

## **АФАНАСЬЄВА НАТАЛЯ ЄВГЕНІВНА**

доктор психол. наук, доцент,  
доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах  
Національного університету цивільного захисту України

**AFANASIEVA NATALIA**

Doctor of Psychology, docent,  
Associate Professor at the Department of Psychology  
of activity in special circumstances  
National University of Civil Defence of Ukraine

### **ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИЙ ЕФЕКТ УЧАСТІ У БОЙОВИХ ДІЯХ**

Психотерапія існує в суспільстві, розвивається відповідно до його потреб та трансформується у зв'язку з формуванням нових потреб та проблем, появою нових соціальних об'єктів та явищ. Простір життєдіяльності спільноти умовно поділяють на регулярну та екстремальну зони. Регулярна зона – це політичне та соціальне життя, розвиток культури та технологій, легітимні політичні дії, які сприяють безперервному розвитку соціальної структури. Екстремальна зона – це війна, революція, катастрофа, екстремістські дії, які характеризує: знищення соціальної ідентичності; руйнування суспільства; використання нелегітимних політичних методів; загроза загибелі або ізоляції людей. Перебування у екстремальній зоні спонукає особистість до пошуку нових стратегій виживання, що потребує подолання звичних стереотипів поведінки та способів прийняття рішень, розвитку здатності до нестандартних дій. Екстремальна зона привертає увагу творчих, інтелектуальних та активних особистостей. Вони вбачають у ній можливість створити новий кращий світ.

Деяких осіб війна привертає можливістю здійснити глибоку особистісну трансформацію, знайти нові сенси існування. Саме для таких людей війна стає психотерапевтом. «Ефектами» участі у бойових діях є: загострення інтелекту; переживання особливих екстатичних станів; пробудження почуття

товариськості, наслідком якого стає поява рефлексу рятувати іншого іноді ціною величезного ризику або навіть власного життя. Але у певної частини учасників з'являється особливий досвід: глибокі внутрішні перетворення, що мають аналогію з переживаннями, які викликають інтенсивні психотерапевтичні технології. По-перше, це пов'язано з прийняттям рішення перебування у екстремальній зоні, яка загрожує смертю або каліцтвом, що декларує наявність у людини цінностей більш значущих, ніж її життя, а саме: захист нації, Держави, віри. По-друге, перебування у зоні бойових дій потребує від особистості розрізнити світ його ідеалів та світ, у якому відбувається реалізація ідеалів. Існують різні шляхи розв'язання цієї проблеми, але тільки один призводить до внутрішньої трансформації – це усвідомлення світу війни, як єдиного місця для здійснення розвиваючого внутрішнього завдання. По-третє, перша зустріч зі справжньою смертю або каліцтвом формує унікальний трансперсональний досвід, який, за умовою усвідомлення, стає основою внутрішнього перетворення та розвитку.

У зміненій свідомості пробуджуються етнічні та культурні архетипи, традиційні етнічні бойові норми, які починають впливати на поведінку бійців. Традиційна для українців поведінка на полі бою – це понад хоробрість, в основі якої лежить потреба посилити небезпеку середовища, подовжити «гру зі смертю». Смерть починає сприйматися, як жива істота, яка «розмовляє» з бійцями мовою подій. Вони зазвичай розуміють, що «хотіла сказати смерть», відхиливши рух кулі, розмістивши між розривом гранати і бійцем кам'яну колону тощо. Змінена свідомість породжує змінення поведінки, що призводить до залученню учасників бойових дій до цінностей вищого порядку і набуття інтенсивного почуття спільності. Виділяючись з маси звичайного населення, стікаючи в зону локального конфлікту, бійці створюють свої зв'язки і свої структури, які, не є структурами організаційними, але є структурами нового етнічного поля, яке, в силу своєї напруженості, може стати провідним у всьому майбутньому устрої спільноти.

Останнім випробуванням стає повернення в звичайну і багато в чому ігрову дійсність, що означає одночасне прийняття її ілюзорного і реального характеру. Усвідомлено пройшовши весь шлях, людина стає володарем прямого знання трьох сторін життя, які в своєму поєднанні підсилюють одна одну: знання ідеального світу Долі та Волі, в якому вона вперше знайшла якості суб'єкта усвідомленої дії; матеріального світу позбавленого чіткого сенсу насильства; ілюзорного світу ігрового зображення цих двох світів, в якому протікає більша частина життя сучасної людини. Тим самим, війна стала по відношенню до людини психотерапевтом, сформувала здатність розрізнення цих трьох сторін життя, змішання яких, як правило, є глибинною основою неврозу і життєвої кризи. Психотерапевтична і психотрансформаційна функція війни, проте, стосується лише тих, хто зробив свій свідомий і вольовий вибір участі в ній.

Очевидність високих розвиваючих і зцілюючих можливостей війни в порівнянні з ігровими та інтенсивними психотерапевтичними і трансформаційними практиками ставить перед психологами складну проблему. Повинні бути знайдені настільки ж ефективні методи, що і в природних екстремальних умовах стимулюють людину до власної активності й прийняття відповідальності за наслідки своїх рішень. Психологи повинні самі мати досвід знайомства з усіма трьома світами. Але подібно до того, як неможливо провести через військовий досвід всіх клієнтів психотерапевта, неможливо і знайти екстремальний досвід всім практикуючим психологам. Однак не можна ігнорувати той факт, що існує реальна трансформаційна практика війни, якою професіонал не може знехтувати.

Неможливо транслювати в регулярну зону екстремальний досвід засобами мови, який формується в екстремальній зоні, є адекватним тим зміненим станам свідомості, які породжує близькість смерті. Зрозуміти екстремальне явище можна лише завдяки формуванню особливої свідомості, що поєднує в собі ключові регулярні й екстремальні характеристики. Ця свідомість може бути сформованою при використанні спеціальних деконцентративних

психотехнологій, які повинні включатися в процес професійної підготовки психолога.