

**Российская академия образования
Федеральный ресурсный центр психологической службы
в системе высшего образования**

**Стратегическая сессия
«ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕМОБИЛИЗОВАННЫХ
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ С ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИМ СТРЕССОВЫМ
РАССТРОЙСТВОМ»
(30.06.2023)**

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ
РЕАДАПТАЦИЯ УЧАСТНИКОВ БОЕВЫХ
ДЕЙСТВИЙ: ЭТАПЫ
И НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ**

**Караяни Александр Григорьевич
член-корреспондент РАО,
доктор психологических наук, профессор**

«Святая обязанность государства – позаботиться о тех, кто защищает страну. Это естественное решение.

Это должна быть ... мощная, хорошая структура.

И самое главное ... за каждым человеком, за каждой семьёй должен быть закреплён отдельный социальный работник, который будет в индивидуальном порядке с людьми работать... Добьёмся, чтобы механизм функционировал как нужно, чтобы людям помогал».

В.В. Путин



АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОБЛЕМЫ

Образовательное пространство активно наполняется людьми, имеющими различный «военный опыт»:

Участники боевых действий:

- ✓ Молодые люди, воюющие с 2014 года и не получившие среднего образования.
- ✓ Студенты (курсанты), участвовавшие в боевых действиях.
- ✓ Преподаватели вузов, участвовавшие в боевых действиях.
- ✓ Курсовой и факультетский состав военных вузов, участвовавший в боевых действиях.
- ✓ Офицеры-воспитатели суворовских (нахимовских) училищ и кадетских корпусов.

Лица с опытом жизни в военной обстановке:

- ✓ Учащиеся и педагогический состав школ на освобождённых территориях.
- ✓ Дети и учителя школ, эвакуированные в безопасные районы России.



Для того, чтобы выжить в боевой обстановке, организм человека, его нервная система и психика должны кардинальным образом перестроиться:

◆ За **40-45 суток** образуются тысячи новых нейронных связей. «Мирные» нейронные связи «угасают». За **2-3 мес.** образуются новые нейроны и нейронные сети «боевого поведения».

◆ В крови образуется «стрессовый гормональный коктейль»: адреналин, норадреналин, кортизол, эндоморфины и др.

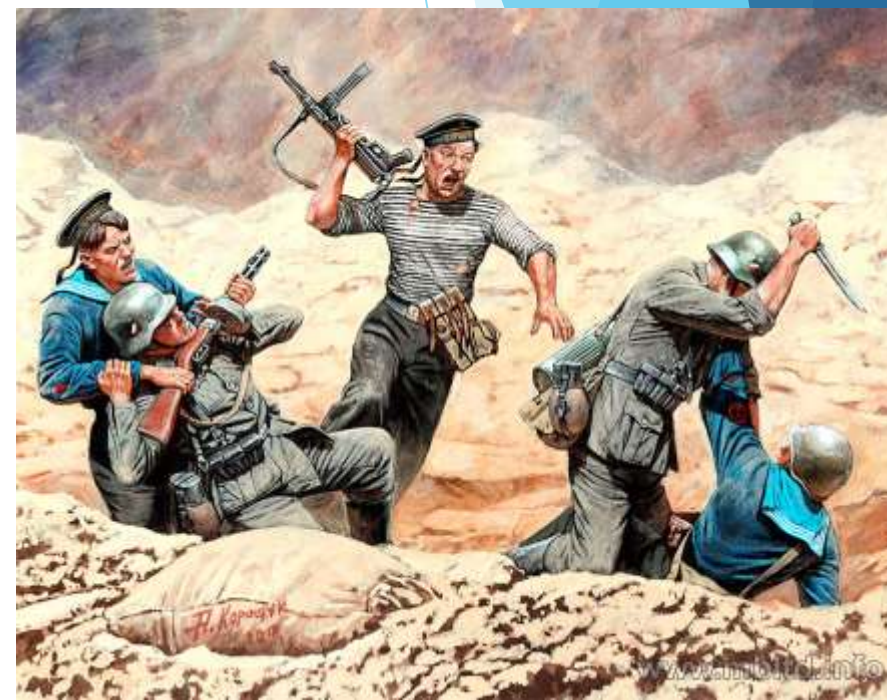
◆ В среднем за **66 суток** закрепляются «боевые рефлексy» на основе рефлекса «Бей. Беги. Замри».

◆ В течение пребывания в зоне боевых действий отсутствует полноценный сон (спит одно полушарие – Matthew Walker), собирается ком неконсолидированных воспоминаний.

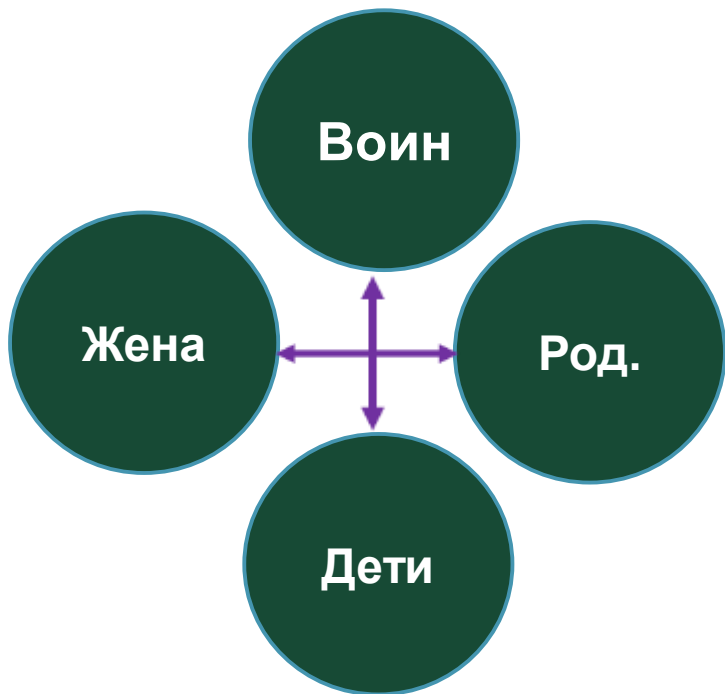
◆ Формируются новые ценности, установки, мировоззрение, стиль коммуникации, идентичность.

Психика «военизируется».

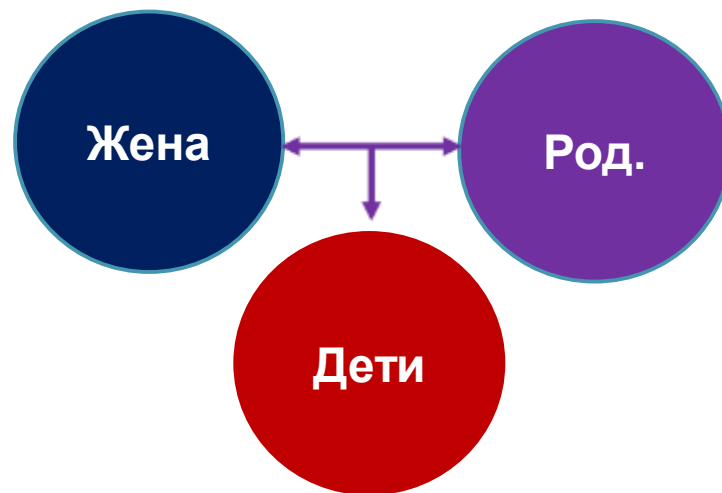
(Воин в госпитале просит снаряды; в отпуске работает «на дачах»)



За 3-6 месяцев психологически меняются все члены семьи, внутрисемейные позиции, роли, взаимоотношения



Исходная семья



«Неполная» семья

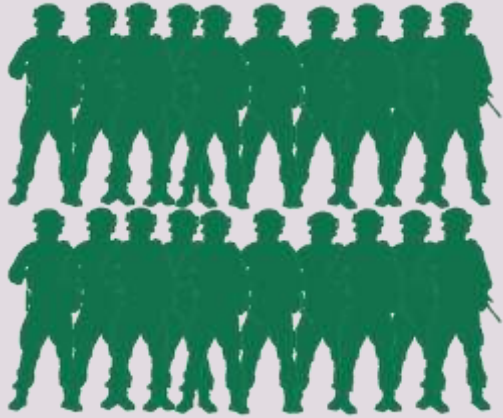


Реинтегрированная семья

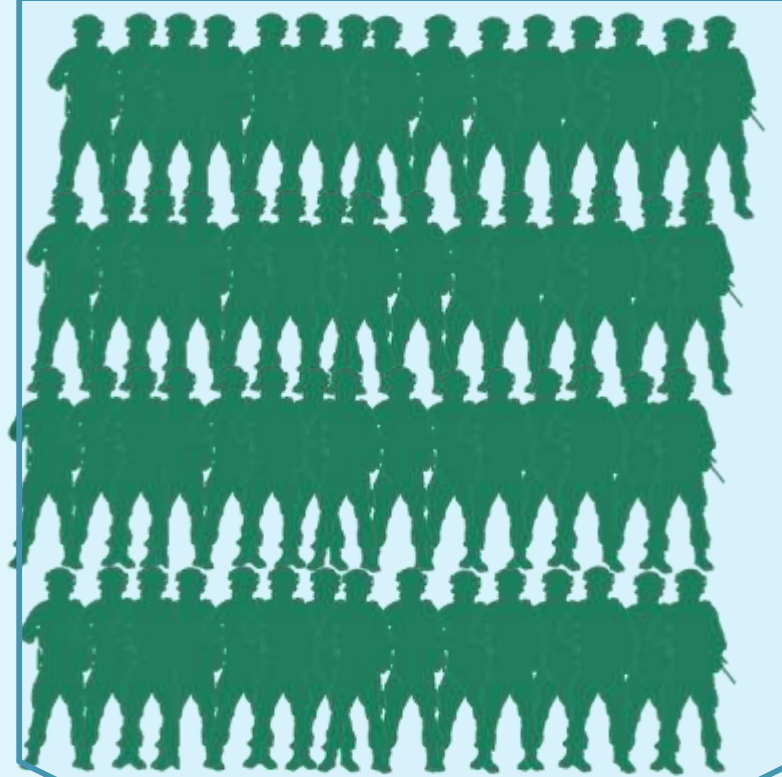
Виды семей:

1. Пославшие своего члена защищать интересы страны – ждут, тревожатся, в душе воют вместе с ним
2. Член семьи ушёл на СВО вопреки желанию семьи – копят обиду, злость, отчуждение
3. Отправившие воина поправить финансовое положение семьи – испытывают обесценивание

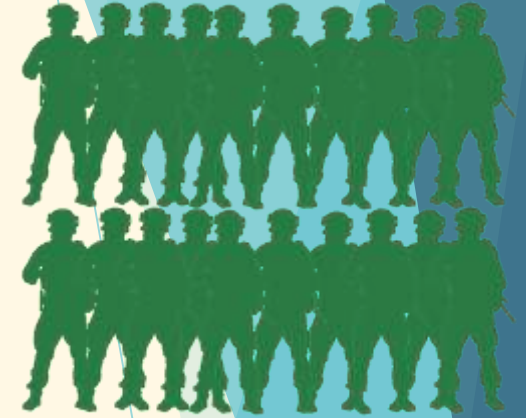
Категории участников боевых действий по переживаемым психологическим последствиям



Психологический рост
Ощущение новых ресурсов, возможностей, энергии, мотивации к социальной активности



Кризис реадaptации и ресоциализации
Кратковременные (около 1-2 месяца) разнообразные стресс-реакции адаптации, разрозненные симптомы ПТСР



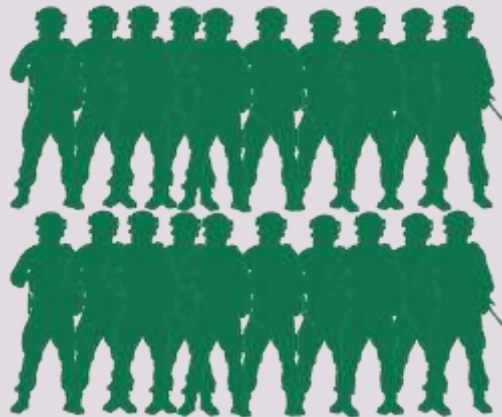
ПТСР
Симптомы интрузии, избегания, эмоциональных и когнитивных деструкций, гипермобилизации

Остро проявляющиеся потребности (комплекс «4П») – мощные переменные в развитии ПТСР

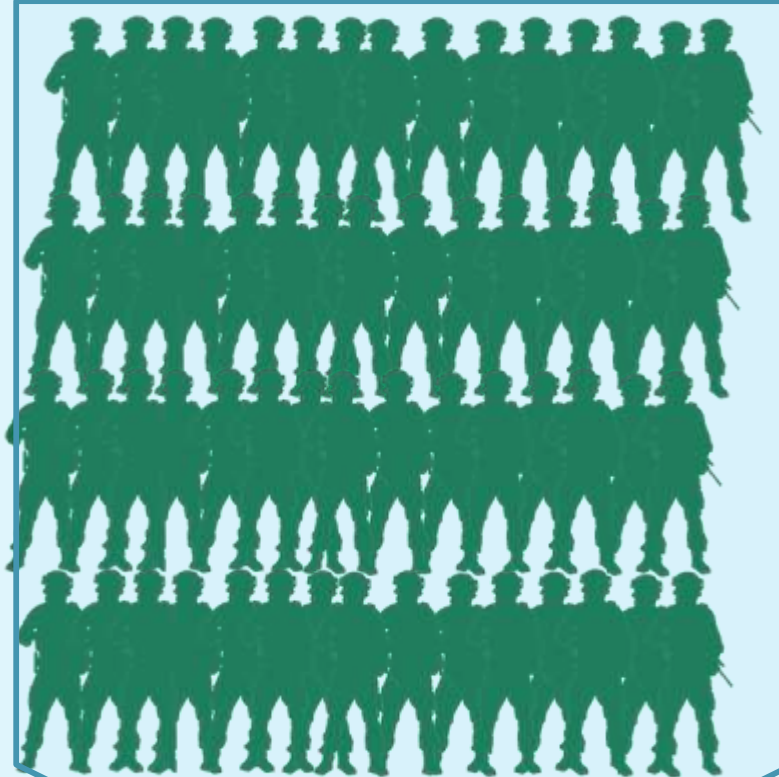


1. Потребность быть **понятым** – **Зачем воевал?** (Мотивы участия)
2. Потребность быть **признанным** – **Как воевал?** (Как участник социально важного события, честно выполнивший свой долг)
3. Потребность быть **принятым** – **Кем вернулся?** (В качестве признанного и авторитетного социального субъекта – воина Отечества, ветерана войны)
4. Потребность быть **поддержанным** – **Как относится общество?** (Как ценность, как приоритетный объект социальной заботы, медицинской и психологической помощи)

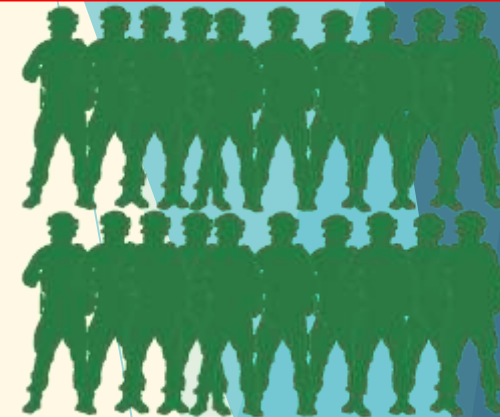
Категории участников боевых действий по переживаемым психологическим последствиям. Они требуют разных форм психологической помощи



Психологический рост
Ощущение новых ресурсов, возможностей, энергии, мотивации к социальной активности



Кризис реадaptации и ресоциализации
Кратковременные (около месяца) разнообразные стресс-реакции адаптации, разрозненные симптомы ПТСР



ПТСР
Симптомокомплексы интрузии, избегания, эмоциональных и когнитивных деструкций, гипермобилизации

Что видят окружающие

Скрытый
Нелюдимый
Раздражённый
Возбуждённый
Бесчувственный
Конфликтный
Агрессивный

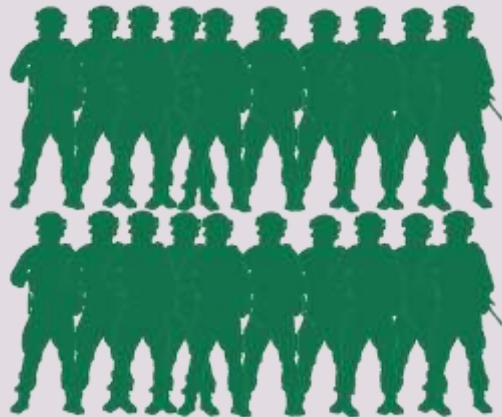
Что реально переживает ветеран

Синдром «Солдатское сердце»
Синдром вины выжившего
Флэшбек-синдром
Боязнь определённых мест,
предметов, людей, символов,
самоизоляция
Зависимость от алкоголя или
медикаментов
Параноидальные мысли
Проблемы в отношениях
Замедленность мышления

Травмирующие
воспоминания
Тревога, гипербдительность
Неуверенность
Стыд, чувство вины
выжившего
Ночные кошмары
Нарушения сна
Снижение либидо
Боли в желудке, голове,
мышцах
Гормональные сдвиги
Проблемы с здоровьем

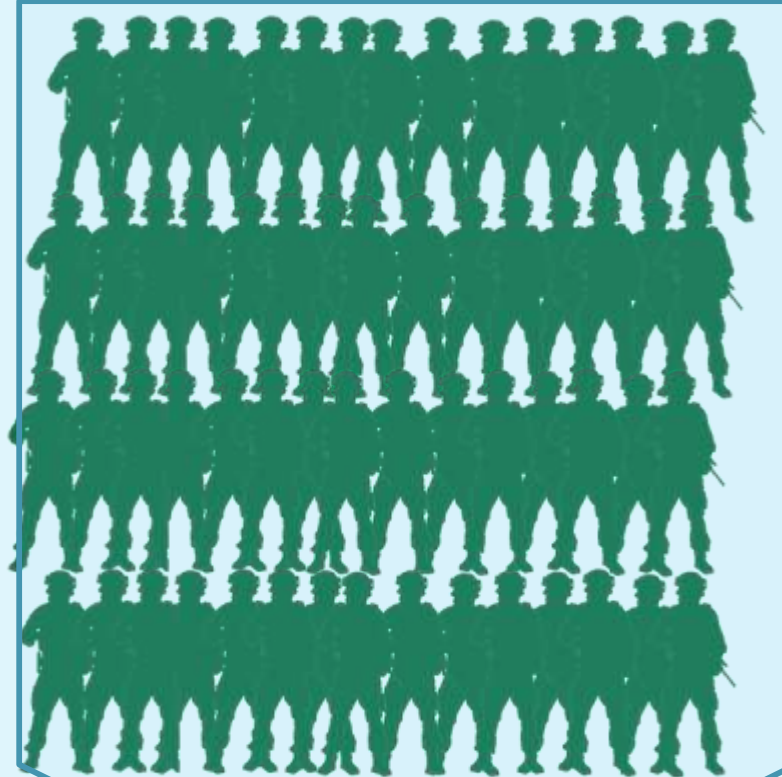


Категории участников боевых действий по переживаемым психологическим последствиям. Они требуют разных форм психологической помощи



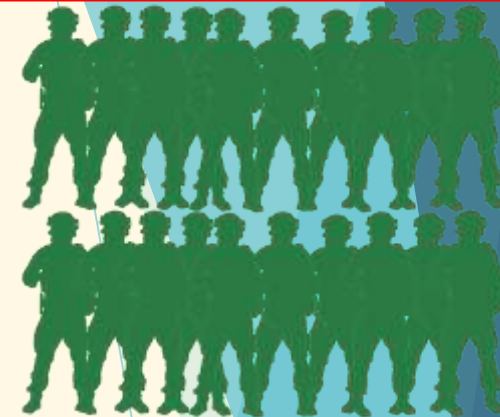
15-20%

Психологический рост
Помогают: руководители,
сослуживцы, члены семьи



60-70%

Кризис реадaptации и ресоциализации
Помогают: преимущественно психологи



3-11% (14-17% у раненых)
ПТСР

Помогают: психиатры,
психотерапевты, мед. психологи
По мед. стандарту



Организация активного раннего выявления и маршрутизации пациентов с признаками ПТСР

ЭТАПЫ

- **Психологи** и специалисты по соц. работе военкоматов, соц. и силовых структур, мед. организаций общесоматической сети
- Итнернисты, врачи-специалисты и **медицинские психологии** общесоматической сети

Скрининг

Диагностика

Психиатры,
психотерапевты,
медицинские психологи
звена психиатрической
службы

- Психотерапевты, врачи-специалисты, **мед. психологи** и специалисты по соц. работе организаций медицинской и социальной реабилитации, амбулаторных звеньев общесоматической сети и психиатрической службы
- Представители религиозных конфессий и общественных организаций

Реабилитация

Лечение

Психиатры,
наркологи,
психотерапевты,
медицинские психологи
амбулаторного
и/или стационарного звеньев
психиатрической службы

Выводы:

1. У психологов системы образования есть огромный фронт работы – оказание психологической помощи абсолютному большинству людей, переживших военный опыт (до 97% от общего количества участников).
2. Главным, первичным и обязательным направлением психологического сопровождения должна стать социально-психологическая реадаптация ветеранов боевых действий.
3. Целью социально-психологической реадаптации является организованное, постепенное психологическое возвращение ветеранов боевых действий в мирные условия жизни, перевод их психики с военного на мирный режим функционирования, бесконфликтное встраивание их в систему социальных связей и отношений социума.

ИНФОРМАЦИОННЫЙ РЕСУРС ПО ТЕМЕ **(общественная организация российских психологов СоДействие)**

1. Психологическое информирование психологов и сотрудников силовых ведомств, выполняющих боевые и служебно-боевые задачи, о психологических аспектах сохранения психического здоровья и расширения их психологической ресурсности (телеграм-канал **«Боевая психология»** <https://t.me/SvfXx5VVp0o1WznX>).
2. Психологическое информирование военнослужащих, вернувшихся из района боевых действий, о психологических последствиях участия в военных событиях, путях предупреждения и преодоления постбоевых психологических проблем, способах адаптации к мирной жизни (телеграм-канал **«Когда ты вернулся из боя»** <https://t.me/VeteranZ22>).
3. Информационно-психологическая поддержка членов семей военнослужащих телеграм-канал **«Жена офицера»** https://t.me/Zhdu_muzha
4. Методическое сопровождение профессиональной деятельности психологов силовых ведомств (телеграм-канал **«СоДействие»** <https://t.me/ActZJS7zH8NINGEy>).
5. Видео-энциклопедия психологических методов работы с военнослужащими, членами семей и самопомощи **«Психология с профессором Александром Караяни»** <https://www.youtube.com/channel/UC0dmy074bOv-30bJq87FYXg>