

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У ЗОНІ ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ

### PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF MILITARY PERSONNEL IN A COMBAT AREA

У статті розглянуто питання психологічного супроводу військовослужбовців у зоні ведення бойових дій. Актуальність даної теми неможливо оцінити, тому що мільйони українців стали на захист своєї Батьківщини, проходячи виснажні та тяжкі бої, і психологічний супровід стає однією з основ підтримки військових. Досліджено важливість психологічного супроводу для збереження фізичного та психічного здоров'я військовослужбовців та ефективності їхньої бойової діяльності.

Описано психологічні ризики, з якими стикаються військовослужбовці під час бойових дій, такі як стрес, травматичні події, втрата товаришів по зброї, емоційна виснаженість та депресія. Розглянуто можливі наслідки невідповідного психологічного супроводу, такі як збільшення відсотку психічних захворювань та суїцидів серед військовослужбовців.

Розглянуто методи та підходи до психологічного супроводу військовослужбовців. Це включає психологічне навчання, консультування, психотерапію, групову підтримку та інші форми допомоги. Наголошено на важливості індивідуального підходу до кожного військовослужбовця, оскільки кожна ситуація є унікальною, а потреби та проблеми військовослужбовців можуть відрізнятися.

Описано роль психологічного супроводу у профілактиці психологічних проблем серед військовослужбовців та після повернення з бойових дій. Наголошено на важливості психологічної підготовки до військової служби та допомоги у зворотній адаптації до мирного життя. Це допоможе зберегти їхнє фізичне та психічне здоров'я, підвищити ефективність та знизити ризик розвитку психічних проблем. Важливою є не лише психологічна допомога, а й попередження психологічних проблем шляхом психологічної підготовки та профілактичної роботи. Отже, психологічний супровід є важливим елементом військової служби, який потребує належної уваги та фінансування з боку військової влади.

**Ключові слова:** психологічний супровід, бойовий стрес, морально-психологічний стан, військовослужбовці, бойові дії, війна, екстремальні ситуації.

In the article, we consider the issue of psychological support of military personnel in the combat zone. The relevance of this topic cannot be overestimated, because millions of Ukrainians stood up for the defense of their Motherland, going through exhausting and difficult battles, psychological support becomes one of the bases of military support. We will investigate the importance of psychological support for maintaining the physical and mental health of servicemen and the effectiveness of their combat activities.

The article describes the psychological risks that military personnel face during combat, such as stress, traumatic events, loss of comrades-in-arms, emotional exhaustion, and depression. It also examines the possible consequences of inadequate psychological support, such as an increase in the percentage of mental illness and suicide among military personnel.

The article also examines methods and approaches to the psychological support of military personnel. This includes psychological training, counselling, psychotherapy, group support and other forms of assistance. The article emphasizes the importance of an individual approach to each service member, as each situation is unique, and the needs and problems of service members may differ.

In addition, the article describes the role of psychological support in the prevention of psychological problems among military personnel and after returning from combat operations. She emphasizes the importance of psychological preparation for military service and assistance in re-adaptation to peaceful life. This will help preserve their physical and mental health, increase their efficiency and reduce the risk of developing mental problems. It is important not only to provide psychological help, but also to prevent psychological problems through psychological training and preventive work. Therefore, psychological support is an important element of military service that needs proper attention and funding from the military authorities.

**Key words:** psychological support, combat stress, moral and psychological state, military personnel, combat operations, war, extreme situations.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.20>

**Гачак-Величко Л.А.**

к.юрид.н., доцент,  
доцент кафедри поведінкових наук  
та військового лідерства  
Національна академія сухопутних  
військ імені Петра Сагайдачного

**Вступ.** Сьогодні в умовах війни та конфліктів різного рівня на протязі довгих періодів часу військовослужбовці перебувають в особливих психологічних умовах, які можуть призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу, депресії, тривожних станів та інших психічних порушень. Отже, актуальність проблеми психологічного супроводу військовослужбовців у зоні ведення бойових дій є надзвичайно важливою, оскільки від їхнього психічного здоров'я залежить як їхнє особисте благополуччя, так і ефективність виконання покладених на них завдань. Дослі-

дження психологічного супроводу військовослужбовців є необхідним для розуміння особливостей формування психологічного стану військовослужбовців в умовах війни та конфліктів, а також розроблення та впровадження ефективних методів психологічної підтримки військовослужбовців.

**Виклад основного матеріалу.** Кожна війна таїть загрозу не лише очевидних і миттєвих наслідків. Страшне її відлуння. У неї важко входити, але ще важче виходити. Особливо для тих, хто пройшов крізь пекло боїв, обстрілів, смерть товаришів...

Замість героїчних спогадів у чималій кількості учасників війни виникають соціально-психологічні розлади – від фізичних травм та ушкоджень до спершу непомітних, але вкрай небезпечних патологій, що виявлять себе лише згодом, у цивільному житті.

Зміна психічного статусу військовослужбовців у бойових діях включає бойовий стрес (перший прояв дезадаптації), бойову втому та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), а також реактивні стани – найважчу форму бойової психопатії.

Аналіз наукової літератури стосовно розвитку у ветеранів війн та локальних збройних конфліктів посттравматичних стресових порушень свідчить, що ПТСР становлять від 10% до 50% усіх медичних наслідків бойових дій. Ними сьогодні страждають 29–45% ветеранів Другої світової війни, 25–30% американських ветеранів в'єтнамської війни. Серед осіб, які отримали поранення, ПТСР досягають 42%. На превеликий жаль, дослідники прогнозують, що після закінчення російсько-української війни ПТСР може перевищувати норму через швидку інтенсивність боїв та жорсткість нашого ворога [5].

Бойовий стрес і бойова втома є основними нормальними реакціями на аномальний стрес під час бойових дій. У воєнний час люди перебувають у постійному фізичному стресі (наприклад, недоїдання, перепади температур, відсутність належної особистої гігієни тощо) та психологічному стресі (наприклад, постійна небезпека, пильність щодо можливих саморобних вибухових пристроїв чи снайперів або жертв чи смертей). І зрозуміло, що більшість із них так чи інакше відреагує. Ці реакції зазвичай проявляються як сильний страх (наприклад, інтенсивна реакція на гучні звуки), підвищена пильність (боксер завжди напоготові та готовий до дії), кошмари/жах, дратівливість, труднощі зі сном тощо. Хоча все це звучить негативно, деякі із цих реакцій уважаються адаптивними, включаючи надмірний страх і підвищену пильність, а також інші реакції на бойовий стрес, такі як зростання фізичної сили, збільшення витривалості, відчуття власної компетентності тощо (тобто не всі стресові реакції є негативними).

«Бойова і оперативна стресова реакція» (БСР) – це загальний термін, що охоплює всі можливі реакції військового персоналу на бойові умови. Термін «бойова втома» (БВ) використовується для опису будь-якої реакції на стрес, пов'язаної з бойовими діями, яка потребує лікування. Більшість, що демонструє емоційні або ознаки та симптоми психологічних розладів, не є психічно хворими, а скоріше вони намагаються подолати незвичний стрес військових дій [7].

Важливу роль відіграє здатність самого військовослужбовця та його найближчого

оточення (переважно командирів, лікарів, психологів) адекватно оцінити стан людини, розпізнати симптоми, що свідчать про розвиток стресу. БСР спочатку проявляється як нездатність особи виконувати свої безпосередні службові обов'язки. Серед найхарактерніших ознак слід звернути увагу на залишення поля бою, прогули без пояснень тощо. Учасники бойових дій, у яких розвивається бойова втома, мають високий ризик рецидиву, тому чим швидше буде надана допомога, тим більше шансів на одужання. У таких випадках психологічні чинники (особистісні особливості людини) можуть затримати або ускладнити одужання. Будь-яка поведінка солдата, яка протягом тривалого часу відрізняється від його попередніх звичок, може бути першою ознакою та симптомом бойового стресу. Не обов'язково запам'ятовувати всі можливі ознаки і симптоми БСР для своєчасної діагностики, корисніше запам'ятати просте правило: знайте своїх хлопців і будьте готовими помітити будь-які раптові, тривалі чи прогресуючі зміни в їхній поведінці, які несуть якусь загрозу безпеці та функціонуванню вашого підрозділу.

Бойова втома може бути класифікована як легка або важка. Допомога залежатиме від вираженості симптомів і тактичної ситуації. Незначна БВ – мінімальна, незначна функціональна недостатність, симптоми наявні, але істотно не впливають на виконання безпосередніх обов'язків, скарги більш суб'єктивні, ніж об'єктивні, а тактична обстановка дає змогу залишити бійця. Важка БВ – явні порушення або тактичні ситуації, що впливають на виконання прямих обов'язків, не дають змоги залишатися в підрозділі [5].

В умовах сучасної війни рашисти, не отримавши перемогу військовим шляхом, активно шукають лазівки для знищення українського духу, створення сварок та роз'єднання єдності, щоб ослабити наше суспільство й особливо військових, що спричинить слабкість на фронті. Для проведення заходів інформаційно-психологічного впливу щодо підризу морально-психологічного стану (МПС) наших військ Російська Федерація використовує широкий арсенал форм, де наявні два нерозривно зв'язані між собою напрями: інформаційний і психологічний.

Основні форми інформаційного впливу на підрозділи Збройних сил України:

1. Друкована пропаганда – форма інформаційного впливу на опонента шляхом розповсюдження друкованої продукції у вигляді листівок, газет, малюнків, листів, пов'язок із гаслами, ворожою символікою тощо з метою зниження МПС.

2. Усна пропаганда – форма інформаційного впливу на іншу сторону через:

– спосіб запису різних повідомлень і процедур, що передаються за допомогою гучномовного обладнання (труба, мегафон);

– встановлення зв'язків та проведення індивідуальних (групових) обговорень щодо зниження бойової активності, відмови від виконання бойових завдань, дезертирства та схильності до капітуляції.

3. Радіопропаганда – форма інформаційного впливу на війська противника шляхом трансляції спеціальних радіопрограм через військові та цивільні радіопередавачі, а також засобами військового радіозв'язку в мережі оперативного управління і канали зв'язку.

4. Телевізійна пропаганда. У ході бойових дій в Україні важливим засобом інформаційного впливу росіян на військовослужбовців та цивільне населення виступає телебачення. Із цією метою бойовикам удалося мобілізувати під свої прапори російських та іноземних телевізійних кореспондентів, створити фейк про боротьбу з неонацистами, бандерівцями, увести в оману весь російський народ, підживлюючи це щоденною брехнею.

5. Інтернет-пропаганда. Російська Федерація активно використовує Інтернет для підготовки терористичної діяльності, передачі інформації тощо. Основні способи використання Інтернету з метою сприяння РФ [2]:

– збирати детальну інформацію про цілі для ураження або захоплення, включно із зображеннями цільових місць і характеристик;

– дискредитація військових та всього українського народу;

– збір різних груп людей на основі різних характеристик. Інтернет можна використовувати для надання інструкцій щодо часу та місця зустрічей, форм протесту або навчальних питань;

– нападати на окремих осіб, групи людей або компанії та безпосередньо лобіювати політиків. Рекетири використовують Інтернет, щоб вимагати гроші;

Іншим напрямом впливу Росії на військовослужбовців є психологічний, основні способи якого:

– обстріли (вогневі нальоти), що виснажують, і здійснення нападів;

– снайперська і мінна війна;

– улаштування засідок, диверсійні та терористичні акти;

– жорстокість і жорстоке поводження з полоненими, з тілами загиблих військових;

– розвиток ненависті, мстивості та ворожості місцевого населення до військових;

– захоплення та насильницьке утримання заручників, як військових, так і цивільних.

Основною метою морально-психологічного забезпечення дій військових сил визначено забезпечення необхідного морально-психологічного стану особового складу, який дає

зможу ефективно виконувати завдання за призначенням [1].

Основними завданнями морально-психологічного забезпечення у веденні бойових дій є:

- формування в особового складу готовності до виконання завдань в умовах бойової обстановки, яка швидко змінюється та потребує миттєвих оперативних рішень, відповідальності за відданий наказ, життя і здоров'я особового складу, його безпеку та здатність до виконання завдань;

- забезпечення дисциплінованості та пильності особового складу, правопорядку у військових частинах (підрозділах) у місцях виконання завдань, недопущення проявів паніки, нерішучості, невпевненості, некерованості;

- інформаційно-пропагандистське забезпечення дій особового складу на підставі аналізу, оцінки та прогнозування суспільно-політичної обстановки у районах виконання визначених завдань та оперативне реагування на їх зміни;

- формування в особового складу свідомого розуміння військової політики держави, патріотизму, відданості військовій присязі.

Основні зусилля морально-психологічного забезпечення дій військ (сил) у ході бойових дій спрямовуються на:

– підготовку свідомості та психіки особового складу вести бойові дії в умовах правового поля мирного часу на своїй території;

– роз'яснення їм важливості і необхідності ліквідації вогнища збройного конфлікту;

– підтримку постійної бойової пильності щодо недопущення можливих диверсійних дій із боку іррегулярних збройних формувань;

– недопущення негативного інформаційно-психологічного впливу іррегулярних збройних формувань на свої війська і населення регіону [8].

Під час проведення підготовки особового складу, направлено для участі в бойових діях, слід урахувати, що контингенти своїх військ (сил) і противника сформовані як із найбільш навчених у бойовому відношенні військовослужбовців, так і бійців із достатньо слабкою військовою підготовкою. Досвід боїв сам по собі ще не гарантує морально-психологічної переваги над противником. Він корисний тоді, коли цей досвід поєднується з бойовими, природно-кліматичними, національними особливостями.

Як показує практика, без оцінки МПС військовослужбовців не уявляється можливим успішно управляти процесами, що відбуваються у військових колективах, правильно і грамотно приймати рішення, особливо керувати підлеглими в умовах ведення бойових дій.

Під час оцінки суспільно-політичної обстановки в регіоні, де проходять БД, ураху-

ються: національний і соціальний склад населення, його віросповідання, відношення до військ, наявність політичних партій та громадських організацій, їх військово-політичні орієнтації і ступінь можливого впливу на місцеве населення; особливості національної психології, звичаї та устої населення; рівень схильності населення до пропаганди і психологічного впливу супротивника.

Для мобілізації підлеглих на активні бойові дії важливо сформувати психологічну установку на рішучі дії і не допустити пасивності в плані егоїстичного прагнення за будь-яку ціну врятувати себе.

Підготовка військовослужбовців до діяльності у складних та екстремальних умовах включає інформаційний, бойовий, фізичний та психологічний складники.

Інформаційний складник:

- обґрунтування цілей та завдань, що виникають перед підрозділом під час виконання бойових завдань;

- вивчення нормативно-правових актів, що регламентують діяльність підрозділу;

- ознайомлення з етнографічними особливостями регіону, де передбачається виконання бойових завдань, національними традиціями, особливостями спілкування між представниками інших етносів [4].

Бойовий та фізичний складники включають:

- удосконалення навичок володіння усіма видами спеціальних засобів та зброї, які можуть бути використані під час виконання бойового завдання, водіння автотранспортних засобів;

- удосконалення навичок ведення вогню з різних положень, володіння спеціальними засобами захисту й активної оборони, використання технічних засобів зв'язку;

- оволодіння навичками ведення активного та захисного рукопашного бою як індивідуально, так і в складі підрозділу; обеззброєння, захоплення, конвоювання противника.

Психологічний складник:

- взаємовідносини в колективі. Проблема формування і зміцнення міжособистісних взаємовідносин у військових колективах є надзвичайно важливою. Їх стиль багато в чому визначає соціально-психологічний клімат у підрозділі. Процес налагодження взаємин потребує зміни деяких звичок, стосунків з оточуючими, підходів до оцінювання людей.

Організаційні заходи. Після прибуття в зону виконання бойових завдань варто організувати компактне розміщення й охорону місць розташування особового складу так, щоб максимально знизити почуття небезпеки у військовослужбовців, приділивши особливу увагу забезпеченню їх повноцінного відпочинку. Необхідно комплектувати пости, наряди і розміщувати особовий склад, ура-

ховуючи складний характер взаємовідносин, що складаються між представниками різних служб і соціальних груп.

Підвищену увагу потрібно звертати на формування відносин взаєморозуміння і співробітництва з особовим складом інших підрозділів, а також із військовослужбовцями взаємодіючих підрозділів. Це можливо здійснювати за допомогою проведення загальних розвідів і постановки завдань, чіткого інструктування про взаємини підпорядкованості залежно від ситуації, проведення спільних операцій тощо [6].

Особливості організації роботи щодо зміцнення військової дисципліни в бойовій обстановці:

- інформаційно-виховну роботу спрямувати на роз'яснення відповідальності військовослужбовців за самовільне залишення військової частини, розкрадання (втрату) зброї, боєприпасів, вибухових речовин, непокору командирам, здійснення протиправних дій відносно населення;

- вивчити і перекрити можливі канали надходження в підрозділ спиртних напоїв, наркотичних речовин, виключити самому і вжити всіх заходів щодо недопущення їх уживання підлеглими;

- контакти військовослужбовців із місцевим населенням, не пов'язані з виконанням посадових обов'язків, звести до мінімуму;

- підсумки стану військової дисципліни у відділеннях підводити щодня, у взводі – щотижнево; повною мірою використовувати можливості заохочення особового складу, представлення до державних нагород військовослужбовців, хто виявив мужність і героїзм під час виконання військового обов'язку;

- чітко планувати службово-бойову діяльність, визначити завдання кожному військовослужбовцю, спланувати і щодня проводити тренування особового складу за бойовим розрахунком за різних варіантів ускладнення обстановки;

- створити підлеглим нормальні побутові умови (тепло в наметах, вода для особистої гігієни, гаряча їжа тощо), особисто контролювати розподіл продуктів, намагатися обладнати в опорному пункті місце для миття особового складу.

Тривале напруження біологічних, фізіологічних, психологічних функцій спричинює виснаження захисних сил організму. Психологічні чинники, такі як мотивація, установка, можуть за рахунок тимчасової високої мобілізації резервів організму компенсувати несприятливі прояви стану людини, підтримувати достатньо високу працездатність. Якщо людина знаходиться у стані високої мобілізації тривалий час, це може призвести до заго-



стрення наявних у неї захворювань і викликати інші небажані наслідки.

Окрім того, в екстремальних умовах відбувається різка перебудова мотиваційної сфери військовослужбовця. Чим більш незвичайними будуть умови, тим більші зрушення відбудуться у психіці людини. Вплив екстремальних чинників на людину може призвести до виникнення у неї різних розладів психогенного характеру.

Негативний вплив екстремальних умов експлуатації на психіку солдата не обмежується тим, що він може страждати психічними розладами. Складні умови бойових дій у першу чергу позначаються на їх ефективності [3].

**Висновок.** У статті ми розглянули питання психологічного супроводу військовослужбовців у зоні ведення бойових дій. Розглянули основні проблеми, з якими стикаються військовослужбовці у зоні бойових дій, такі як стрес, тривога та депресія, обговорили методи психологічної підтримки, такі як індивідуальні консультації та групові сесії, котрі можуть допомогти військовослужбовцям зберегти психічне здоров'я та поліпшити їхню дієвість у бойових умовах.

Надмірне психічне напруження військовослужбовців під час виконання бойових завдань уповільнює їхню реакцію, погіршує концентрацію уваги та пам'ять, призводить до надмірної обережності, що зумовлює збільшення кількості оперативних та оперативних помилок, а інколи повністю дезорганізує діяльність, порушуючи її психологічну структуру. Військовослужбовець «випадає» із загально погодженого режиму дій. Особливо згубні наслідки це має, коли бойові дії носять груповий характер. Зовні перерви в діяльності можуть виглядати як надто нудні рухи, часто необережні, і лавина

помилоч. Під час виконання бойових завдань переривання діяльності завжди є передумовою для виникнення паніки та інших негативних психологічних явищ.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Морально-психологічне забезпечення у Збройних силах України / Н.А. Агаєв та ін. ; за заг. ред. В.В. Стасюка. 2020. 208 с.
2. Белікова Т.В. Методи виявлення деструктивного інформаційно-психологічного впливу для інформаційних технологій забезпечення безпеки підлітків : кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. 2019. 233 с.
3. Джигун Л.М., Берегова Н.П., Главацька Н.Д. Особливості і сучасний стан психологічної реабілітації військовослужбовців після проходження служби в умовах бойових дій. *Психологічні тривалогогі.* 2021. № 2. С. 57–73.
4. Кокун О.М., Мороз В.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження : методичний посібник. Київ : 7БЦ, 2021. 170 с.
5. Костян В.І. Бойовий стрес і бойова втома. URL: <https://vseosvita.ua/library/bojovij-stres-i-bojovavtoma-137861.html>.
6. Липова С.В. Особливості формування комунікативної культури у військовому колективі. *Кваліфікаційні магістерські роботи.* 2023. С. 16–20.
7. Медсанбат: Бойовий стрес. URL: <http://www.medsanbat.info/medsanbat-boyoviy-stres/>.
8. Профілактика відхильної поведінки у військовослужбовців / А.М. Романишин та ін. Львів : НАСВ, 2017. 322 с.
9. Тімченко О.В. Синдром посттравматичних стресових порушень: концептуалізація, діагностика, корекція та прогнозування : монографія. Харків : Ун-т внутр. справ. 268 с.