

УКРАЇНСЬКИЙ СОЦІУМ В УМОВАХ ВІЙНИ: СОЦІОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА

канд. псих. наук **Сервачак О. В.**,

канд. іст. наук **Дмитрик І. О.**

Україна, м. Покровськ, ДВНЗ «Донецький національний технічний університет»

DOI: https://doi.org/10.31435/rsglobal_ijitss/01062018/5707

ARTICLE INFO

Received 08 April 2018

Accepted 17 May 2018

Published 01 June 2018

KEYWORDS

social changes,
military and civil population,
public sentiments,
psychological support,
migrants,
“ATO syndrome”

© 2018 The Authors.

ABSTRACT

The article is devoted to the study of the current state of Ukrainian society, which is forced to respond to the challenges of the war. Extreme conditions of social change determine the need to provide social assistance and psychological support to different categories of population. Achieving such tasks requires not only resource support, but also deep understanding of the situation, which should be based on the detailed socio-humanitarian study of various aspects of social transformations in the period of 2014-2018. The article presents the results of some sociological studies concerning public sentiments, fears and stereotypes within the occupied territories and in other regions of Ukraine. The importance of information and psychological support for the military, their families and displaced people is emphasized and their forms are considered. Attention is drawn to the emergence of new categories of the research (“ATO syndrome”, “psychiatry of migrants”, etc.).

Вступ. Події останніх років української історії – Євромайдан, анексія Криму, АТО (з 30 квітня 2018 р. ООС) наче потужний землетрус сколихнули нашу країну, привернули до неї увагу всього світу та стали предметом не лише політичних дискусій, а й наукових досліджень. Історики, політологи, соціологи, психологи аналізують ситуацію, формують гіпотези щодо наслідків для українського суспільства цих подій. Насильство, полон, руйнування домівок і життєвих планів, загибель рідних і знайомих, поранення скалічують людей тілесно й духовно. Загальний травматичний досвід українців, як військових, так і цивільного населення, настільки великий, що обов'язково вплине на його історію, дух, економічну та психологічну спроможність відновлюватися й розвиватися.

Соціологи за допомогою кількісних та якісних методів досліджують різні аспекти трансформації українського соціуму внаслідок військових дій. Водночас теоретикам соціогуманітарного знання необхідно подивитися на події відсторонено, витримати паузу, щоб побачити динаміку та інтенсивність соціальних змін, перевірити висунуті гіпотези. Часу та можливості дистанціюватися від реальності у спеціалістів-практиків сфери соціальної та психологічної допомоги немає.

Для великої частки населення України, для тих, хто чує слово «війна» не лише з вуст телеведучих, з'явилися нові, життєво важливі, складні, а для багатьох непосильні завдання. Вони стоять перед тими, хто пройшов крізь запеклі бої та ховав своїх побратимів, хто мешкає на окупованій території чи у так званій «сірій зоні», хто втратив близьких, був поранений чи залишився без домівки. Всім цим людям потрібно навчитися жити далі, жити з *тим багажем переживань, які отримали в ризикованих для життя ситуаціях*. Подолати свій біль і жах, адаптуватися в нових умовах, знайти новий сенс свого зміненого життя самостійно вдасться не всім, багато хто потребує психологічної, психотерапевтичної допомоги, кваліфікованої підтримки. Більшість людей, не усвідомлюючи цього, несуть в собі тягар болю довгі роки, що призводить до ускладнень в соціальній та трудовій сферах, проблем в адаптації та побудові близьких стосунків, конфліктів на робочому місці, порушень стану здоров'я. За чотири роки кількість учасників АТО вимірюється в сотнях тисяч українців. Багато хто з них повертається з зони бойових дій з нав'язливими спогадами, відчуттям тривоги, чутливістю до всього, що нагадує пережиті події, стають дратівливим, страдають від спалахів гніву, зниження концентрації уваги, головного болю, підвищення тиску. Розповсюдженням явищем серед

учасників та свідків бойових дій стає зловживання алкоголем чи наркотиками. Ці симптоми за аналогією з «афганським» та «в'єтнамським синдромом» вже отримали назву «синдром АТО».

Результати дослідження. Вивчення впливу на психічний стан людини, яка бере участь, або живе в зоні бойових дій, мають світову історію. Так, дослідження військовослужбовців армії США після закінчення конфлікту у Лівані показали, що 50 % отримали важкі бойові психічні розлади. Після війни у В'єтнамі США були змушені створити 196 центрів психічної допомоги, куди звернулося 4 млн. військовослужбовців і членів їхніх родин. Під час інтенсивних бойових дій, згідно з досвідом США та Ізраїлю, у перші 30 діб боїв один випадок нервового зриву припадає на кожен із 4 випадків бойових втрат. 30-денні високоінтенсивні бойові дії призводять до того, що психічні втрати можуть перевищити фізичні ушкодження, а після 60-денних бойових дій не виключена втрата боєздатності більшої частини особового складу. [1, с 28.] Ситуація з українськими воїнами також невтішна — за прогнозами психіатрів, у наступні роки у 20 % учасників АТО діагностують ПТСР. На первинний стрес, отриманий під час військових операцій, накладається вторинний, пов'язаний з труднощами пристосування до умов мирного життя, необхідність стримувати внутрішню агресію, тривогу сприяє формуванню у багатьох ветеранів АТО зловживання ПАР [2, с 26-31].

Важливо розуміти, що наслідки довготривалого перебування в реально небезпечній ситуації, зачіпають не лише військовослужбовця, а й членів його родини та суспільство в цілому. Деякі факти вже красномовно свідчать про це, як той, що у Волинській області, звідки були відправлені перші батальйони військових на Схід України, за даними Українського жіночого фонду, спостерігається збільшення кількості випадків насильства проти жінок у сім'ях демобілізованих; зросла й статистика щодо числа самогубств та смертей серед українських військових, що трапилися не внаслідок їхньої участі у військових діях [3].

Тривалий вплив на психіку населення України факторів військової ситуації, масштабної інформаційної війни, вимушеної міграції потенціюють стани тривоги та страху й у всього цивільного населення, навіть у тієї частини, яка живе на відстані від бойових дій, особливо вражаючи вразливу його частину, людей похилого віку та тих, хто має психічні захворювання тощо.

Проблеми вимушених мігрантів стають все актуальнішими. Травматичні переживання, що виникають у переселенців, можуть перерости у травматичний синдром, за якого особистість обтяжена не вирішеними конфліктами, сумом, смертю, тривогою, почуттям провини, злістю та підозрілістю до запропонованої їй допомоги. Поширеність психічних розладів серед вимушених мігрантів дозволила сформулювати поняття «психіатрія мігрантів», «психіатрія біженців» [3, с 19-26].

Соціологи також пропонують використовувати нові дефініції для характеристики становища внутрішньо переміщених осіб. Одна з них – категорія «нових бідних», що з'явилася внаслідок раптової бідності, яка обумовлена несподіваною втратою житла та іншого майна, роботи, доходу внаслідок початку військових дій. Важливо, що в цю категорію дослідники включають як тих, хто виїхав з окупованих територій та отримав статус ВПО, так і тих, хто залишився на непідконтрольних територіях, оскільки в обох випадках рівень життя людей суттєво знизився. Серед характерних ознак цієї соціальної групи поряд зі специфічною причиною її виникнення та дуже швидким і несподіваним її формуванням, згадується психологія бідності. «ВПО, що опинилися в складних життєвих умовах, не відчували себе бідними (за винятком тих, хто й до переміщення був бідним), оскільки до бойових дій мали певний статус у суспільстві...І хоча сама ситуація призводить до появи у більшості ВПО почуття вразливості, безсилля, неможливості планувати власне майбутнє, люди з цієї групи не мають свідомості бідної людини, навпаки, вважають себе активними членами суспільства, здатними самостійно вирішувати свої проблеми. А тому бажання повернути втрачений рівень життя є доволі сильним, з високою готовністю до дій. Тобто такі люди – економічно активні та вмотивовані більше, ніж ті, хто звик бути бідним [4, с. 123]».

Отже, можна говорити про війну як соціальне явище, яке є надзвичайно екстремальним для функціонування психіки, що випробовує на міцність і стійкість всі компоненти психіки людини, а наслідки такого випробування для великої частини населення України можуть стати руйнівними як для кожної окремої людини, так і для країни в цілому.

Допомога військовим та цивільному населенню України у зціленні їхніх ран є актуальним завданням, котре повинно включати комплекс форм і методів впливу на суспільство через урядову політику, діяльність різних соціальних інститутів, які будуть здійснювати соціальну, економічну підтримку ветеранів, родин воїнів АТО, переселенців; професійну підготовку фахівців, які готові працювати з психофізичним здоров'ям українців,

допомагати їм в розвитку психологічної рівноваженості, пошуку нових цінностей, розвитку оптимізму, формування почуття особистої, національної, професійної гідності. Але на державному рівні поки що не здійснено адекватної оцінки соціальних ризиків сьогодення та не розроблено системи ефективного механізму протидії їм. Після прийнятих змін до закону "Про соціальний та правовий захист військовослужбовців" реабілітація стала необхідною для військовослужбовців після повернення з зони ООС, але порядок і механізм надання цієї допомоги не розроблений. Не стали привабливими та викликали спротив форми організації психологічної допомоги державних центрів реабілітації. Так, «за офіційними даними, які озвучив Володимир Бондаренко, із 4000 бійців, які повернулися з зони АТО до столиці, по психологічну допомогу на кінець третього кварталу 2015 року звернулося 12 осіб. Станом на перший квартал 2016 року - не більше ста осіб [6].

Така ситуація поступово змінюється, зростає рівень довіри та зацікавлення військових та цивільного населення в психологічній допомозі, але, це стається, в першу чергу, завдяки громадським організаціям, благодійним фондам та волонтерам. На 10.01.2017 року (інформація Державної служби України у справах ветеранів війни та учасників АТО) соціально-психологічну допомогу отримали 10321 військовослужбовець, які були демобілізовані після участі в АТО та 10426 членів їх родин [8, с.5]. На відміну від державних установ, громадські організації, представники волонтерського руху з самого початку анексії Криму та бойових дій на сході України швидко та дієво відреагували на реалії сьогоденної історії та потреби суспільства. Ними було запропоновано багато ініціатив, різних за формою та методами засобів своєчасного реагування на психологічний стан певних категорій громадян України. Гнучкі форми громадської та волонтерської діяльності на практиці виявилися найбільш продуктивними, такими, що викликали довіру в українських та іноземних меценатів.

Створені всеукраїнські та регіональні організації сфокусовані на психологічній, психотерапевтичній допомозі, інформаційній та соціальній підтримці військовослужбовців та різних категорій цивільного населення. Незважаючи на стихійність організованої допомоги, вона є достатньо кваліфікованою та має позитивні результати. Методи та форми реалізації завдань можуть різнитися відповідно до професійної підготовки психологів, психотерапевтів, соціальних працівників, але завжди в центрі уваги здоров'я та емоційна стабільність громадян нашої країни. Вже існують програми, які взяли за мету підтримувати тих, хто в ситуації кризи домпомагає українцям, адже психотерапевтична робота, що відбувається в умовах особистої небезпеки, в умовах подолання наслідків війни, приводить до значного професійного вигорання. Згідно з даними J. Herman, негативні емоційні реакції виникають у 70 % психотерапевтів у результаті опису клієнтами перенесених ними тортур, катувань і різного роду знущань, тому можна говорити, що психологи, соціальні працівники, волонтери, психотерапевти та їхні клієнти однаково травмовані. [7, с 121]

За думкою багатьох дослідників та практиків психологів та психотерапевтів, найбільш ефективною для тих, хто повернувся з війни, є підтримка родини. Цей факт підтверджує й закордонний досвід: в Ізраїлі, Канаді, США побудована системи психологічної допомоги ветеранам війни, що обов'язково включає інформаційно-психологічний супровід членів їхніх родин. Рідні мають бути готовими до того, що ветеран повертається із зони ООС дещо іншою людиною, яка продовжує певний час жити «на передовій», відчуючи нерозуміння, неприйняття «законів» мирного життя, ненависть до оточуючих, різні страхи тощо. І в цьому випадку не завжди «час лікує».

Знання рідних психологічних наслідків участі в бойових діях дозволяють глибше зрозуміти стан близької людини, побачити за спалахами гніву, надмірної пильності та емоційного відчуження, навіть ізоляції, його душевні страждання, страхи, почуття сорому, занижену самооцінку. Демобілізовані учасники ООС часто самі неправильно оцінюють свої реакції, втрачають контроль над собою. Інформовані члени родини зможуть пояснити, що реакції, які хвилюють ветерана – це нормальна властивість психіки захищатися, «нормальна відповідь на ненормальні обставини». Таке пояснення причин та наслідків психологічної травми, уява про етапи на шляху її подолання (психоедукація) дає можливість ветерану зрозуміти, що з ними зараз відбувається, адекватно сприйняти свій стан, легше його пережити, побачити перспективу свого зцілення.

Володіння рідними учасника ООС простими практичними техніками стабілізації емоційного стану, як то: заземлення, візуалізація, дихальні вправи можуть допомогти всій родині пережити важкий період, збалансувати почуття й думки, бути стресостійкими, жити повноцінним життям. Такі знання та навички членів родини ветерана дозволять надавати йому

першу психологічну допомогу. В цій ситуації вона буде максимально екологічною, особистісно зорієнтованою, тому ефективною. Цілеспрямована організація кола родинного спілкування, його духовного наповнення, фізичної активності родини також позитивно впливає на стан травмованої війною людини, створює біля неї коло зцілення, дозволяє віднайти силу, енергію рухатися далі, розвиватися, зростати.

Підготовлену до зустрічі та життя з людиною, яка пережила жахи війни, інформовану про складні процеси «перетравлення» травматичного досвіду, родину можна порівняти з дитячими ходунками, які створюють коло безпеки, підтримують невпевнені рухи малечі й дозволяють дитині з кожним днем робити свої кроки більш впевненими. Саме таким колом підтримки та безпеки прагнуть стати близькі ветерана, але їм бракує знань, вмінь.

Метод «рівний-рівному» відкриває нові можливості для активної просвітницької роботи серед учасників АТО, їхніх родин. Саме цей метод допомагає обійти бар'єр недовіри до представників психологічних служб та організацій, що націлені на психологічну та психотерапевтичну підтримку воїнів та цивільного населення. Жінки - дружини, матері військовослужбовців, самі учасники бойових дій після пройденого навчання, опрацювання з фахівцями власного травматичного досвіду, стають успішними трансляторами необхідності уваги та роботи з внутрішніми переживаннями своїми та членів родини, спільноти.

Сучасні мас-медіа також можуть стати більш активним учасником здійснення психологічної допомоги населенню. Преса, радіо, телебачення в різних форматах живого спілкування провідних фахівців у практиці психологічної допомоги з постраждалими внаслідок ОСС можуть зіграти значну роль в оздоровленні українського суспільства.

Що стосується загального самопочуття суспільства, що формується у тому числі засобами масової комунікації як у загальнонаціональному масштабі, так і в певних регіонах, останні дослідження демонструють відсутність чіткої та ефективної інформаційної стратегії. За даними Детектору Медіа «урядова комунікація не сприяє розвінчання негативних міфів, стереотипів і страхів населення сходу України, поглиблює недовіру до уряду і держави в цілому, створює несприятливі умови для майбутнього возз'єднання країни (незалежно від того, чи воно відбудеться військовим, чи невійськовим шляхом)» через відсутність комунікаційного реагування на важливі події, що стосуються Донбасу, використання пропагандистської парадигми та інші фактори[9, с 19].

Висновки. Отже, важливим для всього нашого суспільства є усвідомлення того, що війна – це, насамперед, соціально-психологічне явище, воно потребує комплексного підходу до організації соціально- психологічної підтримки українців, який би включав:

- соціально-правовий напрямок, що має коригуватися новітніми соціологічними дослідженнями, адже населення потребує чітких орієнтирів розвитку держави, включення різноманітних соціальних інститутів в формування ефективної мережі підтримки та захисту прав постраждалих на законодавчій основі;
- інформаційний напрямок, який буде забезпечувати військове та цивільне населення знаннями, що допоможуть нормалізувати травматичні симптоми постраждалих, нададуть їм можливість швидко знайти варіанти психологічної допомоги;
- психологічний дозволить вчитися дієвим практичним способам самопідтримки та самокорекції ветеранів, надасть реальну можливість родинам військовослужбовців допомагати їм в адаптації до мирного життя після війни, сформувати внутрішнє прийняття ситуації переселення у тих, чиї домівки залишилися в Криму, на сході України та силу будувати нові життєві перспективи;
- психотерапевтичний, в рамках якого буде організована фахова допомога всім постраждалим внаслідок травматичних подій відповідно до потреб.

Попри соціально-економічну, політичну нестабільність активність українських громадян стала невід'ємною складовою суспільного життя країни. В Україні вже створена ефективна мережа соціальної інформаційно-психологічної підтримки ветеранів, родин воїнів, переселенців. Саме організація системи просвітницької роботи серед населення України, цілеспрямованої роботи з воїнами та рідними учасників ОСС повинна стати важливим елементом загальнодержавної системи реабілітації та підтримки всіх постраждалих. Важливо на державному рівні створити умови для захисту й стимулювання громадських ініціатив, організації їх дієвого та ефективного супроводу, що стане запорукою можливості нашого суспільства подолати період важких часів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ягупов В. В. Військова психологія : підручник для студ. ВНЗ / В. В. Ягупов. - К. : ВК ТОВ "Тандем", 2004. - 656 с.
2. Харченко Є. М. Характеристика взаємозв'язку перенесення посттравматичних стресових розладів із вживанням психоактивних речовин в умовах антитерористичної операції / Є. М. Харченко, О. С. Осуховська, А. Ю. Васильєва, Я. В. Орловська, Т. В. Синіцька, А. М. Чепурна // Архів психіатрії. - 2015. - Т. 21, № 2. - С. 27-31. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apsuh_2015_21_2_7
3. Жовтко Г. Насильство в сім'ях учасників АТО: війна загострює, але не є першопричиною // Громадський простір [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <https://www.prostir.ua/?focus=nasylstvo-v-simyah-uchasnykiv-ato-vijna-zahostryuje-ale-ne-je-chynnykom>
4. Ковязіна К. О. Раптова бідність в Україні: постановка проблеми, шляхи вирішення / К. О. Ковязіна // Стратегічні пріоритети. - 2016. - № 3. - С. 121-129. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/spa_2016_3_16.
5. Процик В. О. Особливості психогенних параноїчних психозів, асоційованих з антитерористичною операцією, у мирного населення / В. О. Процик, В. В. Бабич, С. А. Грязєв, Т. О. Михєєва // Архів психіатрії. - 2015. - Т. 21, № 2. - С. 19-27. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apsuh_2015_21_2_6.
6. Максименко О. «Без броні» і вагань. Соадаптація воїнів АТО // Українська правда [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <https://life.pravda.com.ua/society/2016/01/22/206901/>
7. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омєльченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко, Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. - К. : ТОВ "Видавництво "Логос", 2015. - 207 с.
8. Кокун О. М. Психологічна робота з військовослужбовцями - учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник/ Н. А. Агаєв, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська, В. В. Остапчук. - К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. - 282 с.
9. Матеріали за результатами експертної дискусії «Ризики та можливості консолідації та примирення в умовах зовнішньої агресії» 12 вересня 2017 року. - К: Національний інститут стратегічних досліджень, 2017. - 59 с.