
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ
ПУБЛИЦИСТИКА

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ
БОЕВОГО СТРЕССА**

© 2004 г. В. А. Пономаренко

Академик РАО, Москва

Излагаются личностные аспекты боевого стресса, обусловленные напряжением таких психологических систем, как мотивация, самодостаточность, волевые усилия, рефлексивное сознание и др. Раскрывается взаимосвязь между надежностью деятельности личности и осознанием ее места и роли в боевых действиях. Определяется роль гражданской поддержки воина со стороны населения, семьи, государственных структур. Показаны последствия боевого стресса в виде распада личности как феномена социально-психологического синдрома “потери лица”. Изложены предложения по психологической поддержке воина на уровне военной доктрины и воинского долга.

Ключевые слова: боевой стресс, рефлексивное сознание, социально-психологический синдром, определен мотив.

Прежде чем изложить свое видение проблемы психологии боевого стресса у военнослужащих, считаю целесообразным сделать ряд предварительных суждений.

Среди опасных профессий авиация, космонавтика, подводный флот занимают особое место ввиду специфичности неземной среды деятельности специалиста. Поддерживаемая искусственная среда обитания на рабочих местах указанных специалистов в определенной степени снимает физиологический стресс, но не в состоянии снять стресс психологический. Суть этого стресса – в особом рода взаимодействии сознательных и подсознательных сфер. Сам акт психического взаимодействия представлен переживанием неопределенного будущего как вневременного явления. Внешние знаки взаимодействия столь скрытого психического состояния стресса проявляются в соматических нарушениях здоровья, в межличностных отношениях, в поведенческих актах, в фрустрационном напряжении второго “Я”.

Психологический стресс, провоцируемый внешними сигналами, бессознательными импульсами и осознанный через душевный дискомфорт имеет свои корреляты и формы проявления в личностных координатах: мотивах, отношениях, переживании, самооценках, проекциях. Психологический стресс не укладывается в универсальный физиологический ответ, а имеет личностный портрет не только в эмоциональном интерьере, но и в смысловых конструктах когнитивных процессов, духовно-нравственных образований, трансформирующихся в социальное ядро долга, ответственности и психологическую доминанту в виде преодоления себя.

Психологический стресс для лиц опасной профессии, прошедших многостороннюю психофизиологическую подготовку, мотивированных на данную работу со сформированными психофизиологическими резервами для деятельности в экстремальных условиях любой природы, имеет выраженную социологизирующую составляющую. Именно социологизация как воспитательный продукт в экстремальной обстановке раздваивает первое и второе “Я”, разрушая фундамент самоактуализации и разделяя его на “долг” и “возможности”.

Успешность деятельности лиц опасной профессии не столько в целевом противодействии стрессорам, сколько в способности к общему ориентированию во времени и пространстве, отстранению от ситуации с выходом на абстрактные обобщения (над ситуацией), помогающие решать задачи на два-три шага вперед развивающейся угрозе жизни.

По результатам экспериментальных исследований интеллектуальной деятельности, поведенческих и эмоциональных реакций лиц опасной профессии в ситуациях с реальной угрозой жизни удалось установить определенную иерархию приоритетов, обеспечивающих результативность противострессовых внутренних “психологических ежей”.

Вот их наиболее вероятная цепочка: образ узнаваемого → выделение новых признаков → классификация приоритетов противодействия → интеллектуальное порождение новой информации → снятие неопределенности → решение, отличное от предписанного алгоритма (в случае нужды) → включение волевых уси-

лий → оттормаживание социологизированных помех (вины, будущих разборов, наград, оговоров и пр.) → усиление сознательного контроля за автоматизированными действиями → определение конечного временно-пространственного континуума профессионального противоборства.

Результаты фундаментального постижения медико-психологической проблемы диагностики, коррекции и лечения последствий стресса у военнослужащих, в том числе и при проведении анти-террористических операций, позволяют расширить горизонты теоретической базы военно-медицинской науки, интегрируя решения по охране психического здоровья с обеспечением боеготовности и боеспособности войск.

Это возможно осуществить лишь при энергичном выходе из устойчивой клинической парадигмы хирургии: война – это эпидемия травм. Но “афганский” и “чеченский” синдромы проявили силу воздействия на психику, вызвав *эпидемию душевных травм военнослужащих, отклонение жизни от ее уставной и нравственной норм.*

Системе охраны субъекта военного труда, должно быть органично присущ учет влияния оперативно-тактического искусства на ведение боевых действий, форм вооруженной борьбы, видов вооружения, качества профессиональной и психофизиологической подготовки. Исходно психофизиологическое здоровье здоровых военнослужащих поддерживает целеполагающую активность, профессионализм *в достижении боевого результата.*

Медико-психологическая позиция по отношению к профессиональному здоровью предполагает придание ему свойства биосоциального демографического фактора долголетия профессиональной армии, составляющего боеготовность войск, а, стало быть, национальной безопасности страны. Именно психическое здоровье, военное мировоззрение личности воина, пропитанное чувством воинского долга, и профессионализм – первые серьезные *добытологические барьеры* на пути разрушительной силы боевого стресса, адресованного, прежде всего, глубинным структурам мозга, сознанию и духу. Более того, осознание военнослужащим *своей персональной роли* в обеспечении военной безопасности исходит из глубин архетипных культурно-державных связей между гражданским обществом и их кровными представителями в армии. Только личностная установка на защиту Отечества рождает *смысловое понятие – служба* и формирует в сознании военнослужащего особые слои духовного сознания в виде веры и доверия к справедливости приказов, святости устава, и, стало быть, помогает переносить объективные тяготы войны, в том числе, противодействовать боевому стрессу.

Боевой стресс, как особый вид социально-психофизиологического напряжения, с патофизиологической точки зрения относится к системным повреждениям механизмов регуляции гомеостатических констант, сопровождается разрушительными нарушениями в слаженной системе “человек–боевая задача–результат”. Ожидаемый военнослужащим, вожденный результат, *как определен мотив и ядро установки на победу* в случае неудачи трансформируется в “образ поражения”, т.е. боевой стресс. Затем формируется психологическая доминанта, трансформированная *в вину неисполненного долга. Именно социализация сознания в персональном пространстве личностных структур в детерминированной цепочке “мотив–потребность–результат” порождает выход воина в бою далеко за свои психофизиологические пределы.* “За пределы” означает вычерпывание физиолого-биологических резервов из таких глубин организма, когда человек не в состоянии, даже не будучи раненым, мобилизовать адаптивные резервы и восстановить для продолжения боя жизнестойкость и профессионализм. Это происходит из-за расстройства опережающего отражения, инсайтных механизмов, способности оперативного мышления упреждать действия противника.

Скажу больше, наш опыт объективных исследований поведения летчиков в реальных аварийных ситуациях, впавших в неуправляемый шок, выявил психическое замыкание системы “Я–второе Я” с блокировкой поступления информации по интуитивному каналу из внешней среды. В этом убеждают факты разных форм трансформации поведения от агрессии до ипохондрии, от инсайтных решений до примитивного замыкательного рефлекса. Ведущими последствиями безуспешности профессионала являются: психическое истощение мотивов, самодостаточности, разлад образов “Я” в системе “Я–ты”, “Я–мы”. Происходит общее обеднение образа мира, его заполнение витально-бытовыми ценностями. За этим следует смена иерархических построений в корково-подкорковых взаимодействиях, снижение психофизиологического потенциала, обеспечивающего организацию адаптивных реакций, и, наконец, общефункциональное истощение личностного ресурса человека. Личностный ресурс – это не только психические функции (память, мышление, внимание), но и сохраненный образ своего “Я” в должностном интерьере. В частности, сохранение веры в необходимость применения оружия в соответствии с правом использования насильственных действий, с образом врага, который собственно и определяет, конкретизирует цель его уничтожения как зло, как социальную угрозу. Если этой гармонии нет, неизбежен психотравматический внутриличностный конфликт, разрешение которого требует медико-психологи-

ческих воздействий, далеко выходящих за симптоматические процедуры – в данном случае мы имеем дело с социальным синдромом “потери лица”.

Исходя из сказанного, прихожу к мысли, что ответные реакции на боевой стресс носят трехкомпонентный характер: (а) *физиологический* как ответ организма на востребованную компенсаторную регуляцию разбалансированных функциональных систем; (б) *психологический* как реакции противостояния психическому истощению через “приструненные” волевые акты и профессионально важные качества и, наконец, (в) *социальный* как наиболее повреждающий ответ на угрозу разрушения идентификации потенциала личности и образа своего “Я” в системе нравственных паттернов: долга, чести и воинского долженствования. Отсюда берут начало ценности психофизиологической подготовки, в результате которой вызревает стержень психологического ресурса, предотвращающий глубинные повреждения личности в условиях **боевого** стресса, подчеркиваю – боевого. Методологическая теза сводится к приоритетности значения знаний о внутреннем мире воина, о личностной связи его идентификационного образа “Я” с содержательным наполнением и психологическим усвоением понятия “военная безопасность”.

Выделим некоторые универсальные конструкции, которые имеют отношение к освоению понятия **военная безопасность**.

Военная безопасность есть стратегическая составляющая геополитики государства в системе *превентивных противодействий* угрозам территориальной целостности страны, государственному устройству и жизни населения. Ключевое слово, имеющее продуктивный для военнослужащего смысл, – *превентивность*. Для военнослужащего это означает совершенствование профессионального мастерства, включенного в духовно-интеллектуальное понимание военно-политической доктрины, национальной безопасности. С позиции психологии личности, боеготовность – здоровое состояние духа и высокий уровень профессионально важных качеств военнослужащих (ПВК) как субъектов вооруженных сил. Боевые качества личности, к примеру, члена боевых летных экипажей гарантируются не только воспитанием и военной политикой, но и в не меньшей степени профессиональным здоровьем, которое определяет главное в ресурсе человека: профессиональную и человеческую надежность. Напомню, что 85–90% случаев несоответствия ПВК требованиям боевой подготовки приводит в течение 5–7 лет к дисквалификации летного состава по болезни. Наукой прогнозируется, что уход из боевого полка более трети летчиков 1 класса снижает боеготовность на 50–65%.

Из этого следует, что понимание психического здоровья в мировоззрении Верховного главнокомандования должно стать фундаментальным носителем общечеловеческой надежности военнослужащих. Только летчик со здоровой психикой способен нравственно осознать **личную ответственность за исполнение воинского долга**, но, если он находится в состоянии подавленности, психического истощения, в состоянии внутреннего конфликта, он приобретает качество *потенциальной ненадежности*. Отсюда появляется стимул к созданию новой медико-психологической парадигмы: “управлять вооруженной борьбой через состояние человека”. Ведь опыт афганской и чеченской войн показал: психофизиологических резервов в условиях боевого стресса хватает на 25–35 дней, а у лиц до 25 лет и того меньше. Боевой стресс – это органические спутники опасной работы [2], когда она протекает в ситуации неполной прогнозируемости, стало быть, неполной психологической готовности к встрече с задачей, сложность которой может быть выше психофизиологических возможностей [6].

В чем специфичность боевого стресса в летном деле? У военного летчика, летчика-испытателя организм постоянно функционирует в стрессовых условиях: выход на предельные режимы полета; отказы техники; полет в сложных условиях; катапультирование, сопровождающееся повышением частоты пульса до 180 ударов в минуту, А/Д – до 240/120, частотой дыхания до 40 в минуту, в 5–7 раз выше физиологической нормы, выбросом стероидных гормонов, адреналина, глюкозы, триглицеридов за 40 минут полета. Но резервных возможностей достаточно для восстановления в течение 8–12 часов. Почему? Потому, что есть **положительный результат**. И, несмотря на реальную угрозу жизни, этот достигнутый результат нормализует работающую на пределе психофизиологическую систему. В основе – духовно-профессиональное, эстетически-культурное наслаждение от мастерски выполненной работы. *В этом энергия противостояния воздействию психофизического стресса*. А боевой стресс? С психологической точки зрения это интеграция двух личностных задач: спасти других и себя, и порой, **других раньше, чем себя**. В этом духовном диапазоне – контрапункт жизнестойкости.

В боевых условиях знания, опыт *при спасении себя* играет ведущую роль. Что же касается спасения других или своей чести, достоинства, то требуется существенная добавка, связанная с психологией личности, генетическим вкладом, рефлексивным сознанием духовных паттернов личности. Исследования воздействия боевого стресса на личность человека летающего выявили фундаментальные социальные факторы, разрушающие внутренний мир с целым набором психосом-

тических признаков ухудшения психического здоровья: в подтверждение констатирую личный опыт психосоциальных исследований.

Не вдаваясь в подробности, выражу главное. От отсутствия должной боевой подготовки во внутреннем мире военного летчика, в его мироощущении “разложился” главный системообразующий фактор – смысл воинского долга как оберегающего, защищающего Отечество и народ от зла в духовном понимании этого слова и действия. В результате в мировоззрении значительной части офицеров появилась квазитолерантность ко злу, снизилась личностная выносливость к соблазну искушения злом. С позиции психологии личности смею утверждать, что исполнение долга как показатель духовно-нравственной надежности военнослужащих не тождественно рефлексаторной исполнительности. Диссоциация между смыслом и исполнительностью делает воина особенно неподготовленным к противостоянию боевому стрессу.

И вновь возвращаюсь к проблеме устойчивости к боевому стрессу и психологическим поддерживающим потенциалам военной доктрины. С социально-психологической точки зрения долг как духовное побуждение генерирует восхождение личности воина от начал моральных обязанностей к пику психического состояния долженствования. В этом смысле поступками и действиями в бою руководит личностный мотив, пронизанный ответственностью и благодарностью не за то, что его “услали на войну”, а за то, что **предоставили возможность активно участвовать в реализации, в данном случае, антитеррористической операции.** К сожалению, военные операции в Чечне, особенно среди профессионально неподготовленных, шли не по этому воспитательному сценарию. В результате – “афганский”, а затем “чеченский синдром” с глубоко разрушенной психикой личности. Вот почему социальный и психологический типы поведения, внутренний мир воина, его порой неадекватные реакции на высших уровнях обобщения должны быть ассимилированы антитеррористическими доктринами. Мы все осведомлены, что среди сотен симптомов распада личности, утраты мотивов к участию в войне, переживаний потери самодостаточности и своего “Я”, дрейфующего в прошлое, недоверие к сегодняшнему – результат фундаментального закона: социально-психологической дезинтеграции личности из-за разрушения идентификации себя как воина. Может быть это дерзко, но ближе к истине: военная доктрина в части ее адресации к человеческому фактору, к субъекту военного труда выступает и как психологическая поддержка стрессоустойчивости. Ибо эта созидательная адресность формирует умонастроение, убежденность в праведном деле, высший смысл и свое место в решении поставленных задач. Нами уста-

новлен научный факт: **социально переживаемое состояние личной востребованности формирует в самосознании личности центральный интегрес к совершенствованию роста профессионализма, регулирующего военно-духовную деятельность** [4].

То, что психиатры, физиологи, психологи встретились с многочисленными психотравмами, астенизацией, с синдромами невропатий, истерий, покинутости, ненужности, безверия, апатией, сменой мотивов и т.д. имеет след не только войны, но и далеко отстоящий от нее. Это надо знать, учитывать в своей социо-профилактической работе. Опыт проведенных социально-психологических исследований умонастроения, сознания, побуждений, аффективно-потребностных сфер личностей *нелетающего летного состава* легко прогнозировал их безуспешность в боевых действиях с серьезными повреждениями психики [3]. Эту драматическую часть воинской жизни мы уже прошли, но выводы до конца не сделаны. Готов утверждать, что причины снижения боеспособности в виде слабой стрессоустойчивости лежали *вне армии*. Допустим, это в прошлом, но слишком длинен “хвост” последствий. **И об этом уместно вспомнить.**

Я имею в виду СМИ, оголтело насаждающие принципы депатриотизации армии, установки на армию как угрозу демократизации страны и здоровью молодежи. Главный идеологический удар наносили по разрушению смысла служения, единоначалию. Оправдывались действия вне правового воинского поля. Психиатрам, юристам, психологам долго пришлось расхлебывать последствия указанных повреждений нормальной психики. Правовое сознание – это психологическая составляющая высших противострессовых резервов в бою: Дух, Вера, Долг, дисциплина и ответственность. **Разрушили их и получили противоуставные действия.**

В заключение хочу заметить, что последствия боевого стресса в антитеррористической операции имеют не только острый, но и длительный хронический характер. Психоорганизменные нарушения очень регидны, т.к. поддерживаются отрицательными эмоциями (отношением) к исполненному долгу. Освободить человека от социального стресса – не только врачебная задача. В этом-то пункте и содержится цель моего сообщения. Объектом посттравматического стресса, по крайней мере для психологов, психиатров становится психическое, душевное состояние воина, т.е. внутренний, резко повзрослевший образ мира и войны. Душевное состояние – это внутренний мир личности, ее “Я”, что составляет помыслы, критичное отношение к своим поступкам, эмоциональное отношение к пройденному пути, про-

гноз развития событий и способы его преодоления.

Что нужно вывести из глубинных структур памяти подсознания и “больного образа мира” для психологической коррекции?

- Чувство ненужности результатов своих действий
- Неопределенность служебной перспективы
- Несправедливость, обманутость и предательство
- Стыд перед семьей как кормильца.

Откровенно говоря, сомневаюсь, что любые виды психоанализа, медитации, суггестии, психотропное лечение дадут свет, если кругом темно. А это светлое очень важно в интересах противострессовой терапии.

Сегодня наконец-то появились к этому обнадеживающие предпосылки в виде чувства собственного достоинства, желания быть причастным к смыслообразующим преобразованиям в армии. Офицеры медленно поднимаются и даже этот малый угол подъема делает их более активными и критичными при: осмыслении принципов оборонной самодостаточности и паритетности, прекращении сокращения личного состава и “разгрома” военных вузов, усилении модернизации военной техники. Активное, гласное, решительное отношение Верховного Главнокомандующего к расширению боевой подготовки и поставки на вооружение новой супертехники – все это фундамент уверенности в завтрашнем дне, усиливающий человеческий ресурс. Осталось немного: качество жизни, боевая подготовка, положительное отношение народа к армии и слияние умственной активности с пониманием смысла военных доктрин, поддерживающих личностный мотив к службе.

Как военный психолог, хотел бы прочесть в преамбуле к военной доктрине следующие установочные формулировки:

- Армия – это лик государства, чья ответственность и совесть в служении Отечеству, обществу, гражданину.
- Честь армии, чей дух слит с духом своего народа, в благополучии своих граждан.
- Процесс реформирования Вооруженных Сил страны в предусмотренные сроки сохраняет паритетный уровень военного потенциала, обеспечивающего полноценную боевую подготовку во всей инфраструктуре войск.

Одновременно с военной доктриной развиваются ее военно-педагогические и медико-психологические принципы по формированию сознания, мировоззренческой и психологической готовности к восприятию новых реалий воинской службы. Не сомневаюсь, что все это имеет прямое отношение к повышению стрессоустойчивости граждан и воинов России.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Боевой стресс: стратегии коррекции: Научные труды ГосНИИИ военной медицины РФ. М.: Воентехиниздат, 2002.
2. Бубеев Ю.А., Ушаков И.Б., Ромасюк С.И. Проблема боевого стресса в авиации // Боевой стресс: стратегии, коррекции. М.: Воентехиниздат, 2002 г. С. 7–11.
3. Пономаренко В.А. Психология духовности профессионала. М., 1997.
4. Пономаренко В.А. Авиация. Человек. Дух. М., 1998.
5. Россия определила новые оборонные ориентиры // Независимое военное обозрение. 2003. № 36.
6. Китаев-Смык Л. Стресс войны. М., 2001.

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL SUBSTANCE OF COMBAT STRESS

V. A. Ponomarenko

Dr. sci. (medicine), professor

There are described the personal aspects of combat stress determined with exertion of psychological systems like motivation, self-adequacy, willpower, reflective consciousness, etc. The interrelation between reliability of personal activity and realization of person's role and place in combat operations is shown. The role of citizenly support to the fighter from population, family and state structures is defined. There are presented the consequences of combat stress by way of personality's dissociation as a social-psychological syndrome of “the loss of face”. The suggestions on psychological assistance to the fighter are described within the framework of military doctrine and soldierly duty.

Key words: combat stress, reflective consciousness, social-psychological syndrome, object-oriented motive.