



Научно-исследовательский журнал «International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 3 / 2025, Vol. 8, Iss. 3 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.3. Психология труда, инженерная психология, когнитивная эргономика (психологические науки)

УДК 159.9

<sup>1</sup>Герьянская Н.О.,

<sup>1</sup>Новосибирский государственный университет экономики и управления

### **Психологическая поддержка как ключевой элемент реабилитации военнослужащих после боевых действий**

**Аннотация:** статья посвящена рассмотрению особенностей психологической поддержки и реабилитации военнослужащих после боевых действий. Современная действительность характеризуется усилением противоречий и напряженности во взаимодействии между странами, а наличие военных конфликтов, режим специальной военной операции и активизация террористических организаций обостряют военно-политическую обстановку в мире. Данные обстоятельства влияют на возросшие требования к военнослужащим, их физическому и психическому состоянию и способности принимать обоснованные решения. Уровень морально-политического и психологического состояния военнослужащих влияет на их готовность к боевым действиям. В современных конфликтах качественная психологическая подготовка и эффективные методы поддержки и реабилитации становятся критически важными. Психологическая поддержка охватывает широкий спектр аспектов – от создания безопасной и поддерживающей среды до активной работы с эмоциональными и поведенческими реакциями поэтому необходим более целостный и системный подход, учитывающий как индивидуальные особенности каждого военнослужащего, так и групповую динамику.

**Ключевые слова:** психологическая поддержка, военнослужащие, боевые действия, психологические особенности, реабилитация, адаптация

**Для цитирования:** Герьянская Н.О. Психологическая поддержка как ключевой элемент реабилитации военнослужащих после боевых действий // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 3. С. 183 – 188.

Поступила в редакцию: 16 января 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 18 марта 2025 г.; Принята к публикации: 28 апреля 2025 г.

<sup>1</sup>Geryanskaya N.O.,

<sup>1</sup>Novosibirsk State University of Economics and Management

### **Psychological support as a key element in the rehabilitation of military personnel after combat operations**

**Abstract:** this article examines the specific features of psychological support for military personnel after combat operations. The current reality is characterized by increasing contradictions and tension in interactions between countries, and the presence of military conflicts, the special military operation regime, and the activation of terrorist organizations exacerbate the military-political situation. These circumstances influence the demands placed on military personnel, their physical and mental state, and their ability to make sound decisions. The level of moral, political, and psychological well-being of military personnel affects their readiness for combat. In modern conflicts, high-quality psychological training and effective methods of support and rehabilitation are becoming critically important. Psychological support covers a wide range of aspects – from creating a safe and supportive environment to actively working with emotional and behavioral reactions, therefore, a more holistic and systematic approach is needed, taking into account both the individual characteristics of each serviceman and group dynamics.

**Keywords:** psychological support, military personnel, combat operations, psychological features, rehabilitation, adaptation

**For citation:** Geryanskaya N.O. Psychological support as a key element in the rehabilitation of military personnel after combat operations. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (3). P. 183 – 188.

The article was submitted: January 16, 2025; Approved after reviewing: March 18, 2025; Accepted for publication: April 28, 2025

### Введение

В условиях современной геополитической нестабильности, характеризующейся ростом международной напряженности, военными конфликтами и активизацией террористических организаций, возрастает роль Вооруженных Сил и других силовых структур Российской Федерации. Возлагаемые на военнослужащих задачи предъявляют повышенные требования к их физическому и психическому состоянию, способности оперативно принимать решения в стрессовых ситуациях. Морально-политическое и психологическое состояние личного состава, как справедливо отмечал Карл фон Клаузевиц, оказывает решающее влияние на боеспособность подразделений [4]. В этой связи, вопросы психологической поддержки и реабилитации военнослужащих, переживших боевые действия, приобретают особую актуальность.

Однако, как показывает практика, недостаток комплексного подхода к оказанию психологической помощи часто приводит к снижению эффективности реабилитационных мероприятий. Наблюдается разобщенность между медицинскими и психологическими службами, затрудняющая интеграцию терапевтических и эмоциональных ресурсов, а также игнорирование индивидуальных потребностей военнослужащих. В то время как психологическая поддержка охватывает широкий спектр аспектов – от создания безопасной и поддерживающей среды до активной работы с эмоциональными и поведенческими реакциями – необходим более целостный и системный подход, учитывающий как индивидуальные особенности каждого военнослужащего, так и групповую динамику.

Таким образом, актуальность настоящего исследования обусловлена растущей потребностью в обеспечении психологического благополучия военнослужащих, участвующих в боевых действиях. В современных конфликтах эффективная психологическая подготовка, своевременная поддержка и качественная реабилитация становятся критически важными факторами, способствующими повышению боеспособности и сохранению психического здоровья военнослужащих.

Целью данной статьи является выявление и анализ факторов, влияющих на психологическое состояние военнослужащих после боевых действий, а также определение путей оптимизации системы психологической помощи и реабилитации. Статья предназначена для исследователей, психологов, студентов и аспирантов, людям, интересующимся вопросами военной психологии и социальной поддержки военнослужащих, военнослужащим и ветеранам, а также членам их семей.

### Материалы и методы исследований

Цель исследования заключается в выявлении, систематизации и оценке эффективности различных методов и подходов к психологической поддержке, представленных в научной литературе, для оптимизации процессов реабилитации военнослужащих.

Методы исследования:

1. Анализ и синтез научной литературы: предполагает критическую оценку существующих научных работ (статей, монографий, диссертаций), а синтез – обобщение и интеграцию полученных данных для формирования целостного представления о психологической поддержке как ключевом элементе реабилитации.

2. Сравнительный анализ: предполагает выявление общих и специфических характеристик различных подходов, а также оценку их применимости в конкретных ситуациях.

3. Мета-анализ (при наличии достаточного количества количественных исследований): позволит объединить результаты нескольких исследований для получения более надежной оценки эффективности.

4. Контент-анализ: позволит определить наиболее актуальные и важные аспекты психологической поддержки, требующие дальнейшего изучения и разработки.

Принципы исследования:

1. **Объективность:** что предполагает непредвзятую оценку различных точек зрения и подходов к психологической поддержке, а также учет различных факторов, которые могут влиять на результаты реабилитации.

2. **Системность:** психологическая поддержка будет рассматриваться как составная часть общей

системы реабилитации военнослужащих, учитывая ее взаимосвязь с другими элементами, такими как медицинская помощь, социальная поддержка и профессиональная адаптация. Системный подход позволит выявить взаимосвязи между различными факторами и их влияние на общую эффективность реабилитации.

**3. Комплексность:** исследование будет учитывать различные аспекты психологической поддержки, включая индивидуальные, групповые и организационные факторы, а также различные виды психологической помощи (консультирование, психотерапия, кризисное вмешательство).

**4. Верифицируемость:** методы исследования будут четко описаны, а выводы будут обоснованы на основе анализа научных источников.

**5. Этичность:** Исследование будет проводиться с соблюдением этических норм и принципов, касающихся конфиденциальности, уважения к личности и избежания причинения вреда.

Предложенный методологический подход позволит всесторонне изучить психологическую поддержку как ключевой элемент реабилитации военнослужащих после боевых действий и получить надежные и обоснованные результаты, которые могут быть использованы для оптимизации системы психологической помощи и повышения эффективности реабилитационных мероприятий.

### Результаты и обсуждения

Формирование психологической готовности военнослужащих к боевым действиям и устойчивости к стресс-факторам является важным направлением деятельности командиров и должностных лиц психологической службы. Основными инструментами формирования психологической готовности являются административное воздействие, организация боевой подготовки, материально-техническое обеспечение, безопасность военной службы и военно-политическая работа. Психологическая подготовка должна быть нацелена на усиление позитивных факторов и устранение негативных факторов, влияющих на выполнение боевой задачи.

Дубак Е.А. считает, что, сильный стресс, пережитый во время боевых действий, повышает вероятность развития негативных психологических последствий у военнослужащих. Эти последствия, даже в субклинической форме (например, навязчивые воспоминания), затрудняют адаптацию к мирной жизни и могут приводить к внезапному снижению работоспособности и самоконтроля при возвращении травмирующих воспоминаний [2].

Психологическое состояние военнослужащих в боевых действиях зависит от различных факторов.

Боевые факторы включают вид и интенсивность боевых действий, применяемое оружие, потери сторон. Эколого-эргономические факторы включают продолжительность, режим и частоту столкновений с противником, изолированность от главных сил. Психофизиологические факторы включают свойства нервной системы. Психологические факторы включают направленность личности, характер, волю, эмоции, способности.

Митянина Р.Н. и Кокурин А.В. подчеркивают, что психологические проблемы военнослужащих в боевых условиях существенно отличаются от мирных. В связи с этим, психологическая помощь должна быть доступна на всех этапах пребывания в зоне боевых действий - до, во время и после выполнения задач. Важно обеспечить доступность помощи для всех военнослужащих, независимо от их местонахождения, и оказывать ее на ранних стадиях для предотвращения усугубления проблем. Психологическая поддержка должна включать разнообразные формы работы (индивидуальное и групповое консультирование, психопрофилактику, обучение навыкам саморегуляции) и обеспечиваться согласованным взаимодействием военных психологов, психиатров, социальных работников и командиров. Для повышения доступности помощи предлагается организация мобильных пунктов, использование дистанционных технологий и обучение военнослужащих навыкам оказания первой психологической помощи [9].

Поддержка военнослужащих должна быть всесторонней, нацеленной не только на осознанное восстановление, но и готовность к будущим вызовам. Это требует качественной компетенции специалистов и понимания сложностей, с которыми сталкиваются военнослужащие, лишь тогда можно нацелиться на успешный результат в адаптации и реабилитации.

Любущенко К.В. в своей статье рассматривает военно-профессиональную адаптацию как многогранный процесс приспособления к требованиям военной службы, включающий физиологическую, психологическую и социальную составляющие. Успешность адаптации определяется удовлетворенностью службой, отсутствием дезадаптивных реакций и эффективным выполнением обязанностей. Автор выделяет ключевые психологические факторы, влияющие на адаптацию: личностные качества (тревожность, самооценка, воля, коммуникабельность, эмоциональная устойчивость, мотивация и психологическая зрелость), интеллектуальные способности (уровень интеллекта, обучаемость), социальные факторы (отношения с сослуживцами и командирами, социальная поддержка, групповая сплоченность, психологический климат

в подразделении) и соответствие ожиданий реальности. Негативный опыт и несоответствие ожиданий, а также неблагоприятный психологический климат могут затруднять адаптацию. В связи с этим, Любущенко подчеркивает важность психологической подготовки призывников, направленной на развитие необходимых качеств, формирование позитивного отношения к службе и обучение навыкам преодоления стресса [10].

Создание комплексной системы психологической поддержки и реабилитации военнослужащих требует согласования усилий и ресурсов, а также постоянной адаптации к новым требованиям и вызовам. Улучшение систем психологической работы способно значительно повысить уровень жизни военнослужащих и качество их интеграции в мирное общество после службы.

Проблема реабилитации военнослужащих требует особого внимания и отношения специалистов-профессионалов [1]. Проблема психологической реабилитации военнослужащих после боевых действий остается нерешенной. Хорошо изучены организация психологической помощи, адаптация после войны, боевой стресс и посттравматическое стрессовое расстройство. Требуют дополнительного изучения изменение Я-образа и психокоррекционная работа с лицами, перенесшими ампутации конечностей.

Организационно-методические подходы к реабилитации вследствие военной травмы основаны на положениях Федерального закона №181-ФЗ [5]. Реабилитация включает в себя медицинскую, социальную и профессиональную составляющие. Медицинская реабилитация направлена на восстановление здоровья и включает в себя диагностику, лечение и реабилитацию. Социальная реабилитация направлена на восстановление социального статуса и включает в себя адаптацию и интеграцию в общество. Профессиональная реабилитация направлена на восстановление профессиональных навыков и включает в себя обучение и трудоустройство.

Психологическая реабилитация – это комплекс мероприятий (психофизиологических, психотерапевтических, организационных и медицинских) для восстановления психического здоровья и социального статуса военнослужащих, получивших боевую психическую травму [7]. Психологическая поддержка является ключевым элементом полноценной реабилитации военнослужащих, направленной на восстановление их личностных ресурсов и интеграцию в общество. Психологическая поддержка оказывается всем военнослужащим в качестве профилактической меры, а также приме-

няется как метод коррекции для тех, кто испытывает психогенные реакции.

Некоторые методы психологической реабилитации военнослужащих:

1. Когнитивно-поведенческая терапия помогает улучшить настроение и избавиться от депрессивных мыслей.

2. Групповая терапия создает безопасную среду для обмена опытом и общения.

3. Терапия с использованием виртуальной реальности точно воссоздает военные действия.

4. Семейная терапия направлена на повышение гармонии в семье.

По мнению Поршукова А.С., в процессе психологической помощи военнослужащим, пережившим боевой стресс, можно использовать различные психотерапевтические методы и техники из разных направлений, таких как когнитивная, поведенческая, гештальт-терапия, личностно-ориентированная терапия, телесно-ориентированная терапия, логотерапия и терапия искусством [6].

Жовнерчук Е.В. отмечает, что методы и техники психологической реабилитации помогают военнослужащим, участвовавшим в боевых действиях, осознать и принять пережитый опыт. Цель реабилитации – способствовать пониманию произошедшего как части жизненного пути и улучшить стратегии преодоления трудностей для успешной адаптации к мирной жизни [3].

Военнослужащие, возвращающиеся в мирную обстановку, испытывают универсальные потребности, но с высоким уровнем проявления. Желание быть понятым окружающими и получать подтверждение нравственной оправданности участия в боевых действиях.

Щербинина О.А. полагает, что военнослужащие, вернувшиеся с боевых действий, часто испытывают сильную потребность в социальном признании и желают занять более высокий статус в мирной жизни. При этом они могут испытывать трудности с адаптацией, чувствовать себя отчужденными и враждебно воспринимать окружающий мир. У них также снижается устойчивость к социальному воздействию, что делает их более уязвимыми. Социальные противоречия, которые они начинают острее ощущать, могут приводить как к дезадаптации, так и к развитию личности и новому уровню понимания [8].

Социально-психологическая адаптация включает маршрутизацию энергии и активности военнослужащих, создание привлекательных сфер реализации их активности и оказание психологической помощи. Важно обеспечить понимание и поддержку со стороны общества, чтобы предотвратить их изоляцию и враждебность. Таким обра-

зом, для успешной адаптации к мирной жизни участникам боевых действий необходима социальная и психологическая поддержка и помощь специалистов.

В заключение данной работы следует подчеркнуть, что психологическая поддержка является неотъемлемой частью реабилитации военнослужащих, вернувшихся из зон боевых действий. Стоит отметить, что формирование психологической готовности к боевым действиям и устойчивости к стрессу, наряду с всесторонней психологической поддержкой на всех этапах службы, является критически важным для благополучия военнослужащих.

Роль психологической поддержки в процессе реабилитации военнослужащих не может быть переоценена. Психологическая помощь способствует не только восстановлению психического здоровья, но и улучшению качества жизни, социальной адаптации и интеграции в гражданскую жизнь. Психологическая поддержка помогает военнослужащим справляться с эмоциональными и психологическими травмами, что, в свою очередь, способствует их успешной реинтеграции в общество. Важно, чтобы психологическая помощь была доступной, качественной и соответствовала индивидуальным потребностям каждого военнослужащего.

### Выводы

Данная статья подчеркивает ключевую роль психологической поддержки в реабилитации военнослужащих после боевых действий. Формирование психологической готовности к службе и

устойчивости к стрессу, наряду с всесторонней поддержкой на всех этапах, от подготовки до возвращения к мирной жизни, имеет первостепенное значение. Успешная адаптация требует комплексного подхода, включающего в себя не только психологические, но и медицинские, социальные и профессиональные аспекты реабилитации, в соответствии с законодательством. Важно учитывать универсальные потребности военнослужащих, возвращающихся из зоны боевых действий, особенно потребность в понимании, признании и социальной адаптации, и обеспечивать маршрутизацию их энергии в конструктивное русло. Создание эффективной системы психологической поддержки требует согласования усилий различных специалистов, адаптации к новым вызовам и постоянного совершенствования методов работы. В конечном счете, улучшение психологической работы и социальной поддержки способствует более успешной интеграции военнослужащих в мирное общество и повышению качества их жизни.

Таким образом, работа подчеркивает, что психологическая поддержка является ключевым элементом реабилитации военнослужащих после боевых действий. Эффективная система психологической помощи может значительно снизить уровень посттравматического стрессового расстройства и помочь военнослужащим успешно адаптироваться к гражданской жизни. Важно продолжать исследовать и развивать эту область, чтобы обеспечить необходимую поддержку тем, кто отдал свою жизнь и здоровье на защиту страны.

### Список источников

1. Добрых В.Е. Содержание психологического компонента реабилитации военнослужащих принимавших участие в боестолкновениях // Шаг в науку. 2023. № 2. С. 29 – 33. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhanie-psihologicheskogo-komponenta-reabilitatsii-voennosluzhaschih-prinimavshih-uchastie-v-boestolknoveniyah> (дата обращения: 19.12.2024)
2. Дубак Е.А. Некоторые проблемы психологической реабилитации сотрудников ОВД // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2008. № 2 (33). С. 57 – 60.
3. Жовнерчук Е.В. Медико-психологическая реабилитация сотрудников органов внутренних дел (современное состояние проблемы) // Медицина труда и промышленная экология. 2018. № 2. С. 6 – 10.
4. Карл фон Клаузевиц О войне. Важнейшие принципы войны. Спб.: Азбука, 2023. 864 с.
5. Струкова О.Г., Морозова Е.В., Жукова Е.В., Барышова А.Н. Организационно-методические подходы к комплексной социальной реабилитации инвалидов вследствие военной травмы, полученной в ходе проведения специальной военной операции. Методические рекомендации / под ред. М.А. Дымочки. Москва, 2023. 488 с.
6. Поршук А.С. Организация психологической реабилитации личного состава ОВД // Теоретическая и экспериментальная психология. 2020. Т. 13. № 3. С. 79 – 85.
7. Психологическая работа с военнослужащими – участниками боевых действий // Материалы IV Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум» URL: <https://scienceforum.ru/2012/article/2012002047> (дата обращения: 19.12.2024)
8. Щербинина О.А. Объективные и субъективные условия, раскрывающие развивающий потенциал противоречий // The Scientific Heritage. 2020. № 46-4 (46). С. 67 – 69.

9. Митянин Р.Н., Кокурин А.В. Организация психологической помощи военнослужащим в условиях длительного пребывания в зоне активных боевых действий // «Российский военно-психологический журнал». 2023. № 1. С. 96 – 107. URL: <https://rusmilps.ru/publikacii/1-1-2023/> (дата обращения: 10.01.2025)

10. Любущенко К.В. Психологические детерминанты успешной военно-профессиональной адаптации призывников // «Российский военно-психологический журнал» 2023. № 1. С. 103 – 113. URL: <https://rusmilps.ru/publikacii/1-1-2023/> (дата обращения: 10.01.2025)

### References

1. Dobrykh V.E. The content of the psychological component of the rehabilitation of military personnel who took part in combat clashes. Step into Science. 2023. No. 2. P. 29 – 33. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/soderzhanie-psihologicheskogo-komponenta-reabilitatsii-voennosluzhaschih-prinimavshih-uchastie-v-boestolknoventiyah> (date of access: 19.12.2024)

2. Dubak E.A. Some problems of psychological rehabilitation of police officers. Psychopedagogy in law enforcement agencies. 2008. No. 2 (33). P. 57 – 60.

3. Zhovnerchuk E.V. Medical and psychological rehabilitation of employees of internal affairs bodies (the current state of the problem). Occupational Medicine and Industrial Ecology. 2018. No. 2. P. 6 – 10.

4. Carl von Clausewitz On War. The Most Important Principles of War. St. Petersburg: Azbuka, 2023. 864 p.

5. Strukova O.G., Morozova E.V., Zhukova E.V., Baryshova A.N. Organizational and methodological approaches to the comprehensive social rehabilitation of persons with disabilities due to military injury received during a special military operation. Methodological recommendations. edited by M.A. Dymochka. Moscow, 2023. 488 p.

6. Porshukov A.S. Organization of psychological rehabilitation of the personnel of the internal affairs bodies. Theoretical and experimental psychology. 2020. Vol. 13. No. 3. P. 79 – 85.

7. Psychological work with military personnel participating in combat operations. Proceedings of the IV International Student Scientific Conference "Student Scientific Forum" URL: <https://scienceforum.ru/2012/article/2012002047> (date of access: 12.19.2024)

8. Shcherbinina O.A. Objective and subjective conditions that reveal the developmental potential of contradictions. The Scientific Heritage. 2020. No. 46-4 (46). P. 67 – 69.

9. Mityanin R.N., Kokurin A.V. Organization of psychological assistance to military personnel in conditions of long-term stay in the zone of active combat operations. "Russian Military Psychological Journal". 2023. No. 1. P. 96 – 107. URL: <https://rusmilps.ru/publikacii/1-1-2023/> (date of access: 10.01.2025)

10. Lyubushchenko K.V. Psychological determinants of successful military-professional adaptation of conscripts. "Russian Military Psychological Journal" 2023. No. 1. P. 103 – 113. URL: <https://rusmilps.ru/publikacii/1-1-2023/> (date of access: 10.01.2025)

### Информация об авторе

**Герьянская Н.О.**, кандидат педагогических наук, доцент, Новосибирский государственный университет экономики и управления, [gno@mail.ru](mailto:gno@mail.ru)

© Герьянская Н.О., 2025