

УДК 159.99

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2023\)1.17](https://doi.org/10.14258/zosh(2023)1.17)

**ВЛИЯНИЕ РУССКО-УКРАИНСКИХ ВОЕННЫХ (БОЕБЫХ) ДЕЙСТВИЙ НА  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ГРАЖДАН**

Лопатина Ольга Алексеевна

старший преподаватель кафедры физического воспитания, Алтайский  
государственный

университет, Барнаул, Россия

[lopatinaoa@mc.asu](mailto:lopatinaoa@mc.asu)

**INFLUENCE OF RUSSIAN-UKRAINIAN MILITARY (COMbat) ACTIONS ON THE  
PSYCHOLOGICAL STATE OF CITIZENS**

Lopatina Olga Alekseevna

Senior Lecturer, Department of Physical Education, Altai State  
university, Barnaul, Russia

[lopatinaoa@mc.asu](mailto:lopatinaoa@mc.asu)

**Аннотация.** К настоящему времени в мире происходит большое количество продолжительных вооруженных конфликтов. Составной частью практически всех войн и военных конфликтов являются военные операции. Они могут проводиться теми или иными субъектами противоборства как в ходе войн и военных конфликтов, так и как самостоятельный вид боевых действий. Одним из примеров продолжительного вооруженного столкновения является конфликт на Украине. Актуальной проблемой общества остается участие в военных действиях, в том числе в локальных конфликтах, нередко сопряженных с деятельностью радикально настроенных организаций. Военные действия, связанные с непосредственной угрозой жизни и благополучию людей, относятся к наиболее значимым психотравмирующим факторам современной жизни. Однозначно, что в экстремальной ситуации каждый человек может испытывать страх, тревогу, отсутствие чувства безопасности, нервозность, что приведет к росту количества психических расстройств и появлению защитных, компенсаторных механизмов.

Военный теоретик и эмпирический психолог К. Клаузевиц неоднократно подчеркивал, что главной стихией войны является опасность (Клаузевиц, 2002). Действительно, страх в бою – это одна из самых сильных эмоций. «Человек тупеет и в этом отупении уже перестает владеть собою, не может напрягать свое внимание на то, что надо - отдается во власть страха (Краснов, 1998).

Во внезапно возникших ситуациях, подвергающих человека стрессовым состояниям, формируется общественное самосознание, которое начинает определять индивидуальные чувства и поведение людей. Комплекс переживаемых событий создает, так называемое, единое психологическое пространство. Накаляющаяся социальная обстановка, теракты, а также ряд военных событий, способствует

сохранению актуальности дальнейшего развития и усовершенствования психологии в сфере военной деятельности в соответствии с особенностями и потребностями настоящего времени. Люди, видя процессы, происходящие в других странах, не понимают, почему прошедший референдум, на который имеют право любые представители мирового сообщества, привел к таким ужасающим результатам. Как правило, подобным войнам предшествует серьезная подготовка массового сознания. Люди, попадающие в ситуацию военного конфликта, подвергаются массивному внешнему воздействию, что приводит к изменению психоэмоционального состояния каждого находящегося в этой ситуации человека.

**Ключевые слова:** Украина, Россия, спецоперация, война, психологическое состояние, мобилизация.

**Abstract:** Currently, there are more than two dozen protracted armed conflicts in the world in an active state. Military operations are an integral part of almost all wars and military conflicts. They can be carried out by various subjects of confrontation both in the course of wars and military conflicts, and as an independent type of military operations. One example of a prolonged armed conflict is the conflict in Ukraine. Participation in hostilities, including in local conflicts, often associated with the activities of radical organizations, remains an acute problem for mankind. Shelling, bombing, hostage-taking, forcible detention associated with a direct threat to the life and well-being of people are among the most significant psycho-traumatic factors of modern life. It is clear that in an extreme situation, each person can experience fear, anxiety, lack of a sense of security, nervousness, which will lead to an increase in the number of mental disorders and the emergence of protective, compensatory mechanisms. The military theorist and empirical psychologist K. Clausewitz repeatedly emphasized that the main element of war is danger (Clausewitz, 2002). Indeed, fear in combat is one of the most powerful emotions. “A person becomes dumb and in this stupefaction already ceases to control himself, cannot strain his attention to what is needed - he surrenders to the power of fear (Krasnov, 1998).

In extreme situations that expose a person to stressful conditions, a public self-consciousness is formed, which begins to determine the individual feelings and behavior of people. The complex of experienced events creates the so-called single psychological space. The escalating social situation, namely terrorist attacks, as well as a number of military events, contributes to maintaining the relevance of the further development and improvement of psychology in the field of military activity in accordance with the characteristics and needs of the present time. People, seeing the processes taking place in other countries, do not understand why the past referendum, to which any representatives of the world community have the right, led to such horrific results. As a rule, such wars are preceded by a serious preparation of the mass consciousness. People who find themselves in a situation of military conflict are subjected to massive external influence, which leads to a change in the psycho-emotional state of each person in this situation.

**Key words:** Ukraine, Russia, special operation, war, psychological state, mobilization.

## **Введение**

На протяжении тысячелетий, род людской ведет нескончаемые войны,

приводящие к гибели людей и мучениям мирного населения, появлению большого числа беженцев и вынужденных переселенцев (Захарова, 2020).

Неотъемлемой частью в наше время являются военные конфликты, нередко сопряженные с деятельностью радикально настроенных организаций.

На сегодняшний день мировая социально-экономическая и политическая система дестабилизирована и против России разворачиваются «война», российское общество переживает один из самых тяжелых и значимых моментов своей истории. Во многом развитие событий в ближайшее время предопределяет будущее развитие страны и отразится не на одном поколении россиян.

Актуальность данного исследования заключается в проблеме разрушительного воздействия военных спецопераций на психическое здоровье мирного населения, а также мобилизованных граждан.

При выполнении работы использованы различные литературные источники, в том числе федеральные и региональные доклады о состоянии военного положения в России и Украины, статьи, монографии и справочные издания, касающиеся темы работы.

В декабре 2021 года – январе 2022 года обстановка на линии соприкосновения ВСУ Украины и ДНР и ЛНР обострилась из-за повышения украинского присутствия на границе, усиления военной группировки украинской стороны и стягивания к границе средств поражения. Начались ежедневные артиллерийские и

минометные обстрелы территорий самопровозглашенных республик, в том числе и с применением запрещенными минскими соглашениями видами вооружений. Удары наносились не только по позициям народной милиции ДНР и ЛНР, но и по объектам инфраструктуры и гражданским объектам. В результате нанесения этих обстрелов были выведены из строя системы электро- и водоснабжения, погибли мирные жители (Коренев, 2022)

Спецоперация началась утром 24 февраля, когда президент России В. В. Путин объявил в своем публичном обращении о «специальной военной операции» по «демилитаризации и денацификации» Украины.

Таким образом, осуществление Российской Федерацией военной спецоперации является выполнением, решением задачи исключительной важности, и государство аккумулирует ресурсы для обеспечения условий, достаточных для реализации предусмотренных законом социальных прав военнослужащих.

### **Психологические последствия войны на участников боевых действий**

На психику военнослужащего, да и на личность в целом, война оказывает негативные, неизгладимые последствия. Для отдельных участников война является «моментом истины», «главным событием жизни», постижением смысла своего назначения на земле. Но всё-таки война больше разрушает, чем созидает. Перед мощными стресс-факторами войны, к сожалению, человеческое общество весьма уязвимо.

Последние десятилетия для психологов (Александровский Ю.А., Марищук Л.В., Собчик Л.Н. и др.) актуальными становятся вопросы о влиянии на человека психотравмирующих стрессовых ситуаций. По мнению исследователей (Б.С. Братусь, М.Ш. Магомед-Эминов и др.), любая война - аномальная ситуация, необычный тип жизненного бытия личности. Военнослужащие, подвергавшиеся в течение определенного времени воздействию психотравмирующей ситуации войны, находятся под влиянием ее последствий и в мирное время. Ветеран после возвращения домой попадает в иную социально-психологическую обстановку, ему необходима реадaptация к мирной жизни (М.Е. Зеленова, Е.О. Лазебная, Н.В. Тарабрина, С.В. Чермянин и др.). Это порождает новые стрессовые состояния.

Наблюдение за поведением ветеранов локальных военных конфликтов и беседы психологов с ними показывают, что сформировавшийся у них в боевой обстановке комплекс личностных изменений порой трансформируется в своеобразный комплекс «военизированной психики». Для которого характерны специфические феномены, как в области социального взаимодействия, так и в области ценностных ориентаций и т.д.

Так, вследствие имеющего место упрощения когнитивной сферы участников экстремальной деятельности, у них отмечается усиление жестокости, бескомпромиссности и ригидности нравственных ориентиров. Очень часто возникает стремление переделать

жизнь на «гражданке» по законам человеческих взаимоотношений военного времени. Когда ветеран боевых действий возвращается в мирную обстановку у него появляется целый ряд потребностей. Эти потребности носят универсальный характер, однако, в данном случае, они имеют чрезвычайную степень выраженности (Литвин, 2022).

Участники боевых действий, испытывающие психологические последствия войны всегда чувствуют опасность. Когда он заходит в незнакомое помещение, всегда осматривается. Даже когда он приходит в кабинет психолога, ему лучше организовать такое место, чтобы в его поле зрения были окна и дверь. Так он чувствует себя более спокойно, потому что у него есть ощущение, что он может выпрыгнуть, если что (Нехлебова, 2022).

Основные признаки посттравмы:

1. Человек импульсивно реагирует на незначительный раздражитель, например, вскрикивает, вздрагивает, сжимается на резкие звуки.
2. Больше не интересуется тем, что занимало его раньше.
3. Проявляет отстраненность от близких людей.
4. Страдает нарушениями сна, бессонницей, его мучают ночные кошмары.
5. Проявляет немотивированную бдительность, подозрительность.
6. Стал сверхчувствительным, агрессивно реагирует на обычные житейские ситуации.
7. Злоупотребляет алкоголем и другими веществами, изменяющими сознание, с целью снять напряжение,

уснуть, улучшить настроение (Нехлебова, 2022).

По словам педагога-психолога Нехлебовой Н., если человек являлся участником войны, где он находится в ситуации угрозы жизни: физическое и психологическое насилие, пытки и т.д. – есть огромный риск возникновения посттравмы. Также, педагог-психолог утверждает, что «человек с психологической военной травмой или какой-то травмой переживания экстремальной ситуации по-другому начинает реагировать на обычные обстоятельства, т.е., на то, к чему мы привыкли в мирной жизни».

Чаще всего люди, которые участвовали в военных действиях, не хотят говорить об этих событиях, которые нанесли им неизгладимую психологическую травму. В мирное время им очень мешают жить мысли и воспоминания о пережитом. Они понимают, что что-то не так в их поведении, взаимоотношении с людьми, но справится, они с этими последствиями самостоятельно не могут.

Но в то же время у большинства участников боевых действий отмечается ярко выраженное желание быть понятым. Они хотят иметь в контакте с окружающими такую обратную связь, которая бы явно подтверждала, что они сражались за правое дело, что их участие в жестоком насилии нравственно оправданно и социально полезно. По существу, речь идет о действии такого механизма психологической защиты человека, как рационализация, позволяющего военнослужащему преодолеть комплекс вины, оправдаться перед самим собой, своей совестью,

сделать воспоминания об агрессивных и жестоких поступках менее травмирующими (Литвин, 2022).

Стоит отметить, что социально-психологическая реабилитация ветеранов боевых действий на базе реабилитационных центров способствует, прежде всего, формированию временной перспективы, способности ставить перед собой цели на будущее, повышению значимости ценностей развития себя и своих достижений. Что проявляется, прежде всего, в заинтересованности в своем личностном потенциале и возможностях его развития, в стремлении планировать свою жизнь для достижения конкретных результатов.

Таким образом, на сегодняшний день современная медицина и психологическая наука могут предложить большой выбор техник и методик психотерапевтической и психологической помощи ветеранам боевых действий. К ним можно отнести методы коррекции посттравматических состояний.

метод рациональной психокоррекции;  
психологический дебрифинг;  
методы психической саморегуляции;  
методы личностно-ориентированной психокоррекции и др.

Групповая психотерапия также может рассматриваться в рамках социально-психологической реабилитации как один из основных методов оказания психологической помощи лицам, перенесшим психотравмирующий стресс на войне (Агеев 2012, Александровский 2011).

### **Влияние военных действий на психику мирного общества**

В отечественной психиатрии еще в конце 20-х годов 20 века ряд авторов (П.Б. Ганушкин, Ф.Д. Зарубин, С.В. Крайц, Д.Е. Мелехов) отмечали, что среди людей зрелого возраста, которые находились в течение нескольких лет в экстремальных психотравмирующих условиях войны, через определенный временной промежуток появлялся «целый тип рано стареющих в мозговом отношении». Наступала утрата ярких красок психики, развивалась редукция энергетических возможностей, сужался круг интересов, что приводило к утрате трудоспособности значительного числа лиц. Эти состояния, по П.Б. Ганушкину, получили название «нажитой психической инвалидности».

Во время войны, психика начинает подстраиваться и адаптироваться к совершенно иным условиям выживания, которые в мирном обществе оказываются неприемлемыми и даже порицаемыми (Мананников, 2022).

После объявления «частичной мобилизации» все задаются вопросом – когда изменится ситуация на фронтах, как будет протекать война и каким будет её итог?

По всей стране, по данным Минобороны, будут призваны 300 тысяч человек. Первые мобилизованные из Новосибирской области уже приступили к боевой подготовке, причём Верховный Главнокомандующий В.В. Путин уточнил: «Призыву на военную службу будут подлежать только граждане, которые в настоящий момент состоят в запасе и прежде всего те, кто проходил службу в рядах ВС, имеет определённые

военно-учетные специальности и соответствующий опыт. Призванные на военные службу перед отправкой в части в обязательном порядке будут проходить дополнительную военную подготовку с учетом опыта специальной военной операции» (Райский, 2022).

Президент России ранее избегал объявления мобилизации, и несколько раз обещал не проводить её, но недостаток ресурсов для удержания фронта протяжённостью более 2000 километров и призывы поддерживающих войну националистов склонили к объявлению мобилизации.

Жертвами депрессивного состояния, в частых случаях становятся те, кто может быть мобилизован, а также члены их семей или люди из «непризывной» категории.

Конечно, не все российские граждане и их семьи оказались в одинаковом положении. Кто-то уже отдаёт долг Родине и принимает участие в спецоперации по освобождению республик Донбасса. Кому-то повестки пришли прямо 21 сентября, а значит, жизнь этих людей в ближайшие месяцы кардинально изменится.

Однако любому человеку в независимости от типа характера и склада его личности необходимо вырабатывать иммунитет к ситуации, которая может разбалансировать и лишит привычного чувства психологического, а также физического комфорта (Громакова, 2022).

И тут можно наблюдать различную реакцию у разных людей, в зависимости от их типа личности и внутренних защит. Одни проповедуют слепой позитивизм и вообще неспособны посмотреть фактам в глаза,

другие впадают в панику и теряют способность к рациональной деятельности, у третьих можно наблюдать какое-то мазохистическое удовольствие от фрустрации окружающих, четвёртые начинают реактивно «делать дела» в попытке компенсировать внутреннюю тревогу внешней суетой (Попов, 2023).

Новости такого масштаба можно отнести к кризисным. Психолог Е.И. Черкашина говорит, что «Кризис в общем смысле это перелом, пора переходного состояния, состояние, где существующие средства достижения цели становятся неадекватными». То есть это ситуации, когда мы сталкиваемся или потенциально можем столкнуться с кардинально новыми условиями и вводными. И естественно все что новое и непривычное вызывает у человека страх и панику, активирует базовую модель защиты (Клячкина, 2022).

Обращает на себя внимание тот факт, что у мирного населения, проживающего в районе боевых действий и приграничных территорий, полностью изменилось отношение к предметному миру. Пришло осознание того, что все, что имеешь, можешь потерять в одно мгновение. Все, что может остаться – это та самая «тревожная сумка», которую собрал каждый житель на случай потери дома. В ней собраны самые необходимые вещи, и предметы на случай возможной утраты. Осознание человеком того, что его материальный мир может сузиться до размера одной сумки с бинтом, свечой, одеялом, спичками и документами, в корне изменяет

отношение к восприятию предметного мира.

Также и люди, которые проживают вдали от происходящих военных действий, испытывают шоковое состояние, страх. Страх потери близких, страх смерти, страх за будущее, страх ожидания того, что их близкие могут подлежать мобилизации и т.д.

Врач-психотерапевт Игорь Лях утверждает, что «Главное правило сейчас – «минимизировать панику», потому что паника – это избыток адреналина, негативные эмоции и минимум взвешенных решений. Паники удастся избежать, если проанализировать все возможные исходы событий».

Таким образом, обобщив и проанализировав теоретический материал, можно сказать, что, находясь в военной обстановке основными последствиями для психического здоровья мирного населения являются, нарушения сна, аффективные нарушения, такие как кратковременные и пролонгированные депрессивные и тревожно-депрессивные реакции, психосоматические расстройства, нарушения социальной адаптации, усугубляющиеся проблемами, связанными с трудностями ресоциализации в новом обществе.

В связи с этим, приобретает максимально важное значение раннее выявление у пострадавших психических и поведенческих нарушений, профилактика у них постстрессовых расстройств на отдаленных этапах психотравмы и их своевременная и полноценная реабилитация. Для реализации этих мероприятий необходимо проведение специальной

подготовки педагогического персонала. медицинского и вспомогательного персонала.

Все более актуальной становится проблема реабилитации и в целом социальной работы с ветеранами боевых действий, строящаяся не только на медицинских, но и на социально-психологических исследованиях.

Каждый из перечисленных выше структурных компонентов, формирующих самосознание личности жителей Российской Федерации, требует дальнейшего изучения путем эмпирического исследования и обобщения общих закономерностей развития и содержательного наполнения структурных звеньев самосознания населения РФ.

### Библиографический список

Агеев В.С. Межгрупповое взаимодействие: социально-психологические проблемы. – М.: Изд-во Московского. ун-та, 2012. – С 111-117.

Александровский Ю.А., Лобастов О.С., Спивак Л.И., Шукин В.П. Психогении в экстремальных условиях. – М.: Медицина, 2011. – С 215-222.

Громакова, В. Г. Специфика отношения к специальной военной операции РФ на Украине, как проявление базовых моделей социального поведения в российском обществе / В. Г. Громакова // Институт социологии и регионоведения Южного федерального университета, Электронный научный журнал «Гуманитарий юга России» - 2022 Том 11 (54) № 2 – С. 68-74.

Гурова О.С. Психологические особенности субъективных представлений о жизненных перспективах участников локальных войн, 2004г, кандидат психологических наук. – С 5-6.

Захарова, Н. М. Психические и поведенческие нарушения у мирного населения региона, подвергшегося локальным военным действиям / Н. М. Захарова, М. Г. Цветкова. - Психология и право - 2020. Том. 10, № 4 – С. 185-197.

Зимова, Н. С. Сетевая солидарность как ответ на коллективную травму (на примере специальной военной операции России на Украине) / Н. С. Зимова, Е. В. Фомин // Таврический национальный университет, т. 24 (63), 2022 – С. 189-191.

Караяни А.Г., Караяни М.Ю. Психологические последствия войны и социально-психологическая реадaptация участников боевых действий. – URL <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-posledstviya-voyny-i-sotsialno-psihologicheskaya-readaptatsiya-uchastnikov-boevykh-deystviy/viewe> (дата обращения 12.01.2023).

Корнев Е. Военная спецоперация на Украине: Особенности российской стратегии. - URL: <https://eurasia.expert> (дата обращения 05.12.2022).

Клячкина, Н. Л. Методы и техника социально-психологической реабилитации ветеранов боевых действий / Н. Л. Клячкина // Самарский государственный технический университет // Автономия личности. – 2022. -№1(3). – С. 109-112.

Литвин А.Ю. Как меняется психика человека, вернувшегося с войны. - URL: <https://livrezon.com/knowledge/psychology> (дата обращения 29.11.2022).



Мананников, Д. Ю. Социальная поддержка военнослужащих и членов семей погибших (умерших) участников боевых действий в условиях проведения Российской Федерацией специальной военной операции на территории Украины / Д. Ю. Мананников // Пензенский государственный университет, Электронный научный журнал «Наука. Общество. Государство» - 2022. Т. 10, № 2. – С. 80-88.

Нехлебова Н. Как военная травма влияет на человека, его семью и все общество. - URL: <https://www.pravmir.ru> (дата обращения 06.01.2023)

Попов Е. Психотерапевт рассказал, как мобилизация повлияла на психику россиян. - URL: [https://news.rambler.ru/sociology/49535851/?utm\\_content=news\\_media&utm\\_medium=read\\_more&utm\\_source=copylink](https://news.rambler.ru/sociology/49535851/?utm_content=news_media&utm_medium=read_more&utm_source=copylink) (дата обращения 10.01.2023)

Райский П. Приказ Путина: мобилизация завершается 28 октября. URL: <https://astsite.ru/274638-prikaz-putina-mobilizaciia-zavershaetsia-28-oktiabria-poslednie-novosti-o-mobilizacii-na-svo-i-pochemu-prihodiut-povestki-po-vsei-rossii/> (дата обращения 23.12.2022).

#### REFERENS

Ageev V.S. Intergroup interaction: socio-psychological problems. - М.: Moscow Publishing House. un-ta, 2012. - С 111-117.

Aleksandrovsky Yu.A., Lobastov O.S., Spivak L.I., Shchukin V.P. Psychogeny in extreme conditions. - М.: Medicine, 2011. – P. 215-222.

Gromakova, V. G. The specifics of the attitude towards the special military operation of the Russian Federation in Ukraine, as a manifestation of the basic models of social behavior in Russian society / V. G. Gromakova // Institute of Sociology and Regional Studies of the Southern Federal University, Electronic scientific journal "Humanist of the South of Russia" - 2022 Volume 11 (54) No. 2 - S. 68-74.

Gurova O.S. Psychological features of subjective ideas about the life prospects of participants in local wars, 2004, candidate of psychological sciences. - From 5-6.

Zakharova, N. M. Mental and behavioral disorders among the civilian population of the region subjected to local military operations / N. M. Zakharova, M. G. Tsvetkova. - Psychology and Law - 2020. Vol. 10, No. 4 - S. 185-197.

Zimova, N. S. Network solidarity as a response to collective trauma (on the example of Russia's special military operation in Ukraine) / N. S. Zimova, E. V. Fomin // Taurida National University, vol. 24 (63), 2022 – pp. 189-191.

Karayani A.G., Karayani M.Yu. Psychological consequences of war and socio-psychological readaptation of combatants. - URL <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-posledstviya-voyny-i-sotsialno-psihologicheskaya-readaptatsiya-uchastnikov-boevykh-deystviy/viewe> (accessed 01/12/2023).

Korenev E. Military special operation in Ukraine: Features of the Russian strategy. - URL: <https://eurasia.expert> (accessed 12/05/2022).

Klyachkina, NL Methods and techniques of socio-psychological rehabilitation of combat veterans / NL Klyachkina // Samara State Technical University // Personal autonomy. - 2022. - No. 1 (3). - S. 109-112.

Litvin A.Yu. How the psyche of a person who returned from the war changes. - URL: <https://livrezon.com/knowledge/psychology> (accessed 11/29/2022).

Manannikov, D. Yu. Social support for servicemen and family members of the dead (deceased) combatants in the context of the Russian Federation conducting a special military operation on the territory of Ukraine / D. Yu. Manannikov // Penza State University, Electronic scientific journal "Science. Society. State" - 2022. V. 10, No. 2. – P. 80-88.

Nekhlebova N. How a military trauma affects a person, his family and the whole society. - URL: <https://www.pravmir.ru> (accessed 01/06/2023)

Popov E. The psychotherapist told how mobilization influenced the psyche of Russians.

–  
URL [https://news.rambler.ru/sociology/49535851/?utm\\_content=news\\_media&utm\\_medium=read\\_more&utm\\_source=copylink](https://news.rambler.ru/sociology/49535851/?utm_content=news_media&utm_medium=read_more&utm_source=copylink) (accessed 01/10/2023)

Raisky P. Putin's order: mobilization ends on October 28th. URL: <https://astsite.ru/274638-prikaz-pytina-mobilizaciia-zavershaetsia-28-oktiabria-poslednie-novosti-o-mobilizacii-na-svo-i-pochemy-prihodi-at-povestki-po-vsei-rossii/> (accessed 12/23/2022).