

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ**

**Харківський національний університет внутрішніх справ**

**Сумська філія**

**Кафедра гуманітарних дисциплін**

**ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ**

**з навчальної дисципліни «Конфліктологія»**

**вибіркових компонент**

**освітньої програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти**

**081 Право (право)**

**№9 за темою «ВПЛИВ ВОЄННИХ КОНФЛІКТІВ НА  
ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН. ПСИХОТЕХНОЛОГІЇ РАЦІОНАЛЬНОЇ  
ПОВЕДІНКИ»**

**Суми 2023**

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 30.08.2023 р. №7

**СХВАЛЕНО**

Вченою радою Сумської філії  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 29.08.2023 р. №8

**ПОГОДЖЕНО**

Секцією Науково-методичної ради  
ХНУВС з гуманітарних та  
соціально-економічних дисциплін  
Протокол від 29.08.2023 р. №7

Розглянуто на засіданні кафедри гуманітарних дисциплін Сумської філії  
Харківського національного університету внутрішніх справ  
Протокол від 29.08.2023 р. №2

**Розробник:**

1. Професор кафедри гуманітарних дисциплін Сумської філії ХНУВС,  
канд. іст. наук, ст. наук. співр. Надія ДЕМИДЕНКО

**Рецензент:**

1. Професор кафедри психології та педагогіки Харківського національного  
університету внутрішніх справ, доктор психологічних наук, доцент  
Наталія МІЛОРАДОВА

## План лекції

1. Вплив воєнних подій на психологічний стан
2. Способи самоусвідомлення воєнних подій

## Рекомендована література

### Основна

1. Гуменюк Л. Й. Соціальна конфліктологія. Львів : ЛьвДУВС, 2015. 564 с. **URI:**[https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/445/1/Гуменюк\\_соціальна\\_конфліктологія\\_2015.pdf](https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/445/1/Гуменюк_соціальна_конфліктологія_2015.pdf)
2. Герасіна Л.М., Требі М.П. Конфліктологія : навч. посіб. Харків. : Право, 2012. 128 с. **URI:**[https://library.nlu.edu.ua/POLN\\_TEXT/POSIBNIKI\\_2012/Konfliktologiy\\_2012.pdf](https://library.nlu.edu.ua/POLN_TEXT/POSIBNIKI_2012/Konfliktologiy_2012.pdf)
3. Конфліктологія : навч. посіб. / Л. М. Герасіна, М. П. Требін, В. Д. Воднік та ін. — Х. : Право, 2012. — 128 с. **URI:**[http://library.nlu.edu.ua/POLN\\_TEXT/POSIBNIKI\\_2012/Konfliktologiy\\_2012.pdf](http://library.nlu.edu.ua/POLN_TEXT/POSIBNIKI_2012/Konfliktologiy_2012.pdf)
4. Матвійчук Т. Ф. Конфліктологія: навчально-методичний посібник. Львів : Вид-во «ГАЛИЧ-ПРЕС», 2018. 76 с. **URI:**[https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/10152/1/Матвійчук\\_Т.\\_Конфліктологія.pdf](https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/10152/1/Матвійчук_Т._Конфліктологія.pdf)
5. Яхно Т. П. Конфліктологія та теорія переговорів : навч. посіб. К. : Центр учб. літ., 2018. 175 с. **URI:**[https://resource.odmu.edu.ua/chair/download/111775/dEYMGvYF2oQMwrEwf0OHCw/Kонфліктологія\\_та\\_теорія\\_переговорів.pdf](https://resource.odmu.edu.ua/chair/download/111775/dEYMGvYF2oQMwrEwf0OHCw/Kонфліктологія_та_теорія_переговорів.pdf)

### Додаткова

1. Демиденко Н.М. Психологічні аспекти впливу засобів масової інформації в умовах війни : із досвіду Великої Британії. *Підготовка правоохоронців у системі МВС України в умовах воєнного стану* : зб. Наук. пр. / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Наук. парк «Наука та безпека». Харків : ХНУВС, 2022. С. 181-183. **URI:**<http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/12565>
2. Ніколаєнко С.О. Особливості психологічної допомоги учасникам військових дій при посттравматичному стресовому розладі. *Світогляд-Філософія-Релігія*. Суми : ДВНЗ "УАБС НБУ", 2014. Вип. 7. С. 51-62. **URI:**[http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP\\_meta&C21COM=S&2\\_S21P03=FILA=&2\\_S21STR=sf\\_r\\_2014\\_7\\_8](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=sf_r_2014_7_8)
3. Словник-довідник термінів з конфліктології / За ред. М. І. Пірен. Київ. Чернівці: Чернівецький держ. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2016. 189 с. **URI:**<https://www.uzhnu.edu.ua/uk/infocentre/get/31879>

4.Тюріна В., Солохіна Л. Вплив воєнних конфліктів на психічне здоров'я людини: короткий огляд зарубіжних досліджень. *Особистість. Суспільство. Війна*. Матеріали Міжнародної конференції. Харківський національний університет внутрішніх справ. 2022. С.116-118. <https://dspace.univd>

### **Інформаційні та навчальні ресурси в Інтернеті**

1. Електронна бібліотека юридичної літератури «Правознавець»  
URI:<http://www.pravoznavec.com.ua>

## **ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ**

### **1.Вплив воєнних подій на психологічний стан**

Війна, яку переживає українське суспільство з 2014 року, особливо після повномасштабного вторгнення РФ з 24 лютого 2022 року, порушує економічний і соціальний розвиток держави і спричиняє катастрофічний негативний вплив на життя та здоров'я громадян. Наслідки війни завдають тривалої фізичної та психологічної шкоди дорослим і дітям.

Статистика Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) свідчить, що через збройні конфлікти в світі близько 10 % людей, які пережили означені події, матимуть у подальшому серйозні проблеми із психічним здоров'ям, ще у 10% людей спостерігатимуться поведінкові зміни, які заважатимуть раціональному й ефективному функціонуванню у соціумі.

Встановлено, що найпоширенішими негативними психічними проявами є тривога, депресія, та психосоматичні проблеми (безсоння, різноманітні болі в області живота та спини).

Розглянемо закордонний огляд наслідків травмуючих подій військових конфліктів на психічне здоров'я людей. Результати досліджень наслідків громадянської війни у Камбоджі в 1960-х роках у біженців, проведені через десять років після подій, свідчать про наявність у них високого рівня психіатричної симптоматики. Встановлено, що, не зважаючи на належний доступ до отримання якісних медичних послуг, понад 80 % опитаних відчували депресію та мали низку психосоматичних проявів.

Вчені Г. Вагнер, П. Глік, У. Хаммаш та ін. проводили дослідження у Палестині серед молодих людей, які пережили війну на Близькому Сході. Було встановлено, що найбільш поширеними наслідками військового конфлікту та впливу насильства (прямого і непрямого) на психічне здоров'я постраждалих були підвищені симптоми тривоги та депресії. Констатовано, що молоді жінки проявляли меншу схильність до насильства, ніж чоловіки, але жінки частіше, ніж чоловіки, розповідали про підвищені симптоми тривоги, депресії та дистресу. Вчені виявили, що у них фаталістичне ставлення до власного життя, песимізм по відношенню до свого майбутнього найчастіше пов'язані з підвищеними симптомами депресії та дистресу, особливо серед чоловіків [3].

Результати дослідження здоров'я палестинських дітей свідчать, що серед опитаних 2601 учнів сьомих-дев'ятих класів, у 25,9 % осіб визначено наявність суїцидальних думок або планування самогубства за 12 місяців до опитування.

Суїцидальні наміри у цих дітей були вищими, у порівнянні з рівнем суїцидальних думок у підлітків у будь-якій з інших країн GSHS регіону Східного Середземномор'я. Також встановлено, що хлопчики-підлітки мали значно вищий рівень суїцидальних думок, ніж дівчатка. Це свідчить про необхідність покращення їх доступу до отримання психологічної допомоги задля підтримання належного рівня психічного здоров'я [4].

У ізраїльських дітей також мають місце негативні наслідки постійних військових конфліктів для психічного здоров'я. Результати дослідження доктора Рут Пат Хоренчик Ізраїльського центру лікування психотравми в Меморіальній лікарні Герцога свідчать, що у дітей, які проживають у місті Сдерот, показники симптомів посттравматичного стресового розладу є у тричотири рази вищими, ніж у інших дітей країни.

Тривале одинадцятирічне дослідження, яке провели вчені Х. Контесс, С. Пауелл, А. Сольдо та інші серед боснійців, які пережили війну і мешкають у постконфліктному регіоні. За результатами аналізу значень показників загального психічного здоров'я досліджуваних констатовано, що у осіб, які залишилися у зоні бойових дій з часом рівень прояву психологічних симптомів знизився, у колишніх внутрішньо переміщених осіб – зберігся, а у колишніх біженців спостерігалось зростання вказаного рівня. Вчені пояснюють одержані результати щодо рівня показників психічного здоров'я впливом травмувальних подій війни, а також збільшенням наявності психологічних стресових чинників після її закінчення. У такий спосіб вони показали, що травмувальні події війни та переміщення самих людей мають негативні і довготривалі наслідки для їх психічного здоров'я, а вплив післявоєнних стресових чинників може їх підсилювати.

Отже, проведений огляд закордонних досліджень щодо впливу наслідків війни на психічне здоров'я людини свідчить про негативний довготривалий вплив на особистість. Показано, що у жертв війни найчастіше проявляються симптоми депресії та тривоги, психосоматики, посттравматичного стресового розладу, спостерігаються схильність до насильства, а у підлітків діагностуються суїцидальні думки і наміри.

У зв'язку з цим фахівці, які досліджують психологічне здоров'я, вказують на доцільність цілеспрямованих, негайних та ефективних втручань спеціаліста-психолога одразу після травми або кризи з метою зменшення гострих стресових реакцій, на обов'язкове проведення терапевтичних і профілактичних заходів, наполягають на посиленні соціальної підтримки з метою повернення до нормального функціонування людей, котрі зазнали травмувального впливу, а також з метою зниження ризику появи симптомів посттравматичного стресового розладу в майбутньому.

## **2. Способи самоусвідомлення воєнних подій**

Переживання та усвідомлення особистістю подій відбувається в процесі створення та оповідання життєвих історій. З цією думкою погоджуються такі автори, як М. Уайт, Д. Епстон, Дж. Фрідман, Дж. Комбс, А. Ферро, Н. В. Чепелєва, Т. М. Титаренко та ін. Окремої уваги заслуговують життєві історії учасників війни (і відповідно події, що в них відображені), оскільки для них пережити й усвідомити подію надзвичайно важливо, в деяких випадках це може зберегти здоров'я, покращити якість їхнього життя, і вберегти від виникнення симптомів ПТСР.

Переживаннями життєвих військових подій не всі військові готові ділитися, а деякі, навпаки, прагнуть уникати цієї теми. Деякі категорично відмовлялися від контакту з психологом внаслідок недовіри, упередженого ставлення чи інших причин.

Тих, хто розповідає свої власні воєнні історії, можна виділили кілька основних типів :

□ **«Історія успіху»** - про те, як на війні автору та його товаришам щось вдалося, як він став сильнішим, кращим, досягнув певного успіху. Ці історії можна віднести до «чоловічих» історій, де успіх є позитивним бажаним результатом власних зусиль і самої події. Серед таких були ті, які на війні отримали військове звання, врятували життя людей, запобігли небезпечним ситуаціям і втратам, виконували відповідальні завдання тощо.

**«Історія поразки»** - як помилки, труднощі, слабкодухість, страх завадили, як усе стало гірше, як я змінився в гіршу сторону, як усе було добре, а стало погано. Часто в якості поразки оцінюється хвороба, поранення, інвалідність, отримані в результаті бойових дій, обстрілів тощо. Для таких події війни є найбільш травматичними, оскільки пов'язані не лише з самою подією війни, а й з хворобою і зміною життя внаслідок неї. Вони обурюються несправедливістю, в групових обговореннях їхні почуття (злість, агресія, відчай, розпач, обурення, гнів) захоплюють інших учасників взаємодії і виражаються як вербально, так і невербально

**«Історія зради»** - характерна саме для ветеранів війн (А. Г. Караяні, Л.А.Китаєв-Смик та ін.), які, повертаючись з війни, не бачать належної оцінки і визнання своїх заслуг від оточуючих, а надто в Україні, де ставлення до учасників війни буває неоднозначним. Ця історія наявна у тих військових, хто стикнувся з несправедливістю на службі, побував у т.зв. «котлах», кому доводилося виконувати накази командування, з якими вони не були згодні. А також у тих, хто має претензії до командування, обурюється і відчуває гнів до вищих чинів та інстанцій у цій війні, хто зіткнувся з фактами військових злочинів, незаконних дій командирів тощо.

Слід зазначити, що ця історія одна з найбільш розповсюджених серед усіх розповідей у ветеранів, з неї часто починалося знайомство з психотерапевтом поза межами кабінету психологічної допомоги, про це найчастіше вони вели розмови між собою. В цій темі багато травматичних неприємних почуттів, як відомо, у ветеранів війни почуття справедливості є загостреним, а агресивність підвищена, тому більшість дослідників наголошують на тому, що в буденних

розмовах з солдатами оточуючим краще не зачіпати таких тем, оскільки можна наразитися на їхню агресивність і призвести до серйозних конфліктів (Є.В.Лопухіна, Ф.Пьюселік, Н.Сарджвеладзе та ін.).

«Історія кохання», - це історія про те, як на війні під час бойових дій або в перерві у відпустці боєць знайшов своє кохання, про новий погляд на свої стосунки і своє кохання внаслідок нового досвіду – участі у бойових діях.

Такі історії більше притаманні жінкам військових, з якими теж проводилася робота, а також молодим людям, у яких поруч з основною подією відбулися інші події в особистому житті – знайомство, одруження, кохання, новий етап в наявних стосунках чи в сімейному житті. Ця історія не є популярною та відбувалася не так часто. Інша причина «рідкісності» цієї історії в оповідях військових полягає у тому, що вони могли соромитися говорити на інтимні теми з мало знайомою людиною, особливо якщо мова йшла про кохання до іншої жінки, а не до дружини. Як уже зазначалося рівень довіри до психолога у багатьох з них був дуже низьким через підвищену пильність і недовіру до світу після повернення з війни або через негативний попередній досвід спілкування з психологами.

«Історія втрати» - про те, що на війні відбулися втрати близьких друзів, сім'ї, домівки, своїх цінностей і т.п. І як важко втрачати.

Також це могли бути загалом втрати в житті – розлучення, смерть батьків, втрата роботи тощо. Історія втрат загалом притаманна для учасників війни і тих, хто був змушений від неї втікати. І якщо переселенці та мирні жителі під втратами мають на увазі в основному матеріальні або якісь конкретні предметні втрати (будинок, автомобіль, дитину тощо), то військові говорять про втрату опори в житті, втрату сенсу, втрату друзів, товаришів, усталеного способу життя.

Хоч звичайно матеріальні втрати, такі, як втрата зброї, техніки теж є для них подією. В історії втрати основним почуттям є горе і печаль людини, причому це саме ті почуття, які лишилися невивірженими і не пережитими, тому саме в історії учасники намагалися сформувати це переживання, усвідомити і зрозуміти, що з ними відбулося тоді і відбувається зараз. Депресивні почуття, що входять до симптомів ПТСР, також можна віднести до наслідків не пережитих втрат на війні або в результаті війни. На думку Дж. Холліса, депресія відбувається через руйнування і втрату свого Я, часто несправжнього, вигаданого і нагадує «блукання людини пустелею» (Дж. Холліс, М. Арнольд). У цей час у людини не виникає ніяких бажань, її не задовольняють ніякі стосунки, ніяка кар'єра; він бачить, що стає іншим втрачає силу духу і будь-які уявлення про можливість нового відчуття свого Я **«Історія мужності та сили духу»** - про випробування, які випали на їхню долю, про неприємності і труднощі, які було важко здолати. І титанічними зусиллями, дуже складно, їх вдалося подолати не без втрат. У порівнянні з попередніми історіями, історією втрати та успіху, які є схожими з цим видом, тут увага акцентується не на втратах, труднощах чи успіхах, тобто не на результатах, а на процесі подолання і тих якостях, які допомагали все здолати.

Автори таких історій аналізують свій характер і ті зміни, які відбулися в них внаслідок подолання складних ситуацій, акцентують увагу на тих якостях, які сформувалися або виявилися під час події. Можна сказати, що саме в цій історії помітно, що її автор знаходить або принаймні намагається знайти сенс події, рефлексує власні почуття, поведінку, усвідомлює подію не лише за її формальними показниками (місце, учасники, що сталося), а прагне побачити її внутрішній сенс і значення для свого життя. Ми вважаємо, що ця історія саме свідчить про переживання та усвідомлення життєвої події її автором.

Сучасна історія знає три категорії громадян нашого суспільства, які побували у дуже складних та, навіть катастрофічних ситуаціях, що змінили їхкардинально: змінили їх психічний стан, цінності, настановлення, а також усе інше що із цим пов'язано. Із цими змінами вони повернулися до суспільства, яке майже не змінювалося і продовжує жити своїм буденним життям. Безумовно, їм потрібно входити у таке суспільство заново, тобто **ресоціалізуватися**.

До згаданих категорій належать: воїни-афганці, люди, що постраждали від Чорнобильської катастрофи, а також – учасники бойових дій у зоні антитерористичної операції на сході України - воїни АТО, військові, учасники російсько-української війни, що розпочалася у 2014 році.

Про дві перші категорії багато сказано, багато написано. Існує велика кількість досліджень, присвячених розв'язанню психологічних проблем, що виникали у цих людей. Дослідження соціально-психологічних проблем, пов'язаних із третьою категорією тільки розпочинаються: формулюються основні питання, окреслюються проблеми, намічаються шляхи допомоги.

Якщо загалом проаналізувати соціально-психологічну ситуацію, що склалася навколо учасників російсько-української війни, можна зробити такі попередні висновки.

1. Психологічний стан воїнів, які повертаються з війни, а також їх новий соціальний статус часто стає проблемою як для них самих, так і для суспільства.

2. Військовослужбовцям, нацгвардійцям, добровольцям, що повертаються з війни стають незрозумілими проблеми, якими живе сучасне мирне суспільство.

3. Ці люди, повертаючись до мирного життя, відчують себе залишеними.

4. Військові, які мають ті чи інші психологічні проблеми категорично не бажають звертатися за допомогою до психолога.

У віськових ветеранів появляється синдром «мобілізованого». Військові, які повертаються з фронту, не можуть звідти повернутися психологічно. Вони продовжують воювати у мирному житті: проти несправедливості, протипоганих людей і завжди знаходять привід повоювати. Вони носять із собою зброю, вибухівку, гранати. Їх відправляють до психіатричних відділень військових госпіталів щоб не саджати до в'язниці, а іноді й - саджають. Вони гинуть від необережного поводження зі зброєю та призводять до загибелі



рідних та друзів. Вони втрачають роботу, бізнес, сім'ї. Вони здійснюють самогубства, вони хочуть змінити світ навколо, але вони відмовляються змінюватися самі, або змінювати своє непримиренне ставлення до навколишнього світу.

Другу психологічну особливість можна назвати – симптом «зайвості» або симптом «зайвої людини». Ця особливість характеризується наступним. Оскільки воїни перебували в ситуації де існує лише два кольори чорний і білий; життя і смерть; дружба і зрада; ворог і друг; свій і чужий і ця ситуація стала для них на цей час найбільш значимою у житті, вони неможуть і не хочуть прилаштовуватися до суспільства, у якому існують нетільки різні кольори, але й різні відтінки тих кольорів. Через це вони втрачають соціальні зв'язки.

Третя психологічна особливість впливає із другої. Тобто, людина, яка «відрізала» себе від незрозумілого їй суспільства, відчуває себе залишеною. Отже, третій симптом «Синдрому бійця» - симптом «відчуття залишеності». Існує ще й четверта, на наш погляд найскладніша для нас – психологів особливість. Це категоричне небажання звертатися по допомогу до психолога, яке ми назвали «симптомом Справжнього Чоловіка».

Отже, задля подальшого успішного функціонування нашого суспільства, необхідно з одного боку, робити усе, для успішної соціально-психологічної адаптації та ресоціалізації військових і всіх громадян, які отримали психологічні травми в результаті війни, а з іншого – готувати суспільство до вироблення толерантного ставлення до даної категорії населення України.