомів.

Необхідно також зауважити, що отримані експериментальні дані повторного дослідження самооцінки депресії та інтенсивності депресивних симптомів у комбатантів засвідчують малоїмовірність у цієї категорії досліджуваних таких симптомів, як песимістичне мислення, самообезцінювання у разі невдачі, перебільшення недоліків і зменшення власних позитивних рис, селективна увага до негативних аспектів, гіпертрофоване прийняття відповідальності, суїцидальні схильності та ін. [2].

Порівняльні результати дослідження самооцінки депресії та інтенсивності депресивних симптомів у комбатантів представлені у таблиці 4.

Таблиця 4

Порівняння результатів дослідження самооцінки депресії у комбатантів за шкалою Цунга до направлення та після повернення із зони АТО

Рівень депресії	Попереднє дослідження	Повторне дослідження
явно виражена депресивна симптоматика	0%	0%
легка депресія	3%	0%
бездепресивний стан	97%	100%

Висновки з проведеного дослідження.

Аналіз результатів дослідження стресово-депресивних станів у комбатантів дозволив зробити такий висновок: у більшості комбатантів, які повернулись із зони АТО, наявний низький

чи середній рівень стресу. Ці результати констатують той факт, що у комбатантів спостерігається стан психічного комфорту та психологічної адаптованості до робочих навантажень, вони не потребують додаткового психологічного розвантаження та зниження інтенсивності нервово-психічної напруженості.

Також результати дослідження засвідчили, що майже у всіх комбатантів простежується відсутність депресії. Такі результати говорять про те, що комбатанти займають активну життєву позицію, життєві цінності військових спрямовані на особистісну самореалізацію та розвиток у професійній сфері.

Отже, узагальнюючи результати експериментального дослідження стресово-депресивних станів у комбатантів, ми можемо засвідчити, що показники повторного проведення методик особливо не змінили результати першого етапу дослідження стресово-депресивних проявів у комбатантів. Це, у свою чергу, свідчить про професійно побудовану систему добору на службу в армію, а також про ефективну роботу психологічної служби цієї частини з усунення наслідків участі комбатантів у бойовій діях.

Проблема, яка порушена, є актуальною та важливою для подальшого вивчення і впровадження у загальну практику діагностичного вивчення комбатантів, методик дослідження стресово-депресивних проявів, що, у свою чергу, забезпечить покращення перспектив збереження фізичного і психічного здоров'я комбатантів, профілактику післястресових реакцій, побудову ефективних адаптаційних та реабілітаційних процесів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса / Н.Е. Водопьянова. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.
2. Караяни А.Г. Прикладная военная психология / А.Г. Караяни, И.В. Сыромятников. – СПб. : Питер, 2006. – 480 с.
3. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации / И.Г. Малкина-Пых. – М. : Эксмо, 2005. – 960 с.
4. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Д.Я. Райгородский. – М. : Бахрах-М, 2011. – 672 с.
5. Щербатых Ю.В. Психология стресса / Ю.В. Щербатых. – М. : Эксмо, 2005. – 304 с.