

УДК 159.9.07

Doi: 10.26456/vtpsyed/2022.4.014

АНАЛИЗ ФАКТОРОВ, ВОЗДЕЙСТВУЮЩИХ НА ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ МИРНЫХ ЖИТЕЛЕЙ, ПРОЖИВАЮЩИХ НА ТЕРРИТОРИИ ВООРУЖЕННОГО КОНФЛИКТА

Р.М. Литвинова, В.В. Волобуев, Е.Н. Рядинская

ГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия», г. Макеевка

Представлены результаты исследования факторов, влияющих на психическое состояние мирных жителей Донецкой и Луганской Народных Республик в период вооруженного конфликта. Целью работы является сравнительный анализ факторов, воздействующих на психическое состояние мужчин и женщин разных возрастных групп, проживающих на территориях вооруженного конфликта с различной степенью интенсивности боевых действий. В работе проанализированы основные отечественные и зарубежные подходы к изучению психических состояний различных категорий населения в сложных, экстремальных условиях жизнедеятельности. Основными методами выступили индивидуальные беседы и авторский анкетный опрос, вопросы которого сгруппированы в следующие блоки: факторы угрозы жизни, здоровью, экономические, общественно-политические; социальные, психологические факторы. Сделан вывод о том, что на мирное население, проживающее в зоне вооруженного конфликта, оказывает воздействие разного рода факторы, что может приводить к существенным психологическим изменениям.

***Ключевые слова:** психическое состояние, стрессовые факторы, мирное население, степень интенсивности боевых действий, вооруженный конфликт.*

Введение. На современном этапе развития общества проблема последствий действия экстремальных факторов, связанных с межгосударственными, межнациональными, межэтническими конфликтами, вызывает серьезную озабоченность психологов и медиков. Прежде всего, это состояние здоровья, включающее в себя физическое, психическое, социальное благополучие личности. Хорошие жилищные условия, наличие достаточного количества воды и пропитания, разнопрофильная медицинская помощь остаются в прошлой, мирной жизни. На смену им приходят разрушенные города, недостаток качественной медицинской и социально-психологической помощи, неустроенность, реальная и перманентная угроза жизни, создающие невозможность прогнозирования своей судьбы даже на ближайший период времени. Все эти и другие факторы оказывают активное воздействие на человека, пытающегося приспособить свою жизнедеятельность к изменяющимся условиям.

Особое значение в этой связи приобретает изучение психических состояний и личностных изменений мирного населения, оказавшегося непосредственно в зоне конфликта. Когда тысячи людей становятся жертвами различных социально-политических процессов внутри страны, срочная психологическая, а часто и психиатрическая помощь людям, проживающим на территории развертывания вооруженного конфликта в преодолении негативных психических состояний, является острой необходимостью для сохранения их физического и психического здоровья.

Опыт стран, столкнувшихся с психологическими последствиями вооруженных конфликтов, показал, что непосредственное участие в рискоопасных и травмирующих психику событиях, сильнейшим образом воздействует на психическое здоровье и состояние мирного населения, которое по разным причинам осталось жить и работать в зоне конфликта. Ученые и практики отмечают, что у остающихся на территориях проведения боевых действий мирных жителей формируется потенциальная готовность каждую минуту умереть, что воздействует на их психическое состояние и накладывает отпечаток на всю жизнедеятельность, трансформируя цели, планы, жизненные стратегии, личность в целом [4, 11, 21]. Для предоставления адресной психологической помощи мирным жителям, оказавшимся в зоне вооруженного конфликта, важным становится определение их условий проживания и тех стрессовых факторов, которые непосредственно оказывают воздействие на психические состояния и личность в целом.

Изучением воздействия психотравмирующих факторов на психические состояния личности занимались как отечественные, так и зарубежные ученые. Так, в середине 1970-х гг. американское общество столкнулось с психологическими проблемами ветеранов Вьетнама. На тему психологической помощи и реинтеграции комбатантов опубликовано большое число исследований за рубежом (R. Epstein, M. Horowitz, R. Kessler [41], C.D. Spielberger [46], R. Yehuda [47] и др.).

По изучению феномена последствий военного стресса, а также влияния на психические состояния человека техногенных и стихийных катастроф в последние годы выполнено большое число отечественных работ (Ю.А. Александровский [2], М.Е. Зеленова [17], Л.А. Китаев-Смык [13], И.О. Котенёв [15], В.К. Шамрей [36] и др.), в которых акцентировано, что психическое состояние – это целостная характеристика психической деятельности личности, характеризующая специфику протекания психических процессов в зависимости от отражаемых предметов и явлений, предшествующего состояния и свойств личности. Авторы, выделяя психические состояния (возбужденность, тревожность, психическое напряжение, стресс и т.д.) констатируют, что они отражают реальную жизненную ситуацию и отношение человека к ней, а также привлекают его в процесс разрешения проблемной жизненной ситуации.

Значительный вклад в разработку понятий «психическое состояние личности», «психическое состояние личности в экстремальных условиях», «стрессовые состояния», «психическая напряженность», «состояние тревоги» внесли работы О.В. Воробьевой [7], А.Г. Маклакова [20], В.Л. Марищук [22], В.Ю. Рыбникова [27], В.А. Смирнова [32], Ю.Ю. Стрельниковой [33] и др.

Важное место в изучении психических состояний в сложных условиях функционирования занимают работы, посвященные принятию решений в ситуациях риска и неопределенности. В этом направлении провели работу В.А. Агарков [1], В.А. Рогачев [24], Г.М. Румянцева [26] и др. Кроме того, актуальными остаются вопросы профессионального стресса, которыми занимался ряд отечественных (В.А. Бодров [3], Ф.Е. Василюк [6], А.Б. Леонова [18], М.И. Розенова [25] и др.), и зарубежных ученых (Г. Селье [31], Р. Лазарус [43] и др.).

Вопросы психофизиологических реакций, играющих определенную роль в формировании психических состояний в экстремальных ситуациях, исследовались О.С. Васильевой [5], В.И. Екимовой [8], Е.П. Ильиным [10], М.Г. Рябовой [28] и др.

Вместе с тем, если воздействие травмирующих ситуаций на психику военнослужащих в вооруженных конфликтах достаточно хорошо изучено в исследованиях по Боснии и Герцеговине, Югославии, Хорватии, Чечне (работы N. Henigsberg, W. Holcomb, S.A. Husain [40], M. Judas, P. Kalicanin, I. Kostović [42], D.S. Nair, J.C. Reid, V. Vargas) то работы по влиянию на личность мирного населения травмирующего опыта непосредственного проживания в зоне конфликта практически отсутствуют [44]. Это вполне объяснимо в связи с трудностями как собственно экспериментального обследования этих людей, так и оказания им психологической помощи. Имея специфический жизненный опыт, эти люди представляют собой категорию населения, которая нуждается в особом подходе.

Новейших же исследований по проблеме преодоления травмирующего опыта мирным населением, проживающим в непосредственной зоне вооруженного конфликта, немного. Малоизученным является гендерный и возрастной аспекты проблемы. За последние годы (2011–2022 гг.) предприняты попытки изучить особенности психических реакций, проявляющихся у женщин и мужчин разного возраста, оказавшихся в эпицентре вооруженных конфликтов (Н.Л. Бундало [16], К.В. Тушкова [35], R.M. Bhat [39], S.A. Richards [44], K. Seino [45]). В наших ранних исследованиях также затрагивался вопрос изучения психических реакций мирного населения, проживающего в условиях внутреннего вооруженного конфликта на востоке Украины [30].

По данным отечественных военных психиатров [2, 4, 14, 19], изучающих негативные стрессовые факторы и процентное соотношение

психологических последствий и потерь в вооруженных конфликтах, в последнее время существенно изменились проблемы психиатрического спектра в сторону увеличения числа расстройств пограничного уровня. Такие психотравмирующие события, как угроза собственной жизни и здоровью, а также жизни и здоровью близких, опасность возникновения террористических и насильственных нападений, содержание в качестве пленных, иные сложные жизненные условия (обстрелы, инвалидность вследствие разрыва снаряда и т.д.) воздействуют не только на психофизиологическое состояние человека, но и на его психическую уравновешенность, мировоззрение, стабильность ценностных ориентаций и приводят к серьезным личностным изменениям.

Оценка психологических последствий вооруженных конфликтов неразрывно связана с анализом и спецификой психических и физических состояний, так как именно они являются реальностью, в большей степени регулирующей и направляющей повседневную жизнь человека.

Психические состояния оказывают влияние и на протекание деятельности в целом. На наш взгляд, вооруженный конфликт является одним из самых сложных испытаний для мирного населения, проявлений психологических и физиологических ресурсов личности. События вооруженного конфликта непосредственным образом оказывают мощнейшее негативное влияние на человека, который становится уязвимым под воздействием стрессовых факторов (например, внезапная опасность, гибель близких, интенсивные многочасовые обстрелы, подрыв на противопехотных минах, угроза экологического бедствия или техногенной катастрофы вследствие обстрелов, ранение, инвалидность, участие в жестоком насилии, высочайшая ответственность за жизнь близких и детей, боль и др.). Все это приводит к возникновению психологического стресса [29].

Неблагоприятные факторы, вызывающие стресс, по Ю.В. Щербатых, могут быть объективными и субъективными. К субъективным автор относит: несоответствие генетических программ современным условиям, реализация негативных родительских программ, когнитивный диссонанс, невозможность реализации актуальных потребностей, неправильную коммуникацию, невозможность обращаться со временем. Объективными факторами, по мнению автора, являются: условия жизни и работы, взаимодействия с другими людьми, политические и экономические факторы, чрезвычайные обстоятельства [37, с. 46].

Как утверждает А.Г. Караяни, боевые действия – это предельное проявление экстремальных условий деятельности военного. Автор констатирует, что такие стресс-факторы, как угроза здоровью и жизни человека, изменение боевой обстановки, длительные нагрузки, утрата боевых товарищей, участие в жестоком насилии по отношению к врагу, противоборство разного вида побуждений, сопровождаются огромным

физическим и психологическим напряжением и, как правило, проявляются в высоком уровне стресса [12, с. 88].

D. Albright, S. Renson, B. Becker, A. Rubin и B. Thyer показали, что боевой и профессиональный стресс отражает ожидаемые и прогнозируемые интеллектуальные, эмоциональные, физические и поведенческие реакции личности, которая подвержена стрессогенному воздействию при участии в военных операциях или операциях по поддержанию мира. Авторы приводят свою классификацию стрессовых факторов, воздействующих на военнослужащих, и разделяют их на психологические, эмоциональные, когнитивные и факторы среды (физические). Чаще всего факторы боевого и профессионального стресса возникают при действиях противника, направленных на убийство, нанесение телесных повреждений или деморализации военнослужащих. Таким образом, по мнению авторов, основными психотравмирующими факторами боевых действий являются: тяжелые и длительные бои, смерть боевых товарищей, тяжелые телесные повреждения и ранения, значительные разрушения и катастрофы, вызывающие страдания мирного населения, суициды и убийства, гибель гражданских лиц в результате военных операций [38, с. 11].

Ю.А. Александровский, обследуя комбатантов, выявил, что предельным травмирующим потенциалом обладает гибель близких и родственников, особенно родителей и детей, а также боевых товарищей. Особенно это проявляется при переживании чувства вины, особенно, если военный считает, что трагедия произошла из-за его собственных ошибок [2, с. 4]. Н.В. Тарабрина и И.С. Хажуев исключительно тяжелыми травмирующими событиями считают пребывание в плену, насилие в лагере [34, с. 217].

Иной подход к изучению стрессоров военной обстановки предложил Ф.И. Иванов. Он предположил, что возникновение, степень тяжести и последующая хронизация стрессовых расстройств часто обусловлены не столько угрозой собственной жизни, сколько видом смертей и страданий невинных людей (особенно женщин и детей) [9, с. 46].

Согласно Б.В. Овчинникову, стрессовые факторы в условиях боевых действий можно разделить на специфические и неспецифические. По мнению автора, специфические имеют повышенный уровень стрессогенности и включают ситуации, несущие угрозу жизни и жизни и целостности, а неспецифическим присущи признаки не только объективной боевой обстановки, но и субъективные факторы, такие, как повышенный уровень постоянной угрозы для жизни; длительное выполнение напряженной деятельности; полная или частичная депривация основных потребностей; неожиданные изменения условий жизнедеятельности; отсутствие контактов с близкими; перманентные межличностные конфликты; высокая ответственность за свои действия или жизнь близких; возможность получить ранения, попасть в плен и погибнуть в бессмысленной, по мнению военнослужащего, войне [23, с. 138].

В этих и других исследованиях изучаются боевые, профессиональные или служебные стрессовые факторы, которые влияют на деятельность сотрудников либо военных. Однако, как уже отмечалось, в настоящее время недостаточно исследований, посвященных выявлению негативных факторов жизнедеятельности мирного населения, проживающего на территории развертывания вооруженного конфликта.

Методы и материалы. С целью изучения факторов, воздействующих на психическое состояние мирных жителей в условиях вооруженного конфликта, проведен опрос 1463 мирных жителей Донецкой Народной и Луганской Народной Республик (557 мужчин и 906 женщин), в котором предлагалось ответить на ряд вопросов, сгруппированных в блоки: факторы угрозы жизни; здоровью; экономические; общественно-политические; социальные; психологические факторы. С целью получения более достоверной информации по проблеме были сформированы две группы: в первую входили жители (578 человек) из районов малоинтенсивных, умеренных обстрелов (РМО), во вторую – население (544 человека) из районов интенсивных обстрелов (РИО), где боевые действия ведутся постоянно на протяжении длительного времени.

Результаты и их обсуждение. Первый блок факторов «угроза жизни» включал: воздушные артобстрелы; наземные артобстрелы; угрозу от действия диверсионных групп; угрозу осуществления терактов; гибель членов семьи, близких родственников от различных видов оружия (пули, мины, снаряды, осколки и т.д.); вероятность собственной гибели; вероятность стать заложником, военнопленным; физическое и сексуальное насилие; наличие членов семьи и родственников, пропавших в период вооруженного конфликта и т.д.

Анализируя полученные показатели первого блока вопросов, выявили, что для опрошенных в возрасте от 19 до 60 лет и старше, проживающих как в районах умеренных обстрелов, так и в районах интенсивных боев представляют опасность воздушные и наземные артобстрелы (рис. 1).

Результаты второй группы значительно отличаются первой и имеют достоверные различия ($p > 0,05$). У мирного населения зоны интенсивных обстрелов более выражен страх за собственную жизнь, острее проявляется чувство опасности, поскольку они длительный период живут в тревоге о себе и своих родных.

Рассматривая показатели по возрастным признакам, отметим, что в первой группе (РМО) опрошенные в возрасте 16–19 лет почти не ощущают на себе воздействие обстрелов, так как проживают в относительно спокойных городах и поселках, либо в центральных районах больших населенных пунктов. Так, 90,3% юношей и 70,7% девушек отмечают, что на их общее состояние артобстрелы влияния не оказывают, потому что они лишь иногда слышат отголоски боевых действий.

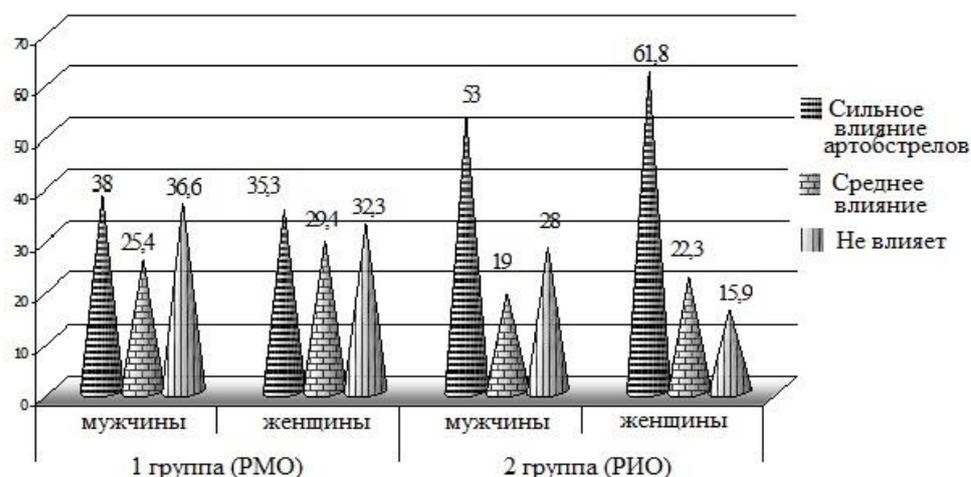


Рис. 1. Влияние воздушных и наземных артобстрелов на население, проживающее на территориях вооруженного конфликта с различной интенсивностью боевых действий, %:

* 1-я группа (РМО) – жители из районов малоинтенсивных обстрелов;

** 2-я группа (РИО) – жители из районов интенсивных обстрелов

У респондентов той же возрастной категории во второй группе (РИО) наблюдается схожая картина с незначимыми различиями – 89,7% юношей и 50,9% девушек отметили, что не ощущают влияния обстрелов на свое состояние. Однако, почти у трети девушек (28,8%) отмечено значительное влияние обстрелов, а у 20,3% – среднее. На наш взгляд, полученные результаты указывают на особенности юношеского возраста. Как известно, в период юности человек легче идет на риск, жаждет острых ощущений, любит участвовать в необычных событиях. Скорее всего, обстрелы у возрастной категории 16–19 лет воспринимаются как приключение, возможность показать себя отважным и смелым, доказать себе и другим свою состоятельность и значимость.

Вместе с тем опрошенные возрастной группы 19–35 лет в первой исследовательской группе (РМО) серьезно относятся к данным стресс-факторам. Им присущи более устойчивый взгляд на жизнь и ситуацию, меньшая степень импульсивности, стремление упорядочить свою жизнь, реализовать цели, построить карьеру, создать семью, сформировать достаточный финансовый базис и пр. Больше половины мужчин (51,5%) данной группы отметили сильное влияние обстрелов на их состояние, треть (33,3%) – среднее, а на 15,2 % опрошенных мужчин это никак не влияет. Зафиксировано, что на жизнь более 60% женщин артобстрелы влияют существенно: они беспокоятся за свое будущее и будущее детей, постоянно испытывают тревогу за их жизнь.

У второй группы (РИО) респондентов той же возрастной категории (19–35 лет) наблюдаются более высокие показатели по

данному стресс-фактору: 80% мужчин и 100% женщин отмечают сильную или среднюю степень влияния на их состояние ежедневных артобстрелов.

В возрастных группах 35–60 лет и 60 и более лет обеих групп большинство опрошенных также отмечают значительное влияние постоянных артобстрелов на их состояние и жизнь в целом (первая группа – 81,6% мужчин и 81,5% женщин; вторая группа – 95,3% мужчин и 96,4% женщин).

Ряд вопросов касался отношения респондентов к возможности получения ранений и собственной гибели или гибели родственников.

В первой группе (РМО) и мужчины (46,3%), и женщины (52,2%) обозначили факторы, касающиеся вероятности собственной гибели и ранений, гибели родных как наиболее значимые. Треть опрошенных (33,6% мужчин и 28,8% женщин) зафиксировали среднюю степень влияния этих факторов, 20% – отметили, что значение этих факторов минимально (рис. 2).

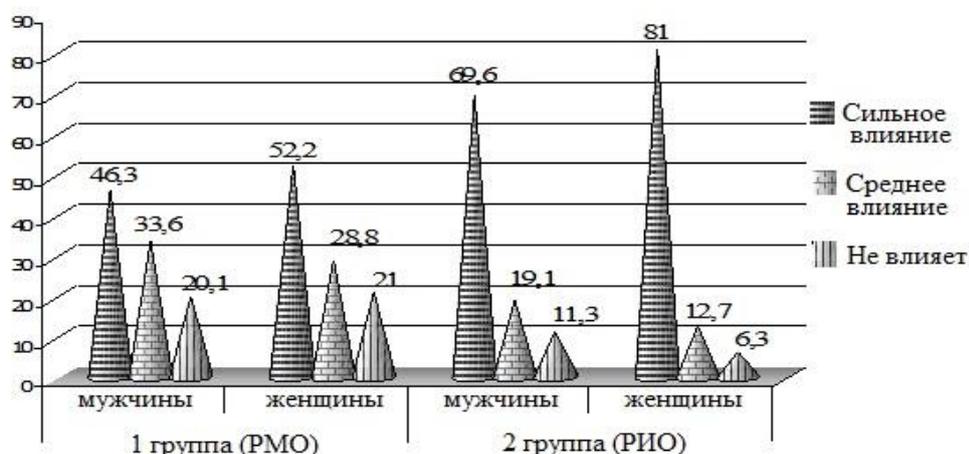


Рис. 2. Влияние стресс-факторов «собственная гибель», «гибель родственников», «ранения» в 1-й и 2-й группах, %

Большая часть мужчин (69,6%) и женщин (81%) второй группы (РИО) отметили, что данные факторы являются значимыми для них. Лишь небольшое количество респондентов (11,3% и 6,3%) в основном из возрастной категории 16–19 лет, заявили, что они им практически не важны.

Второй блок вопросов касался здоровья, которое входит в число социальных ценностей и определяет специфику современного общества в его движении к новому состоянию. К факторам угрозы здоровью мы отнесли: состояние своего здоровья; болезнь близких; потерю здоровья близкими или родственниками в ходе боевых действий; переживание за жизнь и здоровье детей; участие в боевых действиях членов семьи и т.д.

Проводя анализ ответов на вопросы второго блока опроса относительно значимости для респондентов здоровья, отметим, что существенных различий в двух группах не выявлено (рис. 3).

Для респондентов двух групп здоровье имеет важное значение, особенно это проявилось в условиях вооруженного конфликта. Можно констатировать, что у женщин этот показатель выше, чем у мужчин (1-я группа – 57,5%, 71,7%; 2-я группа – 73,8%, 84,1%). Можно объяснить это тем, что в женском организме на генетическом уровне заложена ответственность, из-за которой она более бережно относится к своему здоровью, чаще посещает врачей. Мужчины в этом плане более безответственны, вызывают врача только тогда, когда уже заболели.

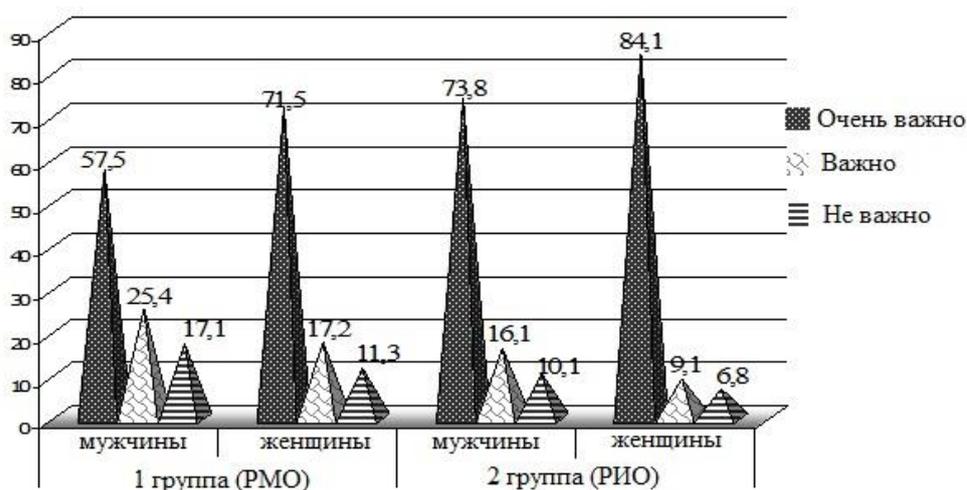


Рис. 3. Значимость стресс-фактора «угроза здоровью» для 1-й и 2-й групп, %

Лишь незначительная часть молодых людей в возрасте от 16 до 19 лет из первой и второй групп (11,1 и 7,7% соответственно) считает здоровье не важным фактором. На наш взгляд, это объясняется возрастом, когда здоровье не имеет большой ценности в силу молодости.

Результаты анкетирования свидетельствуют, что экономические и общественно-политические факторы затронули практически всех респондентов (третий и четвертый блоки опроса). Достоверных различий по стресс-факторам данных блоков в двух группах выявлено не было.

В обеих группах с одинаковой частотой отмечаются невозможность осуществления нормальной жизнедеятельности, профессиональной деятельности вследствие конфликта, финансовая нестабильность (сложности с получением кредитов, оплаты коммунальных платежей, медицинских и образовательных услуг и т.д.); материальная нестабильность (длительное отсутствие отдыха детей и взрослых, отсутствие возможности совершать покупки и т.д.); разрушение собственных домов; вид разрушенных производств и жилых массивов; сложности с трудоустройством; возможность экологической и техногенной катастрофы вследствие обстрелов АЭС; внутреннее несогласие со сложившейся системой общественных отношений; невозможность свободно высказывать свое мнение; затрудненность

территориального передвижении (блок-посты) и т.д. Эти факторы вызывают у людей различные негативные состояния, которые отражаются на их физическом и психическом здоровье.

Так, большинство опрошенных первой группы (РМО) считают экономические проблемы наиболее значимыми (67,9% – мужчины, 85,6% – женщины). Только небольшому количеству респондентов (8,9%) экономическая составляющая не важна. В основном это люди пенсионного возраста (55–65 лет), многие из которых получают пенсию и продолжают работать, и молодежь.

Во второй группе (РИО) превалирует подобная тенденция: лишь для 5,7% опрошенных экономический фактор не имеет большого значения, а 72% мужчин и 82,3% женщин считают его значимым.

Важной для жителей региона является также общественно-политическая ситуация. Большая часть населения, как из первой (85,7%), так и второй (94,1%) групп, свидетельствует, что их очень волнуют нарушения в родственных отношениях по причине конфликта, отсутствие понимания родственников с территорий, где нет боевых действий, конфликты с сослуживцами, которые выехали из зоны конфликта, разлука с членами семьи и невозможность общения по причине разных взглядов.

Значительная часть мужчин из первой группы (47,7%) и большая из второй (54,7%) отмечают, что утратили веру в будущее и осознают реальное отсутствие жизненных перспектив. Это вызывает у них чувство растерянности и безысходности. Так, 26,1% мужчин первой группы (РМО) одиноки, из них у 17,1% респондентов брак разрушился вследствие отсутствия работы и невозможности содержать семью. Во второй группе (РИО) 31,5% мужчин одиноки, из них 26,4% респондентов расстались с семьями по той же причине, что и в первой.

Женщины обеих групп также акцентируют внимание на ощущении утраты жизненных перспектив и отсутствии возможности планировать будущее. Только ответственность за детей заставляет их быть активными для организации нормального существования в условиях проведения боевых действий. Выявлено, что 31,8% женщин первой группы и 39,5% второй одиноки, из них у 7,8% (1-я группа) и у 10,3% (2-я группа) опрошенных мужья погибли. Большая часть одиноких женщин отмечают, что их семьи распались по причине чрезмерного употребления мужьями алкоголя.

Вопросы социального и психологического блоков анкеты также являются значимыми для мирных жителей, проживающих в зоне вооруженного конфликта. Социальный блок включает следующие факторы: ограниченность социальной защиты (небольшие пенсии, пособия по уходу за ребенком, инвалидности и т.д.); невозможность или ограничение обучения в общеобразовательных, средних и высших учебных заведениях; невозможность в полном объеме получить

качественные медицинских услуги; отсутствие нормальных бытовых условий (вода, электро- и газоснабжение, стационарная и мобильная связь, интернет и т.д.) вследствие боевых действий и пр.

Большинство респондентов первой (61,2%) и второй (77,8%) групп беспокоят проблемы социального плана, особенно это происходило в период обострения военных действий, разрушения критически важной инфраструктуры городов и поселков. Отсутствие элементарных бытовых условий для жизни создавали серьезную угрозу, по их мнению, для дальнейшей жизнедеятельности. В 2014–2015, а потом и в 2021–2022 гг. дети часто не посещали учебные учреждения, особенно в районах сильных артобстрелов, студенческая молодежь обучалась дистанционно, что, естественно, снижало уровень качества обучения. Все это вызывало панику и страх перед будущим.

Психологические стресс-факторы наиболее остро проявились у жителей интенсивно обстреливаемых районов. К ним мы отнесли отсутствие жизненных перспектив; кризис идентичности; конфликты с друзьями или коллегами как следствие незаслуженных оскорблений; потерю расположения руководителя; потерю любви; разлуку с семьей; одиночество вследствие гибели близких; вид пострадавших людей; работу в условиях боевых действий; негативное влияние средств массовой информации на психику вследствие ее недостатка или излишка; неизвестность и неопределенность возникшей ситуации; страх потерять контроль над внезапно возникшей ситуацией, агрессивное поведение; асоциальное и аддиктивное поведение, проблемы с памятью и с концентрацией внимания; бессонницу и потерю аппетита и т.д. Это свидетельствует о том, что привычная картина мира людей из этой группы разрушена, насилие лишило их иллюзии безопасности, жизненные ценности, будучи ранее приоритетными, утратили свою актуальность. Главной и единственной ценностью стала являться собственная жизнь и жизнь близких людей.

Так, половина опрошенных второй группой (РИО) – 49,2%, часто фиксируют у себя немотивированные вспышки ярости, неадекватные реакции на происходящее, желание ответить агрессивно. Жалобы на бессонницу поступили от 35% мужчин и 40,5% женщин, на проблемы с памятью и концентрацией внимания – от 19% мужчин и 23,6% женщин.

В первой группе (РМО) треть респондентов (30%) также указывала на немотивированную агрессию, особенно она наблюдалась у женщин 35–60 лет (19%). Жители из районов малоинтенсивных обстрелов менее пострадали физически, но подверглись серьезным психологическим изменениям, которые проявились в подавленном настроении, стремлении в социальной изоляции, утрате жизненного смысла вследствие разрушения привычного уклада жизни, дезадаптации, страха возможных обстрелов, боязни разрыва отношений с родными.

Выводы. Проанализировав результаты субъективного восприятия населением, проживающим в зоне вооруженного конфликта на территориях с различной интенсивностью боевых действий, стрессовых факторов, можно сделать вывод, что на него оказывают воздействие разного рода факторы, а именно: факторы угрозы жизни и здоровью, экономические, общественно-политические, социальные и психологические факторы, вызывая высокий уровень стресса, что может приводить к существенным психологическим изменениям. В районах с умеренной интенсивностью проведения боевых действий значимыми для мирного населения являются психологические, социальные и общественно-политические факторы, в районах проведения длительных и интенсивных боевых действий – факторы угрозы жизни, здоровью и социальные факторы. Стрессовые факторы более всего влияют на женщин двух групп. Основное воздействие стресс-факторов испытывает население возрастных групп от 35 до 60 и от 60 и выше лет.

Список литературы

1. Агарков В.А. Базовые принципы психотерапии последствий психической травмы. Нарушение регуляции возбуждения // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. 2010. № 1. С. 11–16.
2. Александровский Ю.А. Чрезвычайные ситуации и психогенные расстройства // Современная психиатрия. 1998. № 1. С. 5–8.
3. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. М.: ПЕР СЭ, 2006. 523 с.
4. Брижак З.И. Причины и условия, способствующие распространению идеологии терроризма в разных группах населения Северного Кавказа // Северо-Кавказский психологический вестник. 2013. № 11/2. С. 55–58.
5. Васильева О.С., Филатов Ф.Р. Здоровье как интегративная характеристика личности // Психологический вестник. Вып. 3. Ростов-н/Д.: Издательство Ростовского ун-та, 1998. С. 412–419.
6. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. 200 с.
7. Воробьева О.В. Стресс и расстройства адаптации // Российский медицинский журнал. 2009. Т. 17. №11. С. 789–793.
8. Екимова В.И., Лучникова Е.П. Комплексная психологическая травма как последствие экстремального стресса // Современная зарубежная психология. 2020. Т. 9. №1. С. 50–61.
9. Иванов Ф.И. Формы психогенных реакций в условиях войны // Военно-медицинский журнал. 1964. № 2. С. 45–47.
10. Ильин Е.П. Теория функциональной системы и психофизиологические состояния // Теория функциональных систем в физиологии и психологии. М., 1992. С. 325–346.
11. Кадыров Р.В. Посттравматический рост как результат переживания психической травмы (на примере военнослужащих, принимавших участие в боевых действиях, и сотрудников МЧС России) // Проблемы здоровья

- личности в теоретической и прикладной психологии. Материалы междунауч.-практ. конф. / под ред. Н.А. Кравцовой. Владивосток: Мор. гос. ун-т им. адм. Г.И. Невельского, 2011. С. 283–290.
12. Караяни А.Г. Психологическая реабилитация участников боевых действий (Психология боевого стресса и стресс-менеджмента). М.: ВУ, 2018. 152 с.
 13. Китаев-Смык Л.А. Выгорание персонала. Выгорание личности. Выгорание души // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2008. №2. С. 41–50.
 14. Ковальчишина Н.И. Особенности психологического насилия (моббинга) в условиях эмиграции // Психология и право. 2017. Т. 7. №1. С. 122–130.
 15. Котенёв, И.О., Богданова М.Б. Террористический акт в Буденновске: постстрессовые состояния у работников милиции // Известия МЦПО и КНИ при ГУК МВД России. 1996. №3. С. 49–56.
 16. Курицына А.А., Бундало Н.Л. Гендерные особенности проявлений агрессивности и враждебности при посттравматическом стрессовом расстройстве // Сиб. медиц. обозр. 2007. №1. С. 47–50.
 17. Лазебная Е.О., Зеленова М.Е. Травматический психологический стресс и его последствия // Прикладная психология. М.: Изд. Дом МПА-Пресс, 2000. № 2. С. 24–31.
 18. Леонова А.Б. Психологические механизмы саморегуляции функциональных состояний человека // Субъект и личность в психологии саморегуляции. Ставрополь: Изд-во ПИ РАО, СевКавГТУ, 2007. 430 с.
 19. Магомед-Эминов М.Ш. Онтологическая концептуализация феномена экстремальности // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2014. №3. С. 79–91.
 20. Маклаков А.Г., Чермянин С.В., Рознова И.А. Психологические и поведенческие особенности лиц юношеского возраста с проявлением реакций обид // Вестник Ленингр. гос. ун-та им.А.С. Пушкина. 2018. №4. С. 36–47.
 21. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации. М.: Изд-во Эксмо, 2005. 960 с.
 22. Марищук В.Л., Евдокимов В.И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. СПб.: ИД«Сентябрь», 2001. 260 с.
 23. Овчинников Б.В. Боевой стресс и его фармакологическая коррекция // Актуальные вопросы военной и экологической психиатрии: учебное пособие / под ред. Ю.Л. Шевченко. СПб.: ВМедА, 1995. С. 136–140.
 24. Рогачев В.А., Коноплева И.Н. Аналитический обзор исследований по проблеме неопределенности и изучения копинг-стратегий у сотрудников правоохранительных органов // Психология и право. 2018. Т. 8. № 1. С. 26–43.
 25. Розенова М.И., Екимова В.И., Кокурин А.В., Огнев А.С., Ефимова, О.С. Стресс и страх в экстремальной ситуации // Современная зарубежная психология. 2020. Т. 9. № 1. С. 94–102.
 26. Румянцева Г.М., Степанов А.Л. Клинические особенности посттравматического стрессового расстройства у пострадавших при различных типах чрезвычайных ситуаций // Психическое здоровье. 2015. Т. 13. № 9 (112). С. 23–30.
 27. Рыбников В.Ю., Кузьменко А.А. Психологические особенности защитно-совладающего поведения личного состава спасательных воинских формирований МЧС России // Вестник психотерапии. 2013. № 45. С. 99–104.
 28. Рябова М.Г. Факторы психологической безопасности личности в

- экстремальных ситуациях // Вестник Удмуртского университета. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2016. Т. 26. № 4. С. 94–99.
29. Рядинская Е.Н. Анализ качества жизни мирного населения, проживающего в условиях вооруженного конфликта [Электронный ресурс] // Baikal Research Journal. 2018. Т. 9. № 1. URL: <http://brj-bguer.ru/classes/pdfDL.ashx?id=22017>
30. Рядинская Е.Н. Индивидуально-психологические состояния жителей, проживающих в условиях вооруженного конфликта, как предикторы их адаптационного потенциала // Вестник психофизиологии. 2017. № 3. С. 65–71.
31. Селье Г. Когда стресс не приносит горя // Неизвестные силы в нас. М.: МНПП РЭНАР, 1992. С. 103–160.
32. Смирнов А.В. ПТСР и некоторые базовые убеждения человека // Психологические и психиатрические проблемы клинической медицины: сб. науч. тр., посвященный 100-летию кафедры им. Павлова. СПб., 2000. С. 125–127.
33. Стрельникова Ю.Ю. Типы адаптационного стрессового реагирования и изменений личности комбатантов в отдаленном периоде возвращения к мирной жизни // Вестник Рос. воен.-мед. академии. 2014. № 2(46). С. 145–153.
34. Тарабрина Н.В., Хажуев И.С. Посттравматический стресс и защитно-совладающее поведение у населения, проживающего в условиях длительной чрезвычайной ситуации // Экспериментальная психология. 2015. Т. 8. № 3. С. 215–226.
35. Тушкова К.В., Бундало Н.Л. Особенности проявлений посттравматического стрессового расстройства различной степени тяжести у мужчин и женщин // Сибирское медицинское обозрение. 2011. Т. 68. № 2. С. 80–84.
36. Шамрей В. К., Колов С. А., Дрига Б. В. Отдаленные последствия боевого стресса с позиции биопсихосоциального подхода // Вестник психотерапии. 2011. Т. 43. №38. С. 104–111.
37. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2006. 256 с.
38. Albright D.L., Thyer B. Does EMDR Reduce Post-Traumatic Stress Disorder Symptomatology in Combat Veterans? // Behavioral Interventions. 2010. № 25. Pp. 1–19.
39. Bhat R.M., Wani N.A., Chakrawarty S. Conflict Exposure and PTSD Implications among Young Adult Students in Kashmir: A Short Commentary: [Electronic resource] // Trauma Acute Care: Electronic scientific journal. 2017. № 2. P. 40. URL: <http://traumaacute-care.imedpub.com/conflict-exposure-and-ptsd-implications-among-young-adultstudents-in-kashmir-a-short-commentary.php?aid=18941> (дата обращения 25.06.2022).
40. Husain S.A. Stress reactions of children and adolescents in war and siege conditions // Am J Psychiatry. 1998. V. 155. Pp. 1718–1719.
41. Kessler R. C. Posttraumatic stress disorder: the burden to the individual and to society // J. Clin. Psychiatry. 2000. V. 61. Suppl. 5. Pp. 4–12.
42. Kostović I., Judaš M., Henigsberg N. Medical documentation of human rights violations and war crimes on the territory of Croatia during the 1991/93 war // Croat Med J. 1993. V. 34. Pp. 285–293.
43. Lazarus R.S., Launier, R. Stress-related transactions between person and environment (In L.A. Pervin, M. Lewis (Eds.) // Perspectives in Interactional psychology. N.Y.: Plenum Press, 1978. Pp. 87–227.

44. Richards A., Ospina-Duque J., Barrera-Valencia M. Posttraumatic stress disorder, anxiety and depression symptoms, and psychosocial treatment needs in Colombians internally displaced by armed conflict: A mixed-method evaluation // *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice and Policy*. 2011. V. 4. № 3. Pp. 384–393.
45. Seino K. Prevalence of and factors influencing posttraumatic stress disorder among mothers of children under five in Kabul, Afghanistan, after decades of armed conflicts // *Health and Quality of Life Outcomes*. 2008. V. 29. № 6. P. 29.
46. Spielberger C.D. Measuring the experience, expression and control of anger // *Am. Psych. Assoc.* 1994. P. 25–29.
47. Yehuda R., Halligan S.L., Bierer L.M. Relationship of parental trauma exposure and PTSD to PTSD, depressive and anxiety disorders in offspring // *J. Psychiatr. Res.* 2001. V. 35. № 5. Pp. 261–270.

Об авторах:

ЛИТВИНОВА Руслана Мирославовна – старший преподаватель кафедры психологии ГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия», аспирант (86125, Макеевка, ул. Островского, 16); e-mail: rysikali@mail.ru

ВОЛОБУЕВ Вахтанг Вячеславович – кандидат медицинских наук, доцент кафедры психологии ГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия» (86125, Макеевка, ул. Островского, 16); e-mail: goodpsychologist@gmail.com

РЯДИНСКАЯ Евгения Николаевна – доктор психологических наук, доцент, заведующая кафедрой психологии ГБОУ ВО «Донбасская аграрная академия» (86125, Макеевка, ул. Островского, 16); e-mail: muchalola@mail.ru

ANALYSIS OF FACTORS AFFECTING THE MENTAL STATE OF PEOPLE LIVING IN THE TERRITORY OF ARMED CONFLICT

R.M. Litvinova, V.V. Volobuyev, Ye.N. Ryadinskaya

Donbass Agrarian Academy, Makeyevka

The article presents the results of a study of factors affecting the mental state of civilians in the Donetsk and Luhansk People's Republics during the armed conflict. The aim of the work is a comparative analysis of the factors affecting the mental state of men and women of different age groups living in the territories of armed conflict with varying degrees of intensity of hostilities. The paper analyzes the main domestic and foreign approaches to the study of the mental states of various categories of the population in complex, extreme conditions of life. The main methods were individual interviews and the author's questionnaire survey, the questions of which are grouped into the following blocks: threats to life, health, economic, socio-political; social, psychological factors. It is concluded that the civilian population living in the zone of armed conflict is affected by various factors, which can lead to significant psychological changes.

Keywords: *mental state, stress factors, civilians, the degree of intensity of hostilities, armed conflict.*