

## К вопросу о совершенствовании организации профилактики ПТСР и психореабилитационных мероприятий в работе психолога с участниками СВО

**Гнездилов Г.В.**

Государственный университет просвещения (ГУП), Москва, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-5204-9080>, e-mail: [gnezdilov@mail.ru](mailto:gnezdilov@mail.ru)

**Киселев В.В.**

Российский государственный социальный университет (РГСУ), Москва, Российская Федерация  
ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4033-2685>, e-mail: [quisellov@mail.ru](mailto:quisellov@mail.ru)

### **Резюме**

В статье раскрывается история развития представлений о посттравматическом стрессовом расстройстве (ПТСР) у военнослужащих: с древнейших времен, когда первые случаи психогенных потерь были описаны в «Истории» Геродота, до Специальной военной операции (СВО) на территории Украины, в ходе которой классический «снарядный шок», известный еще со времен Первой мировой войны, дополнился дронабоязнью и ее психологическими последствиями. **Цель данной статьи** — выявить возможности совершенствования организации профилактики ПТСР и психореабилитационных мероприятий в работе психолога с участниками СВО.

**Дизайн исследования.** На основе анализа реальных случаев ПТСР у военнослужащих, описанных в средствах массовой информации в открытом доступе, осуществить выявление психологических сложностей в решении боевых задач, а также проблем подготовки военнослужащих к условиям СВО и оказания им психореабилитационной помощи в соответствующих учреждениях.

**Результаты.** В ходе исследования мы пришли к следующим результатам:

1. При подготовке командного состава ВС РФ необходимо максимально насытить программы обучения знаниями, умениями и навыками психологического характера.
2. В рамках психологической подготовки воинов необходимо учитывать особенности возникновения «снарядного шока» и дронабоязни.
3. При реализации психореабилитационных мероприятий необходимо учитывать специфику психотравмирующего опыта бойцов СВО.

**Вывод:** использование разработанных авторами предложений в организации учебных мероприятий и оказании помощи участникам СВО будет способствовать снижению психогенных потерь в боевой деятельности и повышению боеспособности ВС РФ.

**Ключевые слова:** воины, посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР),

*Гнездилов Г.В., Киселев В.В.*

К вопросу о совершенствовании организации профилактики ПТСР и психореабилитационных мероприятий в работе психолога с участниками СВО  
Экстремальная психология и безопасность личности.  
2025. Том 2. № 1. С. 26–39.

*Gnezdilov G.V., Kiselev V.V.*

On the Issue of Improving the Organization of PTSD Prevention and Psychorehabilitation Measures in the Work of a Psychologist with Participants of the SMO  
Extreme Psychology and Personal Safety.  
2025. Vol. 2, no. 1, pp. 26–39.

«снарядный шок», психореабилитация, Специальная военная операция (СВО), дронабоязнь, психогенные потери

**Для цитаты:** *Гнездилов Г.В., Киселев В.В.* К вопросу о совершенствовании организации профилактики ПТСР и психореабилитационных мероприятий в работе психолога с участниками СВО [Электронный ресурс] // Экстремальная психология и безопасность личности. 2025. Т. 2. № 1. С. 26—39. DOI:10.17759/epps.20250200103

## **On the Issue of Improving the Organization of PTSD Prevention and Psychorehabilitation Measures in the Work of a Psychologist with Participants of the SMO**

***Gennady V. Gnezdilov***

State University of Education (SUE), Moscow, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-5204-9080>, e-mail: [ggnездиллов@mail.ru](mailto:ggnездиллов@mail.ru)

***Vadim V. Kiselev***

Russian State Social University (RSSU), Moscow, Russia

e-mail: [quisellov@mail.ru](mailto:quisellov@mail.ru)

### ***Abstract***

The history of the development of ideas about post-traumatic stress disorder (PTSD) in military personnel: from ancient times, when the first cases of psychogenic losses were described in Herodotus's "History", to the Special Military Operation (SMO) in Ukraine, during which the classic "shell shock", known since the First World War, was supplemented by dronophobia and its psychological consequences, is revealed in the article.

**The purpose of this article** is to discover the possibilities of improving the organization of PTSD prevention and psychorehabilitation measures in the work of a psychologist with SMO participants.

**Research design.** Based on the analysis of real cases of PTSD of military personnel described in the media in the public domain, to identify psychological difficulties in solving combat missions, as well as problems of preparing military personnel for the conditions of the SMO and providing them with psychorehabilitation assistance in the relevant institutions.

**Results.** During the study, we came to the following results:

1. When training the command staff of the RF Armed Forces, it is necessary to saturate the training programs with knowledge, skills and abilities of a psychological nature as much as possible.
2. As part of the psychological training of soldiers, it is necessary to take into account the peculiarities of the occurrence of "shell shock" and dronophobia.
3. When implementing psychorehabilitation measures, it is necessary to take into account the specifics of the psycho-traumatic experience of the fighters of the SMO.

**Conclusion:** the use of the proposals developed by the authors in organizing training events

and providing assistance to participants of the SMO will help to reduce psychogenic losses in combat operations and increase the combat readiness of the RF Armed Forces.

**Keywords:** warriors, post-traumatic stress disorder (PTSD), “shell shock”, psychorehabilitation, Special Military Operation (SMO), dronophobia, psychogenic losses

**For citation:** Gnezdilov G.V., Kiselev V.V. On the Issue of Improving the Organization of PTSD Prevention and Psychorehabilitation Measures in the Work of a Psychologist with Participants of the SMO. *Ekstremal'naya psikhologiya i bezopasnost' lichnosti = Extreme Psychology and Personal Safety*, 2025. Vol. 2, no. 1, pp. 26–39. DOI:10.17759/epps.2025020103 (In Russ.).

## Введение

Несмотря на присутствующую с древних времен в культурах многих народов героизацию воинов, отдающих долг отчизне (у римлян, к примеру, слово *bellum* означало одновременно «война» и «красивое»), ведение боевых действий сопряжено с рядом психотравмирующих факторов, пережить которые без последствий дано далеко не каждому (страх собственной гибели; неприглядный вид умерщвленных и раненных противников, однополчан и случайных жертв из числа мирных граждан с обеих сторон; разрушения гражданской инфраструктуры).

Вероятно, одни из самых первых упоминаний психогенных боевых травм мы можем найти в «Истории» Геродота, который рассказывает о странной, не связанной с физическими ранами слепоте, поразившей Эпизелуса, сына Купфагора, сражавшегося на стороне афинян в битве при Марафоне, при виде сильного и опасного противника [12, с. 416]. Однако зарождение научного и практического интереса к психологическому обеспечению выполнения боевых задач пришлось на годы Первой мировой войны, которую в западной историографии принято называть Великой.

Именно в годы Первой мировой войны появились новые негативные психологические реакции у военнослужащих: танкобоязнь, самолетобоязнь и «снарядный шок», имеющий преимущественно психогенный характер<sup>1</sup> [11]. Идентифицированы специфические характерные признаки проявления этих страхов: скукоживание частей тела, втягивание головы в плечи, подъем вверх плеч и плечевых частей рук, их тремор, дрожание и других частей тела или всего корпуса, наклоны корпуса, быстрый бег согнувшись, приседания, стремление быстрее спрятаться в укрытие, залечь на землю (за бугорок), повышенная потливость, суетливость, сильное покраснение или побледнение лица [13; 14].

Возникновение подобных реакций связано с совершенствованием средств ведения войны и необходимостью находиться под артобстрелами и бомбежками на протяжении долгого времени, что постепенно приводит к адаптации и рутинизации жизни в таких условиях, но поначалу может «вывести из строя» психику бойца.<sup>2</sup> Тем не менее «снарядный шок» рассматривался военным командованием как проявление трусости у солдат, а не состояние крайнего стресса. Так, в 1917 году в Англии, через два года после введения в научный обиход,

<sup>1</sup> *Первая психическая. Ракурс* (2014, Июнь 02). Kommersant.ru: Журнал «Огонёк». URL: <https://www.kommersant.ru/doc/2480619> (дата обращения: 17.12.2024)

<sup>2</sup> *What World War I taught us about PTSD*. [б. г.]. Conversation. (2018, November 8). URL: <https://theconversation.com/what-world-war-i-taught-us-about-ptsd-105613> (viewed: 17.12.2024)

понятие «снарядный шок» было запрещено использовать в военно-медицинской документации.<sup>3 4</sup> Куда более жестоко к психотравмированным инвалидам Первой мировой войны относились в гитлеровской Германии, где они исключались из солдатского сообщества, лишались боевых почестей, а позже даже подвергались физическому уничтожению [7, с. 14].

Тем не менее во время Второй мировой войны количество психогенных потерь оставалось весьма значительным, даже несмотря на наличие у военнослужащих предыдущего боевого опыта, и к признакам ПТСР стали причислять сверхбдительность, депрессивные и параноидальные переживания, психогенную амнезию, а в качестве терапии психиатры в США стали предлагать употребление алкоголя, барбитуратов и отдыха в глубоком тылу<sup>5</sup>.

Опыт противодействия «снарядному шоку» был выработан еще во время наполеоновских войн, что находит отражение в известных исторических случаях и в произведениях искусства, хотя стоит признать, что в этот период точность попадания снарядов и пуль в противника была крайне низкой, а потому шансы выжить были намного выше. Важную роль в ведении боевых действий играла скорость зарядки солдатами пушек и винтовок в целях увеличения количества выстрелов по врагу, что повышало вероятность попадания в цель. Весьма известным примером является сюжет картины «Генерал Бонапарт на Аркольском мосту», изображающей реальную ситуацию боя, когда Наполеон единолично повел за собой французскую армию в атаку на мост при Арколе под шквальным огнем австрийцев в ноябре 1796 года. Аналогичные примеры неоднократно встречались в битве при Бородино и со стороны русской армии [2], что нашло отражение в романе Л.Н. Толстого «Война и мир» [9]. Так, в сражении под Бородино князь Болконский вел свой полк в атаку на французов под шквальным артиллерийским огнем. При этом он не уклонялся от снарядов врага, показывая своим подчиненным психологическую устойчивость, мужество и героизм. И несмотря на то, что сам он был тяжело ранен в этом бою (а в последующем и потерял жизнь), его подчиненные брали пример со своего командира при выполнении боевых задач и не поддались «снарядному шоку», оставались в боевом строю до конца сражения.

При штурме редутов и необходимости прорыва построений противника в шеренги такая тактика была весьма оправданной, но уже в годы Первой мировой войны стала почти убийственной, что привело к снижению динамики штурмовых действий и переходу к затяжной окопной войне, минимизирующей риски гибели от артобстрелов. Еще менее она применима в современных условиях войны, когда важную роль играет маскировка и незаметность, знание основ передвижения по местности, создание ложных целей, отказ от «кучкования» в группы, незаметные заходы противнику во фланг — в противном случае риск гибели серьезно увеличивается.

К числу психотравмирующих факторов следует отнести не только страх гибели от снарядов, но и само созерцание трупов павших. Подобный случай описывал в своих воспоминаниях об австро-венгерском плене в годы Первой мировой войны сотрудник

<sup>3</sup> *World War I. History of PTSD*. [б. г.]. WordPress.com. URL: <https://historyofptsd.wordpress.com/world-war-i/> (viewed: 17.12.2024).

<sup>4</sup> Alexander, C. *The Shock of War. World War I troops were the first to be diagnosed with shell shock, an injury — by any name — still wreaking havoc*. (2010, September). Smithsonian magazine. World War I: 100 Years Later. URL: <https://www.smithsonianmag.com/history/the-shock-of-war-55376701/> (viewed: 17.12.2024).

<sup>5</sup> *World War II. History of PTSD*. [б. г.]. WordPress.com. URL: <https://historyofptsd.wordpress.com/world-war-ii/> (дата обращения: 17.12.2024).

Коминтерна Л.В. Кацов, рассказывая о пребывании в лагере «Шлахт фельдерей абтейлунг» под Перемышлем, в котором военнопленных хорошо кормили, поили кофе и ромом, но в их задачу входило разрытие братских могил на поле сражения и отдельное перезахоронение австрийцев от русских, венгров и чехов, что автор рассматривал как признак австрийского национализма [5, с. 126—129]. В результате выполнения такой работы русские военнопленные страдали от кошмаров, им снились покойники и артиллерийский огонь, мерещились призраки, многие сходили с ума, а надежда австрийцев на минимизацию стресса благодаря алкоголю и обильной пище вместо привычного для лагерей жидкого супа не оправдалась.

Еще большее значение данный психотравмирующий фактор приобрел в условиях Специальной военной операции (СВО) на территории Украины, особенно при поражении противоборствующими сторонами складов с боеприпасами, когда возле них собираются представители разных частей и соединений с целью загрузки боеприпасов. Контроль и учет собравшихся на складах военнослужащих (а соответственно, и погибших в ходе ударов по складам) при таких поражениях крайне затруднителен, а после завершения пожаров на складах и разрывов снарядов требуется идентификация погибших военнослужащих для осуществления последующих действий с телами и останками. Бойцам, принимавшим участие в таких мероприятиях, требуется особенно серьезная психологическая помощь. Но направить туда психологов для работы с ними не представляется возможным, в том числе по причине опасности повторных ударов по этим складам, действий диверсионно-разведывательных групп (ДРГ) по пути следования транспорта к месту назначения, необходимости выделения средств боевого охранения и отрыва дополнительных, нередко дефицитных сил для его осуществления.

В годы Великой Отечественной войны негативные психологические реакции проявились у наших воинов в значительной степени, так как технический прогресс позволил, по сравнению с Первой мировой, существенно увеличить скорости движения, размеры технических средств, их боевую и огневую мощь, придать им устрашающий вид. Это потребовало планирования, организации и проведения специальных мероприятий (занятий) по психологической подготовке военнослужащих для целенаправленного преодоления возникающих от этих угроз страхов и обеспечения активного противодействия противнику в бою, который применял эти боевые средства и создавал опасность жизни и здоровью наших бойцов.

В ходе Первой чеченской войны под новый 1995 год в бою на вокзале в Грозном психологический шок испытали наши воины под воздействием минометного и гранатометного обстрела со стороны боевиков. Когда огонь прекратился и появилась возможность организованно отступить, некоторые психотравмированные в бою воины сели на снег вместо осуществления активных тактических действий [1; 6].

В ходе СВО зафиксировано новое негативное психологическое явление, наблюдающееся в процессе различных этапов боевых действий, — дронобоязнь. Использование дронов позволило сделать ведение боевых действий менее контактным и более обезличенным, увеличив при этом эффективность артиллерийских обстрелов и бомбометания в десятки, а то и в сотни раз, что изменило тактику подавления огневых точек противника<sup>6</sup>. При этом

---

<sup>6</sup> Эксперт: объективный контроль БПЛА кратно повысил эффективность работы артиллерии в СВО. [б. г.]. ТАСС. Эксклюзив. URL: <https://tass.ru/armiya-i-opk/20901137?ysclid=m4sc4pjwe1638108451> (дата обращения: 17.12.2024).

стоимость производства дронов относительно невелика и их можно выпускать массово, в отличие от дорогостоящей авиации. Встреча бойца с дроном становится серьезным испытанием: здесь сказывается фактор неожиданности (внезапности по времени и направлению применения), необходимости быстрого принятия решения (дефицит времени в бою), наличия навыков уничтожения быстро меняющейся в воздухе траекторию цели и способности увернуться от удара дроном или сброшенной с него гранаты, а также любого другого боевого заряда.

Имеются героические примеры противоборства с дронами наших военных. Так, рядовой Рустам Худайнуров отбивался от атаки трех боевых дронов в Марьинке, пригороде Донецка, в 2022 г.<sup>7</sup> Когда прилетел первый дрон, Рустам и его боевые товарищи открыли по нему огонь. Первая граната от этого дрона досталась именно Рустаму, бронжилет спас живот от поражения, но при этом пострадали нога, рука и голова бойца. Первые 10 минут он не мог двигаться. За это время прилетел второй дрон и кружил над ним. Когда воин зашевелился, коптер сбросил на него вторую гранату. Зная, что в его распоряжении есть 1–2 секунды, Рустам решил откинуть эту гранату от себя. Но, пролетая над его ногами, она взорвалась и поразила ноги в нескольких местах. Пустой вражеский дрон улетел, поэтому воин попытался ползти в сторону своего подразделения, но от потери крови вновь потерял сознание. Он пришел в сознание от того, что над головой завис третий боевой дрон. Вражеский оператор увидел, что наш боец вновь пришел в сознание, и сбросил на него третью гранату. Враг превратил охоту на Рустама в своего рода развлечение: дроны бомбили его, улетали и прилетали вновь. При этом дронавод снимал все происходящее на видео, а затем выложил снятое в Интернет, видимо, полагая, что унижит тем самым российского воина. На деле, не сознавая этого, он придал всеобщей огласке историю настоящего подвига Рустама Худайнурова, не побоявшегося «летающей смерти» в тот момент, когда у него уже почти не осталось никаких физических сил, но не было и страха, ужаса, паники — наоборот, была полная мобилизация последних психофизических ресурсов и четко функционировала мыслительная деятельность. Российский воин продемонстрировал скрытые ресурсы человека: в ситуации борьбы за свою жизнь и стремлении выполнить боевую задачу, бывший донецкий шахтер оказался способен на то, на что в мирной жизни, как ему казалось, способен не был.

Серьезные изменения в тактике боевых действий из-за использования дронов вызвали необходимость создания нового, никогда ранее не существовавшего рода войск — войск беспилотных систем, решение о создании которых в нашей стране было официально объявлено 16 декабря 2024 года министром обороны РФ А.Р. Белоусовым.<sup>8</sup> В соответствии с этим решением требуется существенное совершенствование тактики противодействия вражеским беспилотникам со стороны наших военнослужащих, что обязательно должно сопровождаться серьезным овладением приемами психологической самопомощи и организацией такой помощи военнослужащим со стороны психологического актива. Даже

<sup>7</sup> Специальная военная операция. (2022, Ноябрь 26). «Прощай с жизнью»: Рустам Худайнуров — о схватке с украинским дроном [Видео]. НТВ. URL: <https://www.ntv.ru/novosti/2735225/?ysclid=m5o0ihonc276284616> (дата обращения: 08.01.2025).

<sup>8</sup> Владимир Путин поручил создать войска беспилотных систем. [б. г.]. METRO: Россия. URL: <https://www.gazetametro.ru/articles/vladimir-putin-poruchil-sozdat-vojska-bespilotnyh-sistem-16-12-2024> (дата обращения: 08.01.2025)

использование охотничьих ружей в борьбе с летающими беспилотниками, помимо их наличия в войсках, требует специальной психологической подготовки.

### **Профилактика ПТСР у участников СВО: особенности содержания и организации**

Психологическая помощь военнослужащим от дронобоязни должна начинаться заблаговременно, задолго до встречи бойцов с коптерами. Для этого необходимо проводить специальные занятия, воздействующие на сознательную сферу психики воинов:

1) формирующие знания: изучение различных типов этих дронов, их характерных визуальных признаков, размеров, внешнего вида, особенностей звука, издаваемого при движении. Эти знания необходимы для развития навыков точной идентификации типов дронов (как этому учат в системе ПВО по отношению ко всем летающим аппаратам), определения их предназначения (разведывательный или ударный) и отработка тактики противодействия им. Если это боевой дрон, например, «Баба-Яга», значит его задача — убивать наших военнослужащих уже сейчас; если это разведывательный дрон, то он быстро сможет передать разведывательную информацию на командный пункт противника, и вскоре надо будет ждать ударов большой мощности от артиллерии, ракетных установок или боевых дронов;

2) формирующие практические навыки по уничтожению дронов: каждый воин должен быть обучен тому, как он может противодействовать любому из имеющихся типов вражеских дронов, как уничтожить их и остаться при этом живым самому, как уклоняться от них, как применять охотничьи ружья, показавшие большую эффективность на поле боя, нежели специальные китайские антидроновые ружья, способные заглушить любой радиосигнал, но только в нескольких метрах от самого бойца, а в случае их отсутствия — личное вооружение, средства радиоэлектронной борьбы (РЭБ) и т. д.

Кроме целенаправленного воздействия на сознательную сферу психики бойцов в ходе специальных занятий, проводимых с ними, наши военнослужащие должны владеть способами оказания психологической помощи самим себе (самопомощи), а также своим боевым товарищам или подчиненным посредством приемов влияния на бессознательную сферу психики. Особую ценность такие психологические знания, равно как умения и навыки действий, имеют для командного состава – начиная с командиров взводов и рот, которые должны понимать психологические механизмы мотивации бойцов для решения боевых задач, а также поддержания боевого духа и дисциплины во вверенных им подразделениях в любых, даже самых экстремальных ситуациях.

Все вышесказанное свидетельствует о необходимости поиска новых приемов, средств и способов психологической подготовки личного состава ВС РФ к боевой обстановке в условиях быстро изменившейся тактики боевых действий с применением беспилотных летательных и других средств (дронов), дистанционного минирования, огнеметания на большие расстояния, объемных взрывов (газо-воздушной смеси), применения противостоящими сторонами средств радиоэлектронной борьбы (РЭБ), невозможности оперативного внесения функционально-должностных тактических изменений в боевые уставы в процессе самой войны, отсутствия психологов в сетях боевого управления и предусмотренного для них официального рабочего места на командных пунктах и в других

органах управления, что никогда не регламентировалось боевыми уставами. В этой связи выглядит обоснованным:

1) целенаправленное формирование психологического актива из числа командиров всех уровней руководства, младшего командного состава и рядового состава — по аналогии с партийным и комсомольским активом в годы Великой Отечественной войны;

2) перестройка системы подготовки и обучение всех категорий психологического актива:

а) офицеров — в вузах: безусловно требуется увеличение учебных часов на освоение навыков организации и проведения с подчиненными военнослужащими конкретных мероприятий психологической подготовки к боевой деятельности для формирования у них психологической готовности, устойчивости и надежности профессиональных действий в условиях влияния на них негативных психологических факторов современного боя, в том числе и с использованием новых технических средств борьбы, а также увеличение времени обучения в системе командирской и военно-политической подготовки офицеров в частях (в зимнем и летнем периодах обучения войск — по специально разработанным и спланированным программам);

б) прапорщиков (мичманов) — во время обучения в военных вузах на спецфакультетах по отдельным программам, а также в системе военно-политической подготовки прапорщиков (мичманов) в воинских частях (также по специальным программам подготовки в войсках);

в) сержантов — в «учебках» и также по отдельным программам в системе военно-политической подготовки и во время занятий по боевой подготовке в части;

г) психологических активистов из числа рядового состава — в системе военно-политической подготовки рядового состава в воинской части (а до этого в средних школах — в процессе специальной военной подготовки), а также во время воинской службы: перед заступлением в караул и на боевое дежурство, во внутренний и гарнизонный наряды и в ходе выполнения всех этих видов служебных задач (не забывать об этом и во время проверки эффективности выполнения этих видов деятельности со стороны ответственных должностных лиц). На занятиях по боевой подготовке рекомендуется планировать специальные мероприятия по отработке приемов и способов самопомощи и оказания психологической помощи нуждающимся в ней боевым товарищам.

Освоение знаний, умений и навыков оказания в динамике боевой деятельности психологической помощи себе, подчиненным и коллегам должно осуществляться при непосредственном методическом сопровождении военными психологами [4]. Целенаправленная организация такой деятельности призвана обеспечить прирост уровня профессиональной и психологической готовности всех категорий военнослужащих к эффективному выполнению любых задач в быстро меняющихся условиях современной боевой деятельности. Результативность этой работы должна оцениваться отдельно по специально разработанным критериям и показателям в каждом периоде обучения (летнем и зимнем) в ходе боевой подготовки войск, а во время боевых действий — поэтапно в процессе выполнения боевых задач.

## **Перспективы организации психореабилитационной работы с участниками СВО**

Не менее плановой (целенаправленной) организации требует и проведение психологической реабилитационной работы с бывшими участниками боевых действий.

Известно, что даже сегодня, как и во времена Первой мировой войны, вызывает много споров вопрос признания бывших участников сражений лицами с посттравматическим стрессовым расстройством. И это несмотря на то, что в наше время уже накоплено достаточно много психодиагностических средств, необходимых для уверенного определения именно таких категорий военнослужащих. Известно, что такую диагностическую работу осложняет, кроме всего прочего, также и негативное отношение к ней самих ветеранов боевых действий.

Так, военный психолог — участница боевых действий в Чечне майор Светлана Лазарева, воевавшая в той кампании в должности психолога мотострелковой бригады, дала весьма интересное интервью в марте 2024 года, в котором поделилась своими размышлениями о проблемах психологического сопровождения боевых действий наших войск в СВО, и особое внимание уделила анализу трудностей работы психологов с бывшими участниками этой войны, которых принято называть лицами с посттравматическим стрессовым расстройством (ПТСР). Как опытный психолог, имеющий реальный боевой опыт и навыки работы с посттравматиками, она с горестью отмечает, что «сегодня вокруг участников СВО возник психологический бум из-за того, что медицинские центры навязчиво предлагают свои услуги по реадaptации их к мирной жизни, а Министерство здравоохранения РФ призвало подведомственные учреждения оказывать участникам спецоперации психологическую помощь».<sup>9</sup> К сожалению, многие из них стремятся получить госзаказ на данный вид специфической деятельности, естественно, с сопутствующим коммерческим интересом, и не важно, есть ли у них подготовленные кадры для качественной реализации этой деятельности.

Как показывает практика взаимодействия авторов этой статьи с некоторыми из таких организаций, очень большой интерес к развертыванию данного направления работы проявляли уже в 2022—2023 гг. именно те из них, которые своих подготовленных кадров для реализации этой деятельности не имели. А когда под этот вид труда им не удалось получить госзаказ и выделения желанных государственных денежных средств, они, как ни странно, тут же потеряли к нему всякий интерес, несмотря на подготовленную для них специальную комплексную программу психореабилитационной работы с посттравматиками, включающую в себя разделы индивидуальной, групповой и семейной помощи — по всем направлениям взаимодействия с ними: социальная, социально-психологическая и индивидуально-личностная работа. Такая работа предполагает отдельные программные блоки для специальной подготовки психологов, врачей, младшего медицинского персонала и социальных работников к оказанию эффективной психореабилитационной помощи участникам СВО.

В наше время намного качественнее, чем это было в афганскую, чеченскую и другие военные кампании, организовано социальное и медицинское обеспечение бывших бойцов при возвращении их в места постоянного жительства из зоны боевых действий. Однако и сейчас встречаются вопиющие случаи с бывшими участниками СВО. Так, Никита Носов, вернувшийся в Уссурийск без руки, был встречен на малой родине бандитами, которые потребовали «делиться» с ними заработанными в боях деньгами. Когда он пришел в отделение полиции с заявлением об этом, то на его глазах заявление было порвано, и бывший воин

---

<sup>9</sup> *Откровения военно-полевого психолога о войне: Кто сможет там выжить, и как это сделать* (2024, Март 10). Dzen: Царьград. URL: <https://dzen.ru/a/Ze3MEuoVMDonBPxU?ysclid=m4txu0qxcz140793140> (дата обращения: 08.01.2025).

получил угрозу, что полиция его защищать перед бандитами не будет, раз он мешает им своими заявлениями. Бывшего бойца СВО, получившего тяжелое ранение, довели на родине до попытки самоубийства.<sup>10</sup>

По причине использования командных методов организации психореабилитационной работы в медицинских учреждениях всех ветеранов СВО направляют к психологу, который, реализуя свою профессиональную психодиагностическую функцию, первым делом предлагает им пройти тестирование. Как считает С. Лазарева, это все равно что визит в поликлинику начинать с проктолога: пациенту при этом неудобно и неприятно, ему надо раздеться и «позволить в себя залезть», с той лишь разницей, что психолог пытается «залезть в душу».<sup>11</sup> Например, попытка нашего знакомого психолога (бывшего военнослужащего Тульской десантной дивизии, принимавшего участие в миротворческой миссии в Казахстане в 2020—2021 гг.) провести психодиагностическое исследование среди вернувшихся в Тулу участников СВО потерпела фиаско, так как они отказались тестироваться. Такой же отказ получили и психологи этой дивизии, не ездившие в зону СВО. Бывшие участники боевых действий готовы были написать письменные рапорты об отказе пройти у них тестирование. Это характерное проявление посттравматизма у военнослужащих с ПТСР, которое должны учитывать психологи и искать особый контакт для эффективной реализации своей работы с посттравматиками. Тем более нельзя забывать, что методы психологической помощи, используемые в гражданской психологической работе и в медицине, не подходят людям, побывавшим на войне. Для них требуются более активные методы работы с включением психофизических компонентов психореабилитационной деятельности: психофизическая тренировка, психофизический тренинг, цигун с отдельными элементами боевых искусств, медитационные техники и др.

Исключительно эффективно сочетал технологию боевой армейской системы (БАРС) с саморегуляционными техниками для достижения психореабилитационного эффекта в работе с бывшими участниками боевых действий известный психолог А.Ю. Федотов. В прошлом он принимал активное участие в войне в Афганистане в войсках спецназа ГРУ и успешно выполнял там специальные задания (удостоен серьезных правительственных наград). Особое внимание в этих практиках уделяется реализации бихевиоральных стратегий предотвращения рецидивов неуспешности в преодолении посттравматических реакций психики. Как известно, эти психологические стратегии принято подразделять на следующие категории: предвидение трудных ситуаций, регулирование мыслей и чувств, выявление нужных дополнительных навыков, выстраивание благоприятных последствий [10].

Проблема рецидива существует в работе психологов всех направлений деятельности по оказанию психологической помощи. В рамках гуманистической концепции оказания психологической помощи участникам боевых действий работа психолога с «миром клиента» требует соблюдения ряда условий, способствующих процессу позитивных изменений.

<sup>10</sup> Боец СВО Никита Носов, у которого отобрали все деньги, скоро выйдет из больницы. (2024, Октябрь 10). Vladivostok1.ru:Криминал. URL: <https://vladivostok1.ru/text/criminal/2024/10/10/74193158/?ysclid=m5o22aaauj431019974> (дата обращения: 08.01.2025).

<sup>11</sup> Откровения военно-полевого психолога о войне: Кто сможет там выжить, и как это сделать. (2024, Март 10). Dzen: Царьград. URL: <https://dzen.ru/a/Ze3MEuoVMDonBPxU?ysclid=m4txu0qxcz140793140> (дата обращения: 08.01.2025).

Необходимо: сохранять позитивное отношение к выражаемым клиентом чувствам, даже если они идут вразрез с установками психолога; проявлять эмпатию, стремление видеть мир глазами клиента; отказаться от маски «профессионала»; воздерживаться от интерпретации сообщений клиента и от подсказки решения его проблем, выполнять функции зеркала, отражающего мысли и чувства клиента, и формулировать их по-новому.

Психолог в работе с посттравматиками должен также заботиться об установлении доверия к себе с самого начала — с момента первого контакта. Мы имели возможность видеть по телевидению выражение лиц бывших участников боевых действий в зоне СВО, проходивших медицинскую реабилитацию в специальном ортопедическом центре во время посещения его государственными лицами 3 декабря 2024 г.<sup>12</sup> Полное доверие ко всем обещаниям на их лицах трудно было обнаружить, используя техники визуального наблюдения, — скорее, они выражали повышенную настороженность. Не было в их лицах и намека на подобострастие. И это естественно для них. Легко представить, что ждет психолога в самом начале его работы с бывшими бойцами.

Опыт работы с бывшими участниками войны в Афганистане в реабилитационном центре в городе Анапа в январе 1990 г. демонстрирует острую необходимость формирования полного доверия к психологам со стороны участников боевых действий. Тогда это блестяще удалось известному военному психологу — участнику войны в Афганистане С.В. Захару во время представления реабилитантам (бывшим «афганцам») центра вместе с группой психологов, приехавших вместе с ним для работы по оказанию психореабилитационной помощи. После представления у бывших «афганцев» возникло полное доверие не только к С.В. Захару, но и ко всей группе психологов — его коллег, которые опыта участия в боевых действиях в Афганистане не имели [3]. Это обеспечило успех всей последующей совместной психореабилитационной деятельности посттравматиков с психологами.

### **Выводы и заключение**

Подводя итоги, можно сделать следующие выводы:

1. При подготовке командного состава ВС РФ (начиная с командиров взводов и рот) необходимо максимально насытить программы обучения знаниями, умениями и навыками психологического характера, которые требуются для мотивации к решению боевых задач их подчиненными в условиях реальных боевых действий, когда риск жизни и здоровью видится существенным, а также для построения эффективных коммуникаций с ними и оказания первичной психологической помощи в отсутствие возможности эвакуации психотравмированных в глубокий тыл для работы с гражданским психологом.

2. В рамках психологической подготовки воинов к боевым действиям в современных условиях необходимо учитывать особенности возникновения «снарядного шока» и дробиобязни, чтобы минимизировать психогенные потери на фронте, поскольку современные боевые действия и их исход во многом определяются действиями артиллерии и дронеров. В этих целях следует моделировать максимальное количество опасных ситуаций реального боя в ходе подготовки в «учебке», в противном случае неподготовленная психика бойцов может быть поражена нестандартными для нее случаями столкновения с врагом.

<sup>12</sup> Путин прибыл в центр, где проходят реабилитацию бойцы СВО. (2024, Декабрь 3). ИА Регнум. URL: <https://regnum.ru/news/3933170> (дата обращения: 18.12.2024)

3. При реализации психореабилитационных мероприятий необходимо учитывать специфику психотравмирующего опыта бойцов СВО. Многие из них могут быть озлоблены, дезориентированы, дезадаптированы и даже подвергнуты психологическому воздействию экстремистских антигосударственных идеологий (яркий пример — вербовка бывших фронтовиков Первой мировой войны нацистами в свои боевые отряды, представлявшие реальную угрозу конституционному строю германской Веймарской республики) [8]. Услуги психологической реабилитации должны оказываться участникам СВО комплексно, с привлечением лиц из числа психологов, имеющих релевантный боевой опыт и способных организовывать соответствующую работу с участием гражданских психологов.

Таким образом, использование всех указанных выше предложений в практической работе психолога с участниками СВО в рамках организации учебных мероприятий и оказания помощи в специализированных реабилитационных центрах будет способствовать снижению психогенных потерь в боевой деятельности и повышению боеспособности ВС РФ.

### Список источников / References

1. Алексеев, Д.Е., Анцупов, А.Я., Баранов, Е.Г. и др. Военная психология: учебное пособие. Минск: Харвест, 2023. 816 с.  
Alekseev, D.E., Antsupov, A.Ya., Baranov, E.G., et al. Military Psychology: A Textbook. Minsk: Harvest, 2023. 816 p. (In Russ.).
2. Всемирная история в 24 томах. Т. 16. Европа под влиянием Франции / Е.Ф. Конев, А.А. Островцов, Н.М. Волчек и др. – Минск: Литература, 1997. 560 с.  
World History in 24 Volumes. Vol. 16. Europe under the Influence of France / E.F. Konev, A.A. Ostrovtsov, N.M. Volchek, et al. Minsk: Literatura, 1997. 560 p. (In Russ.).
3. Гнездилов, Г.В., Киселев, В.В., Гнездилова, М.Г. Особенности психореабилитационной работы с участниками боевых действий с посттравматическим стрессовым расстройством (ПТСР) // Человеческий капитал. 2023. № 11-2 (179). С. 78–89. <https://doi.org/10.25629/HC.2023.11.37>  
Gnezdilov, G.V., Kiselev, V.V., Gnezdilova, M.G. Features of psychorehabilitation work with combat veterans with post-traumatic stress disorder (PTSD). *Human capital*. 2023, no. 11-2 (179), pp. 78–89. <https://doi.org/10.25629/HC.2023.11.37> (In Russ.).
4. Гнездилов, Г.В., Крук, В.М., Ионкин, В.Б., Кулик, Д.Ю. Психологическая готовность и надежность личности военнослужащего в контексте профессионального психологического отбора как средства профессиональной и психологической подготовки кадров // Человеческий капитал. 2024. № 6 (186). С. 59–79.  
Gnezdilov, G.V., Kruk, V.M., Ionkin, V.B., Kulik, D.Yu. Psychological readiness and reliability of a military serviceman in the context of professional psychological selection as a means of professional and psychological training of personnel. *Human capital*. 2024, no. 6 (186), pp. 59–79. (In Russ.).
5. Кацов, Л.В. Сквозь плен: [воспоминания] / Леонид Кацов; предисл. К. Радека. – [2-е изд.]. – М.: Моск. т-во писателей, 1934. 201 с.

- Katsov, L.V. *Through Captivity: [memories]* / Leonid Katsov; foreword by K. Radek]. [2nd ed.]. Moscow: Moscow Association of Writers, 1934. 201 p. (In Russ.).
6. Крук, В.М., Абдурахманов, Р.А., Анцупов, А.Я. и др. *Военная психология: методология, теория и практика: учебное пособие. Часть 1.* М.: Военный университет, 1998. 192 с.  
Kruk, V.M., Abdurahmanov, R.A., Ancupov, A.Ya. *Military psychology: methodology, theory and practice: a textbook. Chapter 1.* Moscow: Military university, 1998. 192 p. (In Russ.).
7. Леффельбайн, Н. О героизме и страданиях инвалидов. Инвалиды Первой мировой войны в Веймарской республике и при национал-социализме / Пер. с нем. И.А. Канакина и Е.А. Либерт [Электронный ресурс] // *Идеи и идеалы.* 2015. № 1 (23). Т. 1. С. 7—19. URL: <https://www.sibran.ru/upload/iblock/335/335a8e3cf6114a531ae093628d4ec5ab.pdf> (дата обращения: 17.12.2024).  
Leffelbain N. On the heroism and suffering of the disabled. Disabled people of the First World War in the Weimar Republic and under National Socialism. Translated from German by I.A. Kanakin and E.A. Libert [Electronic resource]. *Ideas and ideals.* 2015, no. 1 (23), Vol. 1, pp. 7—19. (In Russ.). URL: <https://www.sibran.ru/upload/iblock/335/335a8e3cf6114a531ae093628d4ec5ab.pdf> (viewed: 17.12.2024).
8. Петров, В.Е., Кокурин, А.В., Екимова, В.И., Котенева, А.В., Березина, Т.Н. Оценка толерантности военнослужащих к экстремистской идеологии // *Психология и право.* 2019. Т. 9. № 2. С. 69—83. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2019090205>  
Petrov, V.E., Kokurin, A.V., Ekimova, V.I., Koteneva, A.V., Berezina, T.N. Assessing the tolerance of military personnel to extremist ideology. *Psychology and Law.* 2019. Vol. 9, no. 2, pp. 69—83. <https://doi.org/10.17759/psylaw.2019090205> (In Russ.).
9. Толстой, Л.Н. *Война и мир (в 2-х томах).* М.: Эксмо, 2024. 1408 с.  
Tolstoy, L.N. *War and Peace (in 2 volumes).* Moscow: Eksmo, 2024. 1408 p. (In Russ.).
10. Федотов, А.Ю. Некоторые особенности начальных этапов развития способности к произвольной психической саморегуляции у специалистов силовых структур // *Человеческий капитал.* 2018. № 12 (120). С. 95—108. <https://doi.org/10.25629/10.25629/HC.2018.12.11>  
Fedotov, A.Yu. Some features of the initial stages of development of the ability for voluntary mental self-regulation of specialists of law enforcement agencies. *Human capital.* 2018, no. 12 (120), pp. 95—108. (In Russ.). <https://doi.org/10.25629/10.25629/HC.2018.12.11>
11. Bogacz, T. War Neurosis and Cultural Change in England, 1914-22: The Work of the War Office Committee of Enquiry into 'Shell-Shock'. *Journal of Contemporary History.* 1989, no. 24 (2), pp. 227—256. <https://doi.org/10.1177/002200948902400203>
12. Herodotus. *The Histories.* Translated by George Rawlinson [Electronic resource]. Roman Roads Media, LLC. 2013. 629 p. URL: <https://files.romanroadsstatic.com/materials/herodotus.pdf> (viewed: 17.12.2024).

Гнездилов Г.В., Киселев В.В.

К вопросу о совершенствовании организации профилактики ПТСР и психореабилитационных мероприятий в работе психолога с участниками СВО  
Экстремальная психология и безопасность личности.  
2025. Том 2. № 1. С. 26–39.

Gnezdilov G.V., Kiselev V.V.

On the Issue of Improving the Organization of PTSD Prevention and Psychorehabilitation Measures in the Work of a Psychologist with Participants of the SMO  
Extreme Psychology and Personal Safety.  
2025. Vol. 2, no. 1, pp. 26–39.

13. Iribarren, J., Prolo, P., Neagos, N., Chiappelli, F. Post-Traumatic Stress Disorder: Evidence-Based Research for the Third Millennium. *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine*. 2006, no. 2 (4), pp. 503—512. <https://doi.org/10.1093/ecam/neh127>
14. Williams, M.B., Poijula, S. The PTSD Workbook: Simple, Effective Techniques for Overcoming Traumatic Stress Symptoms. *Third Edition, Revised. New Harbinger Publications*. 2016. 384 p.

### **Информация об авторах**

Геннадий Валентинович Гнездилов, кандидат психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии труда и психологического консультирования, Государственный университет просвещения (ГУП), Москва, Россия, ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-5204-9080>, e-mail: [ggnездilov@mail.ru](mailto:ggnездilov@mail.ru)

Вадим Васильевич Киселев, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры национальной безопасности, противодействия экстремизму и терроризму, Российский государственный социальный университет (РГСУ), Москва, Россия, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4033-2685>, e-mail: [quisellov@mail.ru](mailto:quisellov@mail.ru)

### **Information about the authors**

Gennady V. Gnezdilov, PhD in Psychology, Professor, Professor of the Department of Labor Psychology and Counselling Psychology, State University of Education (SUE), Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-5204-9080>, e-mail: [ggnездilov@mail.ru](mailto:ggnездilov@mail.ru)

Vadim V. Kiselev, PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor of the Department of National Security, Counteraction to Extremism and Terrorism, Russian State Social University (RSSU), Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-4033-2685>, e-mail: [quisellov@mail.ru](mailto:quisellov@mail.ru)

Получена 17.01.2025

Принята в печать 14.03.2025

Received 17.01.2025

Accepted 14.03.2025