

УДК 159.99

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТРАВМЫ ВОЙНЫ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ПОСЛЕДУЮЩИЕ ПОКОЛЕНИЯ

Грошикова П.А., студентка гр. 06-кПСАо23-1, II курс  
Научный руководитель: Хадиева Г.М., преподаватель  
Колледж Казанского института (филиала) ВГУЮ (РПА Минюста России)  
г. Казань

Войны оставляют неизгладимый след в истории любой страны и народа, сопровождаясь значительными людскими потерями и оставляя «живые памятники» — психологические травмы, которые передаются и сохраняются в последующих поколениях.

Тема психологических травм войны и их влияния всегда была и остается актуальной. Особое внимание к данной теме продиктовано увеличением числа вооруженных конфликтов и растущей нестабильностью на международной арене. По данным, опубликованным в 2024 году Министерством здравоохранения Российской Федерации, количество обращений за психологической помощью от участников специальной военной операции и их семей составило 18 604 человека, что также подчеркивает необходимость в изучении данной темы [10].

«Современная война – не только война моторов, но и война нервных систем, война воли, желаний и умения воевать» [4], – эти строки, написанные еще в 1942 году, и сегодня не потеряли своей актуальности.

Психологическая травма представляет собой «особое внутреннее состояние, характеризующееся нарушениями адаптации, возникающее вследствие значительного дисбаланса внешних воздействий и психических возможностей человека» [7, с.264]. Боевая психологическая травма является результатом воздействия неблагоприятных условий, характерных для военной обстановки.

В научной литературе часто используется термин – посттравматическое стрессовое расстройство (далее - ПТСР). Данное тревожное расстройство было впервые описано Дж. М. Да Коста в период Гражданской войны в Америке (1861-1865 гг.) под названием «синдром солдатского сердца», в рамках исследования которого основное внимание уделялось вегетативным проявлениям организма. Следующее глубокое изучение этого явления связано с войной во Вьетнаме, когда был введен термин «поствьетнамский синдром», охватывающий такие характеристики, как соматовегетативные расстройства, страх, навязчивые образы, флешбэки и так далее [8].

ПТСР в современном психологическом сообществе определяется как психологическое состояние, возникающее вследствие психотравмирующих ситуаций, угрожающих жизни или здоровью. Оно может иметь латентный период

и проявляться в течение от 6 месяцев до 10 лет после перенесенной травмы, способствуя развитию психических нарушений у любого индивида.

После участия в военных действиях ПТСР у солдат проявляется в виде периодического повторного переживания событий. Часто отмечается наличие ночных кошмаров и диссоциации. Помимо этого, также возможно избегание любых мест, объектов, людей и всего того, что может напомнить о травмирующей ситуации.

Мышление человека может претерпевать изменения, проявляясь в трудностях с концентрацией, нарушением памяти, отсутствии эмоций или, наоборот, в виде чувства безнадежности, апатии, стыда и других негативных ощущений. Особенно опасным следует считать состояние постоянного ожидания угрозы, проявляющееся в повышенной бдительности, что также приводит к потере концентрации и ухудшению сна, и помимо этого вспышками неконтролируемой агрессии. Примеры вышеописанного можно найти в словах участников боевых действий и их семей. «Моя мама очень агрессивна. Кажется, что как жертва у нее есть право мстить», - писала внучка участника Гражданской войны в Испании [9, с.44].

После Первой мировой войны (1914-1918 гг.) у ветеранов возникало проявление ПТСР, которое называлось «синдром офицерской фуражки». Это название обусловлено тем, что во время боевых действий сигналом начала атаки служило снятие командиром фуражки и свист. Военнослужащие, отказывавшиеся вступить в бой, подвергались расстрелу, что также не могло не оказывать негативного влияния на психоэмоциональное состояние ветеранов.

Таким образом, война приводит к значительным разрушениям психической структуры индивида, изменяя его когнитивные процессы. Адаптация к мирной жизни становится сложной задачей, поскольку ветераны сталкиваются с серьезными трудностями в принятии и интеграции в новый подход к жизни. Эти сложности могут оказывать влияние не только на индивидуального человека, но и на общество в целом.

Психологические травмы, вызванные Великой отечественной войной, продолжают оказывать влияние на современное общество, поскольку страна испытывает непрожитую скорбь и траур, как утверждает кандидат психологических наук Надежда Олифирович [5]. В послевоенный период приоритетной задачей было восстановление разрушенной экономики, времени для осознания и отработки боли бывших солдат и нынешних героев просто не было, когда как травматический опыт индивидов сливается в общенародную травму. За стадией отрицания эмоций следует стадия агрессии, которая зачастую направляется на ближнее окружение.

Детские и юношеские годы для миллионов людей в послевоенный период и после проходили в тяжелых условиях, в окружении старшего поколения, пережившего одну из самых ужасных трагедий, которую может испытать человек – войну. Военный психолог и ветеран боевых действий Алексей Захаров отмечает, что «возвращение к мирной жизни приводит человека в совершенно иную реальность» [3].

Непрожитая травма войны продолжает передаваться из поколения в поколение, формируя новые вызовы для общества и его психического здоровья. Механизм передачи военной травмы можно рассмотреть в контексте одной из основных теорий — теории трансгенерационной травмы. В соответствии с этой теорией, травматический опыт передается из поколения в поколение через семейные нарративы, характерные поведенческие модели и эмоциональные реакции, вырабатываемые у психотравмированных родителей. Эти аспекты способствуют формированию у детей определенных восприятий и установок, что, в итоге, может оказывать влияние на их психоэмоциональное развитие.

В этом контексте следует отметить следующий пример, демонстрирующий описанное ранее: «...молчание стало способом, которым родители обращались к своему нацистскому прошлому при общении с детьми. Это подрывало доверие детей к межличностным отношениям. Кроме того, дети должны были заполнять пустоту информации о прошлом своих родителей во время войны. Они создавали призрачных родителей, чтобы удовлетворить свою потребность в почтении к отцу» [6].

Также стоит обратить внимание на теорию привязанности, утверждающую, что дети, растущие в условиях нестабильности и тревоги, могут вырабатывать дисфункциональные модели привязанности. Такие модели значительно затрудняют их способность строить здоровые отношения в будущем, что негативно сказывается на их социальной адаптации. Например, родитель, выступающий в роли агрессора и проявляющий эмоциональную отстраненность с самых ранних лет, становится недоступным для ребенка. Это может привести к тому, что в будущем ребенок будет испытывать зависимость в межличностных отношениях или, напротив, страх близости.

Феномен коллективной памяти также имеет ключевое значение для понимания передачи травмы. Он иллюстрирует, как травматические события, пережитые целыми сообществами, остаются в культурной памяти и влияют на идентичность и психоэмоциональное состояние последующих поколений. Этот концепт был введен в научный дискурс в 1925 году социологом Морисом Хальбваксом и подчеркивает, что исторические и коллективные переживания могут формировать общественное сознание, поведение и даже языковые нормы, оказывая влияние на новое поколение.

В обществах, которые испытали массовое насилие или войны, могут появляться культурные традиции, связанные с памяtnыми датами или ритуалами скорби, формирующие общее восприятие травмы и влияющие на будущие поколения. К примеру, одно из исследований было сосредоточено на анализе содержания и структуры представлений коллективной памяти различных социальных групп российского общества о Великой Отечественной войне. Исследователи установили, что ключевым общественным событием, формирующим образ Победы для всех социальных групп, является Парад Победы, который проходит 9 мая [2].

Вызванные войной психологические травмы несут в себе глубокие и многослойные последствия для современного общества и имеют проявление как в

индивидуальном, так и в коллективном сознании. Травматический опыт, передающиеся через поколения, формируют не только личные страдания, но и общенациональные модели поведения и восприятия. На основании этого следует, что осознание и проработка этих травм представляют собой важные условия для обеспечения психического здоровья общества и его устойчивости к будущему.

В современных условиях наблюдается активное развитие реабилитационных программ для военнослужащих и участников боевых действий. Данный процесс включает физическую реабилитацию, которая подразумевает медицинское лечение, физиотерапию и комплекс реабилитационных упражнений, направленных на восстановление здоровья и функционального состояния организма. Кроме того, важным аспектом является оказание психологической поддержки, которое включает экспозиционную терапию, при которой пациенты сталкиваются с триггерными событиями под контролем специалистов, а также когнитивно-поведенческую терапию, фокусирующуюся на коррекции негативных когнитивных схем. В некоторых случаях также применяются фармакологические средства и передовые технологии, такие как сенсорные методы, способствующие более эффективной реабилитации.

Дополнительно профессионалами организовывается процесс адаптации к новым условиям жизни после войны, включая помощь в трудоустройстве и обучении. Важную роль в социальной интеграции играют семьи, друзья и сослуживцы, обеспечивающие поддержку в период восстановления и успешной адаптации индивидов в обществе.

Помимо этого, Федеральным законом от 12 января 1995 года N 5-ФЗ (редакция от 13 декабря 2024 года) «О ветеранах» (с изменениями и дополнениями, вступающими в силу с 1 января 2025 года) в статье 21 предусмотрены меры социальной поддержки членов семей погибших (умерших) инвалидов войны, участников Великой Отечественной войны и ветеранов боевых действий. Указанным выше лицам представляется ряд льгот в области пенсионного обеспечения, обеспечение жильем за счет федерального бюджета и т.д. [1].

В процессе оказания помощи ветеранам и военнослужащим, а также в целях минимизации влияния военных травм на последующие поколения, необходимо подчеркнуть значимость создания безопасной и поддерживающей среды для ветеранов и их семей. Для достижения этой цели требуется реализация образовательных программ и повышение осведомленности общества о проблемах и потребностях военнослужащих и ветеранов. Это может быть осуществлено через организацию тренингов и семинаров как в онлайн, так и в оффлайн форматах, а также через формирование сообществ поддержки, которые обеспечивают надлежащую психологическую помощь и способствуют взаимодействию между военнослужащими.

Кроме того, важно обратить внимание на поднятие темы военных травм и методов их преодоления в медиапространстве. Необходимость распространения информационных научных статей и данных о доступных ресурсах, таких как медицинские услуги и реабилитационные программы, становится

особенно актуальной. Эти материалы следует транслировать через различные информационные каналы для повышения информированности населения.

В современных условиях Российской Федерации, на 2025 год, когда специальная военная операция продолжается с 24 февраля 2022 года, создание такой среды поддержки приобретает особую значимость.

Изложенное выше подчеркивает важность глубокого понимания темы военных травм и их трансгенерационного влияния на последующие поколения. Это знание является основополагающим для разработки эффективных стратегий поддержки как ветеранов, так и их потомков. Психологические аспекты военных травм, включая ПТСР, депрессию и другие психические расстройства, оказывают многогранное воздействие не только на индивидуальное благополучие, но и на социальные структуры в целом.

Предотвращение повторения исторических ошибок прошлого представляет собой первостепенную задачу для обеспечения здоровья общества и устойчивого будущего для следующих поколений. Наши соотечественники пережили ужасающие события 1941-1945 годов, которые оставили глубокий след в сознании народа на долгие годы. Травмы, нанесенные войной, из индивидуальных стали общими, формируя коллективную боль. Несколько поколений после 40-х годов XX века сохранили этот отпечаток и передали его своим детям и внукам.

В XXI веке наша задача заключается в том, чтобы предотвратить повторение этого травматического опыта. Раны, нанесенные нашим соотечественникам, требуют совместных усилий для исцеления. Помогая конкретным людям – помогаем всему народу.

### Список литературы:

1. О ветеранах. Федеральный закон от 12.01.1995 N 5-ФЗ ред. от 13.12.2024. с изм. и доп., (вступ. в силу с 01.01.2025). [Электронный ресурс]. СПС КонсультантПлюс, 2025.

2. Емельянова Т.П. Коллективная память о победе в Великой Отечественной войне в сознании больших групп общества (к 70-летию Победы). [Электронный ресурс] // Библиотека Института психологии РАН: электронный журнал. – URL: <https://lib.ipran.ru/paper/53788195> (дата обращения: 02.03.2025).

3. Захаров А. Адаптация военнослужащих в мирной жизни после окончания службы. [Электронный ресурс] // NewsInfo.Ru. – URL: <https://www.newsinfo.ru/news/okonchanie-sluzhby/842140/> (дата обращения: 02.03.2025).

4. Кекчеев К. Х. Психофизиология маскировки и разведки / Москва: Советская наука, 1942. — 108 с.: ил. [Электронный ресурс] // Электронная библиотека Былинки. - URL: <https://elib.uraic.ru/handle/123456789/5733> (дата обращения 01.3.25).

5. Кочеткова- Корелова О. Эхо войны: правнуки ветеранов расплачиваются за их непрожитое горе [Электронный ресурс] // Интервью Н. Олиферович

для журнала Psychologies. 617.RU. – URL: [https://www.b17.ru/article/eho\\_voiny/](https://www.b17.ru/article/eho_voiny/) (дата обращения: 01.03.2025).

6. Мосунова К.А. Последствия исторических потрясений и их влияние на повседневную жизнь потомков Мосунова К.А. [Электронный ресурс] // URL: <file:///C:/Users/PC/Downloads/posledstviya-istoricheskikh-potryaseniy-i-ih-vliyanie-na-povsednevnuyu-zhizn-potomkov.pdf> (дата обращения: 02.03.2025).

7. Петрова Е.Н. Особенности травматической ситуации и ресурсов у пациентов с диагнозом «расстройство адаптации» // Психология стресса и совпадающего поведения: материалы III Международной научно практической конференции. Кострома, 26-28 сентября 2013 г. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2013. Т. 1. С. 263 – 265.

8. Посттравматическое стрессовое расстройство [Электронный ресурс]: дайджест / Т. И. Бонкало. – Электрон. текстовые дан. – М. : ГБУ «НИИОЗММ ДЗМ», 2023. – URL: <https://niioz.ru/moskovskaya-medsina/izdaniya-nii/daydzhestmeditsinskiy-turizm-i-eksport-medsinskikh-uslug/> (дата обращения 01.3.25).

9. Рос Г.А. Передача травм нашей Гражданской войны из поколения в поколение // Север психического здоровья. 2009. № 34. С. 44-51.

10. Шамарина Л. Минздрав впервые отчитался об оказании психологической помощи участникам СВО. [Электронный ресурс] // Медвестник. – URL: <https://medvestnik.ru/content/news/Minzdrav-vpervye-otchitalsya-ob-okazanii-psihologicheskoi-pomoshi-uchastnikam-SVO.html> (дата обращения: 01.03.2025).