



ВОЛГОГРАДСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
МЕДИЦИНСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ

# Медико-социальная работа с участниками боевых действий

Чумаков Вячеслав Игоревич,

к.п.н., доцент

# Вопросы лекции

- Психосоциальная работа в армии
- Меры социальной поддержки участникам СВО
- Социальная реабилитация участников боевых действий

# Кто является участником боевых действий

На основании норм закона участниками боевых действий являются все граждане, которые принимали участие в военных конфликтах. Если военнослужащий служил во время боевых действий, то он имеет право на присвоение статуса ветерана, который и дает льготы и компенсации. Таким образом, законодателем практически не разделено понятие участника и ветерана БД.

Согласно ст. 3 [Федерального закона от 12.01.1995 № 5-ФЗ](#) к категории участников боевых действий отнесены следующие лица:

- военнослужащие, в том числе уволенные в запас, сотрудники МВД, Нацгвардии, ФСБ, Минобороны, направленные в другие государства и участвовавшие в вооруженных столкновениях при исполнении своих служебных обязанностей;
- ВС, выполнявшие служебные обязанности по отражению вооруженного вторжения в РФ и военных провокаций на госгранице в районах, прилегающих к Украине, ДНР и ЛНР с 24 февраля 2022 года;
- участники мероприятий по разминированию территорий и объектов территорий СССР и иных гос-в с 10.05.1945 по 31.12.1951, по боевому тралению с 10.05.1945 по 31.12.1957;
- участники воинских мероприятий в Республике Дагестан с августа по сентябрь 1999 г.;
- добровольцы и командированные, участвующие в специальной военной операции на территориях Украины, ДНР и ЛНР с 24.02.2022, Запорожской и Херсонской областей с 30.09.2022;
- участники боевых действий в Афганистане;
- участники специальных задач в Сирийской Арабской Республике с 30.09.2015;
- работники следственных органов, направленные на территории Чеченской Республики с декабря 1994 г. по декабрь 1996 года и Северо-Кавказского региона с августа 1999 г.



Психологическая работа в части и подразделении выступает прежде всего как система регулирования процессов особого типа – психологических и социально-психологических.

Военный психолог выполняет широкий круг задач.

- Психологическая работа организуется и проводится по направлениям:
- - изучение индивидуально-психологических особенностей личного состава;
- - изучение социально-психологических процессов и явлений в воинских коллективах;
- - психологическая профилактика нарушений воинской дисциплины, суицидальных происшествий;
- - психологическая работа по обеспечению боевого дежурства;
- - психологическая подготовка личного состава;



# Военный психолог выполняет широкий круг задач.

- - профессиональный психологический отбор и рациональное распределение военнослужащих;
- - психологическое просвещение личного состава;
- - психологическая помощь военнослужащим, членам их семей и гражданскому персоналу;
- - противодействие негативному информационно-психологическому воздействию на военнослужащих.
- Первичное изучение вновь прибывающего пополнения проводится на пунктах приема должностными лицами, психологом части и направлено на общее знакомство с военнослужащим, оценку его психического здоровья, выявление свойств и качеств личности, определяющих процесс адаптации к условиям военной службы, нервно-психическую устойчивость.
- По итогам первичного изучения военнослужащих составляются списки лиц, подлежащих углубленному психологическому изучению, а также лиц, нуждающихся в консультации медицинских специалистов.



# Военный психолог выполняет широкий круг задач.

- Сведения о военнослужащих с нервно-психической неустойчивостью психолог части заносит в «Журнал динамического наблюдения за лицами с признаками нервно-психической неустойчивости» и осуществляет их психологическое сопровождение, тесно взаимодействуя при этом с медицинской службой части.
- **Последующее изучение личного состава осуществляется в процессе повседневной жизнедеятельности командирами подразделений, их заместителями по воспитательной работе, психологом** и направлено на изучение отдельных качеств личности военнослужащих в интересах решения стоящих задач. В некоторых случаях последующее изучение личного состава может носить характер углубленного изучения.
- Психолог части по итогам изучения индивидуально-психологических особенностей личного **состава заполняет социально-психологическую карту личности на военнослужащих с нервно-психической неустойчивостью, разрабатывает рекомендации и предложения должностным лицам для принятия управленческих решений по формированию здорового морально-психологического климата, укреплению организованности и воинской дисциплины**





# В обязанности военного психолога входят так же следующие виды деятельности:

- 1) психологическая профилактика нарушений воинской дисциплины;
- 2) психологическая работа по обеспечению боевого дежурства;
- 3) психологическая подготовка личного состава (организуется и проводится с целью достижения военнослужащими, воинскими коллективами способности выдерживать высокие нервно-психические, психологические и физические нагрузки и действовать по предназначению в условиях непосредственной опасности);
- 4) профессиональный психологический отбор и рациональное распределение военнослужащих; психологическое просвещение (позволяет приобщить офицерский состав, других военнослужащих, членов их семей и гражданский персонал Вооруженных Сил к психологическим знаниям);
- 5) психологическая помощь (оказывается в целях сохранения и восстановления нарушенного функционального состояния психики военнослужащих, членов их семей и гражданского персонала).



# Военный психолог решает задачи:

- а) **разрешение кризисных психологических состояний** военнослужащих, членов их семей и гражданского персонала Вооруженных Сил, профилактика конфликтных ситуаций в воинских и трудовых коллективах;
- б) поддержание и восстановление **у военнослужащих необходимого уровня психологической готовности к выполнению задач в любых условиях обстановки;**
- с) психологическая поддержка военнослужащих в период их адаптации к условиям военной службы;
- д) **психологическая реабилитация военнослужащих, перенесших психические травмы в процессе служебной и боевой деятельности.**

# Этические нормы военной психологии

- 1) принцип соблюдения тайны;
- 2) принцип ненанесения ущерба;
- 3) принцип научной обоснованности используемых психологических методик и объективности выводов;
- 4) принцип комплексной диагностики и психологической помощи;
- 5) принцип безоценочного отношения к клиенту и уважения его личности;
- 6) принцип эффективности рекомендаций;
- 7) принцип профессиональной компетентности и рефлексии профессиональных ограничений.



# ГОСПОДДЕРЖКА



ВЕТЕРАНАМ И СЕМЬЯМ ПОГИБШИХ УЧАСТНИКОВ СВО ПОМОЖЕТ СПЕЦИАЛЬНЫЙ ФОНД



## меры соцподдержки участникам СВО

Размер и порядок выплаты зависит от вида и тяжести ранения.

### Выплата президента – 3 млн рублей

Самая большая выплата установлена президентом Российской Федерации. Военнослужащим, которые получили ранение (контузию, травму, увечье), положена выплата в размере 3 млн рублей ([Указ Президента РФ от 05.03.2022 № 98](#)).

#### **Важно**

*5 млн рублей выплачивают в случае смерти в течение одного года со дня увольнения с военной службы. Условие: причиной смерти стало увечье или заболевание, полученное в ходе службы.*

#### **Как получить?**

Решение о единовременной выплате принимает комиссия. Ее создают в Главной военной прокуратуре ([Приказ Генпрокуратуры России от 11.10.2022 № 583, п. 6](#) Порядка из приказа Генпрокуратуры от 25.12.2017 № 682).



# Выплата министерства обороны



## Выплата Минобороны

Вторая выплата, на которую вправе претендовать участник, – выплата от Минобороны РФ. Всех военнослужащих при поступлении на службу страхуют по закону [от 28.03.1998 № 52-ФЗ. Страхование происходит](#) от лица государства, которое заключает договоры с аккредитованными для этих целей страховыми компаниями. По данным Министерства обороны РФ, сейчас в их список входят ВСК, Росгосстрах, МАКС, Ингосстрах, СОГАЗ, «Альфа-Страхование», «Ресо-Гарантия», «Согласие» и еще ряд фирм.

Страховки в случае ранения или гибели выплачивает та страховая компания, которая заключила соглашение с Минобороны. В настоящее время это компания «СОГАЗ», но на момент обращения нужно уточнять актуальность данных сведений. Общество с ограниченной ответственностью «Страховая Компания "СОГАЗ-ЖИЗНЬ"» находится по адресу: 107045, Москва, Уланский переулок, 26. Выплаты производятся по заявлению. Образцы форм документов, необходимых для принятия решений о выплате страховой суммы и единовременного пособия, размещены на сайте страховой компании АО «СОГАЗ».



## Региональные пособия

Выше перечислены федеральные выплаты, но есть и региональные пособия. Например, Москвы от 22.09.2022 № 52-УМ написано, что в случае ранения мобилизованного единовр выплата составит 1 млн или 500 000 рублей в зависимости от тяжести.

Единовременная выплата при ранениях во время исполнения военной обязанности:

- 1 000 000 рублей, если человек получил тяжелое ранение;
- 500 000 рублей, если человек получил легкое ранение.

# Требования к социальным координаторам, сопровождающим бывших участников СВО

- Работу по обучению социальных координаторов курирует государственный фонд «Защитники Отечества». Указ о его создании в апреле подписал президент Владимир Путин. Сегодня в каждом регионе уже идет работа по созданию центров паллиативной помощи. Сотрудники, прошедшие подготовку, будут заниматься оказанием всесторонней поддержкой участников спецоперации.
- *«Сегодня должно быть так, чтобы не ветеран боевых действий ходил, обивал пороги, а мы у него спросили, в чем наша помощь, что мы можем. С его проблемой прошли этот путь вместе, и он чувствовал свою нужность, значимость, важность», – подчеркнула заместитель губернатора Волгоградской области Зина Мержоева.*



**ФОНД ПОДДЕРЖКИ  
УЧАСТНИКОВ СВО  
«ЗАЩИТНИКИ  
ОТЕЧЕСТВА»**



# Основной целью фонда является персональное социальное сопровождение ветеранов СВО и семей погибших бойцов.

Фонд оказывает содействие в получении всех полагающихся мер поддержки, включающих медицинскую и социальную реабилитацию, лекарственное обеспечение, психологическую помощь, предоставление технических средств реабилитации и санаторно-курортного лечения, а также содействие в переобучении и трудоустройстве ветеранов.



С ветеранами СВО и семьями погибших бойцов в регионах работают социальные координаторы, прошедшие специальное обучение.

«Предлагаю создать специальный государственный фонд. Его задачей станет адресная, персональная помощь семьям погибших бойцов и ветеранам специальной военной операции. Он будет координировать предоставление социальной, медицинской, психологической поддержки, решать вопросы санаторно-курортного лечения и реабилитации, помогать в образовании, спорте, трудоустройстве, предпринимательстве, в повышении квалификации, в получении новой профессии».

Президент Российской Федерации Владимир Путин  
в Послании Федеральному Собранию  
21 февраля 2023 года



# Направления деятельности фонда

Фонд обеспечивает комплексное сопровождение ветеранов СВО и членов семей погибших (умерших) ветеранов в целях предоставления мер поддержки, оказания социальных и иных услуг, помощи по принципу «одного окна»

## Медицинская реабилитация

фонд содействует в получении нуждающимися ветеранами СВО услуг по медицинской реабилитации, в том числе с привлечением региональной сети социально-реабилитационных центров

## Психолого-психотерапевтическая помощь

фонд участвует в оказании нуждающимся ветеранам СВО и членам семей погибших (умерших) ветеранов психолого-психотерапевтической помощи

## Госпитализация

фонд сотрудничает с госпиталями и иными медицинскими организациями в интересах ветеранов СВО

## Паллиативная медицинская помощь

фонд содействует в получении нуждающимися ветеранами СВО паллиативной медицинской помощи

## Санаторно-курортное лечение

фонд оказывает содействие в обеспечении санаторно-курортного лечения нуждающихся в нем ветеранов СВО

## Обеспечение техническими средствами реабилитации

фонд формирует перечень и закупает для нуждающихся ветеранов СВО технические средства реабилитации, не входящие в федеральный перечень реабилитационных мероприятий, технических средств реабилитации и услуг, предоставляемых инвалиду, включая высокофункциональные протезы и протезно-ортопедические изделия



## Организация системы долговременного ухода

фонд содействует в предоставлении надомного (долговременного) ухода нуждающимся в постоянной посторонней помощи ветеранам СВО

---

## Юридическая помощь

фонд оказывает бесплатную юридическую помощь нуждающимся ветеранам СВО, членам семей погибших (умерших) ветеранов по вопросам оформления и предоставления мер социальной поддержки

---

## Восстановление и оформление документов

фонд содействует в оформлении (восстановлении) документов и получении участниками СВО статуса ветерана боевых действий в соответствии с федеральным законодательством

---

## Увековечивание памяти ветеранов СВО

фонд организует мероприятия по увековечению памяти ветеранов СВО и их подвигов

## Социальная адаптация и ресоциализация

фонд участвует в разработке и реализации программ социальной адаптации и ресоциализации ветеранов СВО

---

## Социальная поддержка

фонд содействует в получении ветеранами СВО, членами семей погибших (умерших) ветеранов установленных законодательством Российской Федерации мер социальной поддержки

---

## Патриотическое воспитание населения

фонд организует просветительскую деятельность в сфере патриотического воспитания детей и молодежи, направленную на прославление подвигов ветеранов специальной военной операции и иных лиц

---

## Спорт, паралимпийское движение, культурно-досуговая деятельность

фонд организует спортивные мероприятия с участием ветеранов, а также содействует вовлечению ветеранов с инвалидностью в паралимпийское движение







# Обеспечение автотранспортом

13.10.2023

**В Волгоградской области вручили спецавтомобили участникам боевых действий и реабилитационным службам региона**



Девять отечественных машин с ручным управлением получили участники СВО, Грузино-Абхазских событий и боевых действий в Чечне. Также 54 автомобиля, 25 из которых уже направлены в районы области, были переданы службам реабилитации и соцзащиты.

12 октября ключи от новых автомобилей получили участники специальной военной операции, Грузино-Абхазских событий и боевых действий в Чечне. С защитниками Отечества пообщался губернатор Андрей Бочаров. Еще 54 автомобиля приобретены для служб реабилитации и социальной защиты.

Закупка спецмашин – одна из более чем 35 действующих в регионе мер поддержки участников боевых действий и членов их семей. Получатели новых авто едины во мнении, что решение региона о внедрении такого

вида поддержки, – знаковое событие для Волгоградской области.

# Санаторно-курортное лечение участников СВО

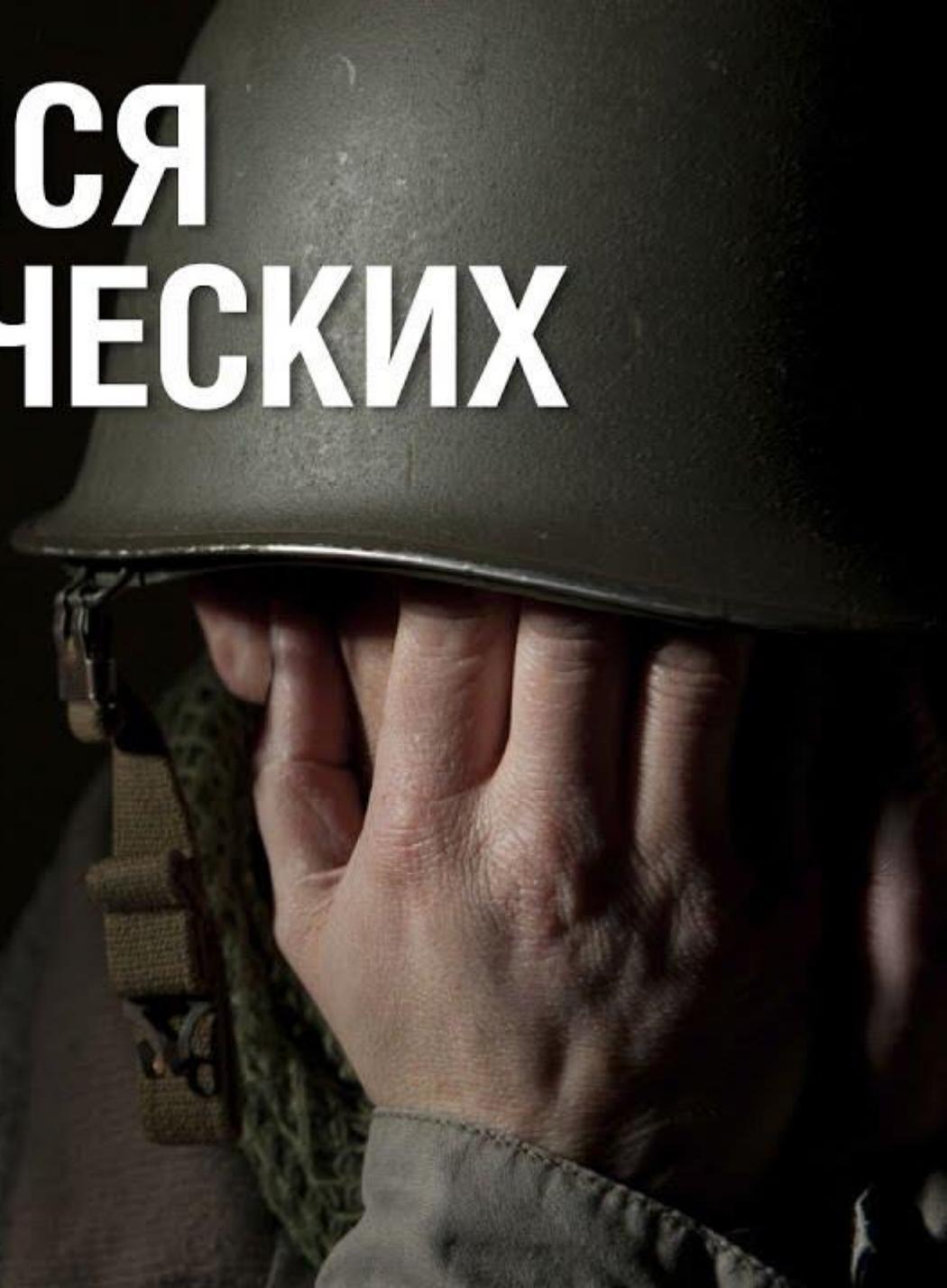
Категория получателей:– участники СВО, получившие ранение

- Формы предоставления:
  - бесплатное лечение;
  - сертификат на полную или частичную стоимость оплаты услуг во включенных в перечень организациях, осуществляющих услуги по санаторно-курортному лечению ([www.arhzan.ru](http://www.arhzan.ru))



# КАК Я ИЗЛЕЧИЛСЯ ОТ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРАВМ ВОЙНЫ

ВОЕННЫЙ ПСИХОЛОГ  
АЛЕКСЕЙ СКИРТАЧ



# Обеспечение ТСР

## Мы вместе: обеспечении средствами реабилитации участников специальной военной операции



Все участники специальной военной операции получают все необходимые средства реабилитации ещё в тот момент, когда находятся в госпитале, сообщил директор департамента по делам инвалидов министерства труда и социальной защиты России Дмитрий Лигомина в ходе международного военно-технического форума "Армия-2023".

Помощь касается и протезирования. Первичный протез участники СВО получают в госпитале. Если военнослужащий принимает решение об увольнении с военной службы, то он переходит в Социальный фонд. Социальный фонд может предложить военнослужащему выбор изделия или сертификата, а также направление в конкретную организацию или компенсацию расходов на средства реабилитации.

Ранее Минтруд расширил действие сертификатов в электронном варианте на технические средства реабилитации - на ортезы и различные виды протезов.

# Адаптивная одежда (работа Единого центра поддержки участников СВО)

- ортопедические брюки для инвалидов, передвигающихся на кресле-коляске. Их конструкция учитывает геометрию тела сидящего человека, помогает сохранять комфорт и имеет специальные застежки «молнии» для удобства надевания.
- Модели адаптивной одежды, которые комфортно использовать как самому инвалиду, так и одевать/снимать одежду сопровождающим.
- Куртки, имеющая разъёмную молнию в боковых швах, которую удобно надевать при спастике верхних конечностей, мешок для инвалидов-колясочников, который сохраняет тепло и удобен в использовании на прогулках за счёт полного раскрытия и дождевик, который даёт возможность свободно управлять креслом-коляской.





# АДАПТИВНАЯ ОДЕЖДА И ОБУВЬ ДЛЯ СИЛЬНЫХ И СТИЛЬНЫХ МУЖЧИН!

Конструктивные решения в одежде, для людей с особенностями здоровья,  
для их комфорта, удобства и стиля.

[ВЫБРАТЬ МОДЕЛИ](#)

[ЗАДАТЬ ВОПРОС](#)

# Спортивный костюм

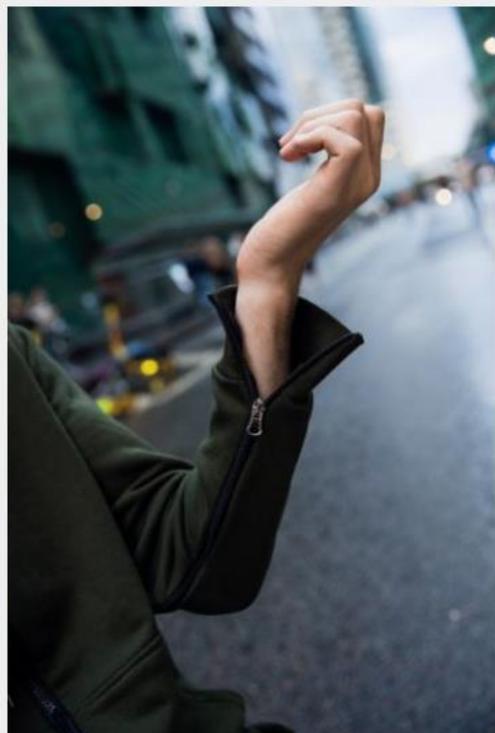


# Адаптивная одежда

## ПРЕИМУЩЕСТВО НАШЕЙ ПРОДУКЦИИ



**УДОБСТВО ПРИ  
ИСПОЛЬЗОВАНИИ  
ПРОТЕЗА**



**ЗАСТЁЖКА  
НА РАЗЪЁМНУЮ  
МОЛНИЮ**



**ЗАУЖЕННЫЙ  
РУКАВ**



**КАРМАНЫ  
СПЕРЕДИ**



**КАПЮШОН  
С ВЫСОКОЙ  
СТОЙКОЙ**

# Адаптивная одежда

## КОЛЛЕКЦИЯ МУЖСКОЙ ОДЕЖДЫ



### СПОРТИВНЫЙ КОСТЮМ

Худи свободного покроя с капюшоном и карманом "кенгуру". В боковые швы и в швы рукавов вставлены молнии для максимальной раскрываемости изделия.



### БРЮКИ ОРТОПЕДИЧЕСКИЕ

Брюки ортопедические с молниями в боковых швах, с регулируемым по объему поясом, с увеличенной длиной заднего шва.



### МЕШОК ДЛЯ НОГ

Мешок для колясочников специальной конструкции, повторяющей изгибы человеческого тела.



### КУРТКА АДАПТИВНАЯ

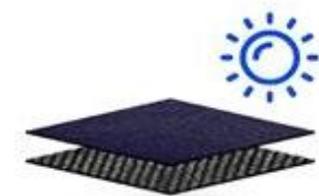
Куртка, утепленная специальной конструкции, с капюшоном, с трикотажными манжетами или перехватами.



### МЕШОК ДЛЯ ЛЕЖАЧЕГО

Мешок для колясочников специальной конструкции, повторяющей изгибы человеческого тела.

# ОСОБЕННОСТИ АДАПТИВНОЙ ОДЕЖДЫ



**ТКАНЬ:** плащевая или курточная

**УТЕПЛИТЕЛЬ:** термофинн (синтепон)

**ПОДКЛАДКА:** вискоза / флис / мех

# Адаптивная обувь

## КОЛЛЕКЦИЯ МУЖСКОЙ ОБУВИ



**УДОБСТВО ПРИ  
ИСПОЛЬЗОВАНИИ  
ПРОТЕЗА**



**ПОЛУБОТИНКИ С  
ПЕРФОРАЦИЕЙ  
ОБЕСПЕЧИВАЮТ  
ЛЁГКОСТЬ НОГАМ**



**ЗАСТЕЖКА  
НА ЛИПУЧКЕ И ПОЛНАЯ  
РАСКРЫВАЕМОСТЬ ОБУВИ**



**БОТИНКИ С ВЫСОКИМ  
БЕРЦЕМ**



**ПОЛУБОТИНКИ  
С ВЕЛЬКРО**

# Минздрав разработал стандарт оказания медпомощи пациентам с ПТСР

30.05.2023 09:35 877



Лада Шамардина

Минздрав разработал стандарт медпомощи пациентам с посттравматическим стрессовым расстройством. Срок лечения при таком диагнозе составит почти год, а среди немедикаментозных вариантов терапии предложены ароматические ванны.



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«НАЦИОНАЛЬНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР  
ПСИХИАТРИИ И НЕВРОЛОГИИ ИМЕНИ В.М. БЕХТЕРЕВА»

Утверждено  
к печати решением  
Ученого Совета  
НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева  
Протокол № 10 от 22.12.2022 г.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ОКАЗАНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ЛИЦАМ С ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИМ СТРЕССОВЫМ РАССТРОЙСТВОМ

Методические рекомендации

Санкт-Петербург

2022



Рис. 2 Организация активного раннего выявления и маршрутизации пациентов с признаками ПТСР

# Посттравматическое стрессовое расстройство ПТСР

- Посттравматический стресс – это не только наличие травмирующего события в прошлом. Такое событие – только часть общей картины, внешнее обстоятельство, которое сыграло свою роль в болезненном процессе.
- Выражение «страдающий посттравматическим стрессом», подразумевает, что человек пережил травмирующее событие, то есть, испытал нечто ужасное, что не часто случается с людьми. По определению психиатров, травмирующим называется событие, выходящее за пределы нормального человеческого опыта. **Образно говоря «Психическая травма срока давности не имеет».**
- Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) является серьезной психической проблемой, с которой сталкиваются многие военные ветераны и военнослужащие после участия в СВО, военных конфликтах и операциях.
- ПТСР возникает в ответ на травматические события, которые могут включать в себя боевые действия, террористические акты, потерю товарищей по службе и другие стрессовые ситуации.

# Какие симптомы у ПТСР?

- **Интрюзии**

Навязчивые кошмарные сновидения — яркие эмоциональные «провалы» в прошлые травматические ситуации, возникающие, например, при звуке резкого хлопка или других ассоциаций в повседневной жизни.

- Например паника в кинотеатре



# Понимание ПТСР и его влияние на военных

- ПТСР - это расстройство психики, которое может развиваться у людей, переживших или непосредственно участвовавших в травматических событиях. Для военных это могут быть боевые действия, взрывы, стрельба, а также длительные периоды стресса и опасности на военной службе.



- **Симптомы ПТСР включают в себя:**
- **Флешбэки и кошмары:** ветераны могут переживать внезапные и интенсивные воспоминания о травматических событиях, которые могут привести к кошмарам и беспокойным снам.
- **Избегание и апатия:** пациенты с ПТСР часто избегают ситуаций, которые напоминают им о травме, и могут чувствовать себя эмоционально отстраненными и апатичными.
- **Гипервозбуждение:** ветераны могут испытывать тревожность, раздражительность, приступы ярости и затруднения с концентрацией. Физические симптомы могут включать в себя **бессонницу, головные боли и проблемы с пищеварением.**
- **Отрицание и отчуждение:** некоторые ветераны могут отрицать наличие ПТСР и чувствовать себя отчужденными от окружающих.



# Крайний негативизм

Люди с ПТСР попросту не могут жить в обществе. Они по-настоящему ненавидят людей, которые вокруг, потому что они прошли ад, а эти все люди «ходят и улыбаются, веселятся». От такого чувства несправедливости начинаются склоки, которые могут перерасти в настоящие побоища.

**Возможны психопатические реакции**



# Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР)

“Как другие воспринимают мои симптомы”

Не хочет решать свои проблемы

Сторонится других

Что-то скрывает

Ноет

Постоянно в раздражении

“Как я переживаю свою боль и другие симптомы”

Стыд

Замедленность мышления

Тревога

Самобичевание

Боязнь людей и определенных мест

Изолированность

Зависимость от алкоголя или медикаментов

Агрессия

Боли в желудке, головные, в мышцах

Паранойяльные мысли

Проблемы в отношениях

Сверхбдительность

Ретравматизация

Флешбеки

Вина выжившего

Занижение самооценки

Депрессия и плен слез

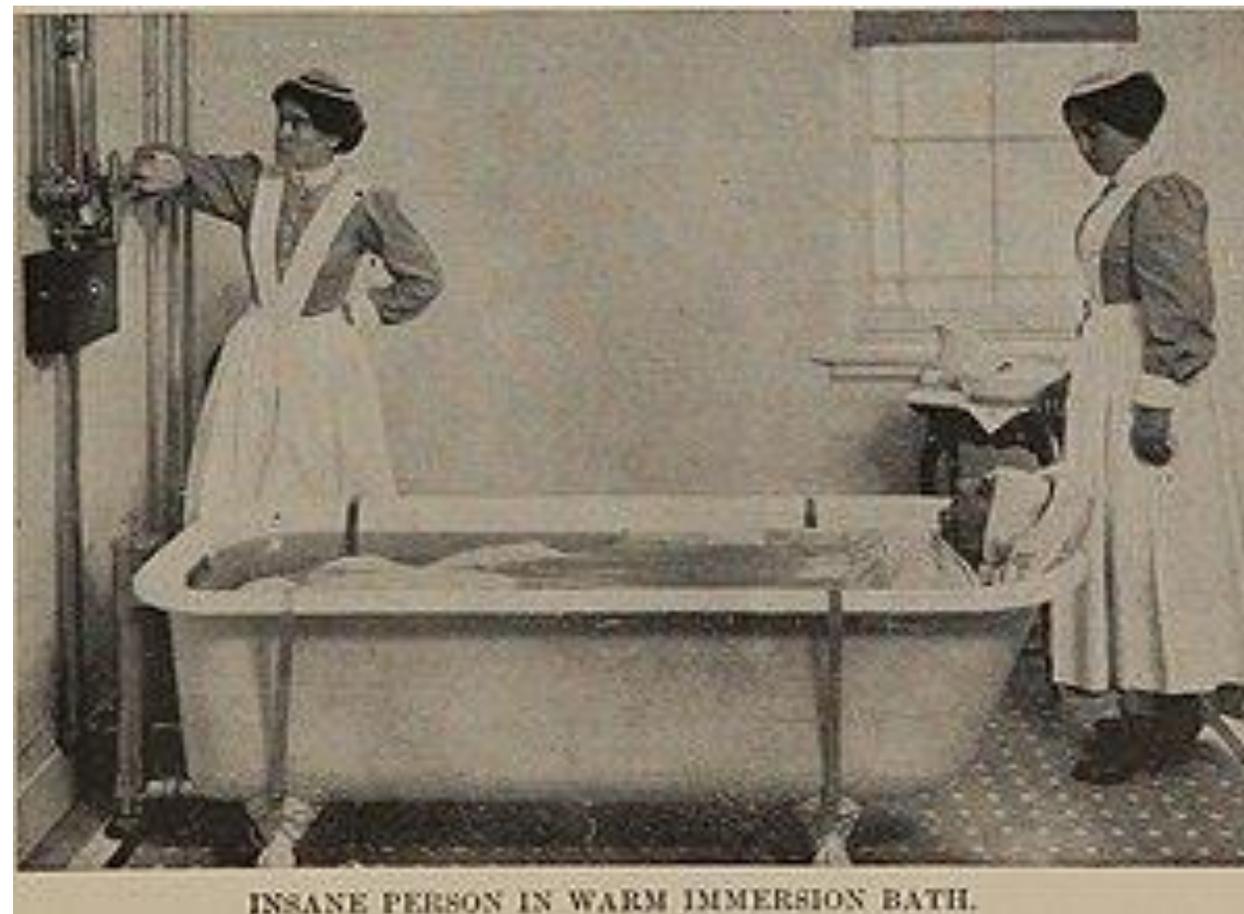
Снижение либидо

Кошмары

Проблемы со сном

# История выявления и изучения ПТСР

- Во время Первой мировой войны признание военного посттравматического расстройства как заболевания привело к тому, что в Англии, Франции и Германии ветераны с этим расстройством получили право на пенсии и лечение. В это же время появилось большое количество литературных произведений на данную тему, что привлекло общественное внимание к проблеме. В России в начале Первой мировой войны было создано «Общество военной психологии», а также несколько аналогичных гражданских организаций. Российские медики использовали опыт русско-японской войны для диагностирования и лечения травматических расстройств.



# ПТСР и российская психиатрия

- В 1914 году психиатр [Н. Н. Баженов](#) опубликовал статью, в которой описал сходство между военной психологической травмой и состоянием жертв [Мессинского землетрясения](#) и циклона на Азовском море. Он отмечал состояние «оглушения и отупения», а также «индифферентное и благодушное» отношение к факту гибели собственной семьи у некоторых лиц и полную амнезию на период катастрофы и последующий период<sup>1</sup>. Баженов также подчёркивал, что в обоих случаях за первоначальным смятением следовало полное [безразличие к собственной участи](#), проявлялась также повышенная [раздражимость](#), желание плакать, [неспособность сосредоточиться](#). По мнению Баженова, это доказывало, что психически нормальный человек может заболеть, даже если его физическому здоровью не был нанесён ущерб. В 1914 году психиатр О. Б. Фельцман сравнил психическое состояние жертв [погромов](#) с симптомами, наблюдаемыми в военное время



# Взгляд на две тысячи ярдов

- В 1945 году в США в разговорном языке появился термин «[Взгляд на две тысячи ярдов](#)» для описания несфокусированного взгляда, часто наблюдаемого у солдат, перенёсших боевую психическую травму.



# Классификация травм по длительности

Существуют 2 типа травматических ситуаций, которые приводят к ПТСР с несхожей клинической картиной.

## Простая травма

Краткосрочное, как правило, неожиданное событие (например, [сексуальное насилие](#), природная катастрофа), которое обычно несёт угрозу для индивида и превосходит его возможности в отношении самозащиты.

- Такое событие оставляет очень яркий, конкретный и неизгладимый след в памяти. Индивид может в дальнейшем видеть сны, в которых присутствуют те или иные аспекты события. При травмах этого типа для ПТСР в основном характерна классическая для данного расстройства клиническая картина.
- Возникают такие симптомы, как высокая физиологическая реактивность, повторное переживание травмы, навязчивые мысли, связанные с событием, и избегание того, что напоминает травмирующую ситуацию.



# Пролонгированная травма

- Повторяющиеся травматические ситуации («серийная травматизация» или «пролонгированное травматическое расстройство»): например, повторяющееся физическое или сексуальное насилие, травля, боевые действия. **В этом случае более вероятно, что нанесение вреда носит умышленный характер.**
- В первый раз такое событие воспринимается индивидом как травма первого типа. В дальнейшем события становятся все более предсказуемыми, **и жертва переживает страх повторения травмы, при этом ощущая чувство беспомощности в отношении возможности предотвращения травмы.** Как правило, в этом случае развивается состояние, называемое «комплексное посттравматическое стрессовое расстройство».



# Особенности травматической ситуации и реакции на неё

Травматичность ситуации для психики зависит от следующих дополнительных факторов:

- внезапность; непредсказуемость; длительность;
- повторяемость;
- отсутствие похожего жизненного опыта;
- ущерб, который был причинён или мог бы быть причинён жертве или её близким;
- экспозиция смерти (особенно для себя или своих близких): даже краткий опыт этого рода может вызвать серьёзные изменения в психике человека;
- невозможность сохранения контроля, чувство собственной беспомощности;

- вынужденность вести себя в несоответствии со своими моральными нормами и с представлением о своей идентичности;
- унижение личного достоинства;
- травма является более тяжёлой, если произошло вторжение в личное пространство человека (например, физическое и сексуальное насилие);
- событие является более травматичным для свидетелей события, если жертвой оказывается ребёнок;
- дополнительным крайне негативным фактором может быть сходство события с пережитыми в детстве психологическими и физическими травмами. В этом случае воспоминания о детских травмах активизируются и усиливают симптомы ПТСР;
- переживание состояния диссоциации в момент травмы является значимым предиктором того, что у индивида в дальнейшем разовьётся ПТСР

# Посттравматический период

- Период, который следует за травмирующим событием, часто имеет большое значение для дальнейшего развития ПТСР. В этот момент непосредственная опасность исчезает. Страх и симптомы диссоциации становятся менее интенсивными, и индивид осознаёт случившееся. Это может оказаться дополнительным психотравмирующим фактором, особенно если нет уверенности, что опасная ситуация не повторится. В частности, тяжесть ПТСР может зависеть от следующих обстоятельств:



# Посттравматический период

- от того, насколько последствия события способствуют социальной изоляции индивида;
- осознание ущерба сообществу, к которому принадлежит жертва, или её системе поддержки;
- массовый характер бедствия;
- неэффективность спасательных работ;
- невозможность получить необходимую информацию;
- наличие вторичных психотравмирующих факторов;
- необратимость изменений и потеря надежды на восстановление утраченного;
- трудность морального выбора при необходимости принимать важные решения;
- то, как человек ретроспективно оценивает своё поведение во время события;
- потеря своей социальной роли и статуса;
- **стигматизация, которая может возникнуть у жертвы насилия**;
- разрушение привычной социальной обстановки, которое вынуждает жертву адаптироваться к новой ситуации;
- разрушение структур, предназначенных для защиты и спасения людей.

# Базовые иллюзии и их нарушения

- Субъективное психологическое воздействие травматического события также связано с тем, насколько это событие нарушает базисные убеждения человека о мире и о самом себе, которые в психологии часто называют «базовыми иллюзиями». Эти иллюзии помогают человеку защищать себя от чувства тревоги по поводу возможных опасностей:

- **Иллюзия собственного бессмертия** — обычно до переживания травмы человек на подсознательном уровне не верит, что он когда-либо должен будет умереть. Переживание угрозы для своей жизни может кардинально изменить представления человека об окружающем мире, он начинает казаться хаотичным, непредсказуемым и опасным.
- **Вера в справедливый мир** — человек подсознательно верит, что всё, происходящее в мире, разумно, упорядоченно и справедливо («каждый получает то, что заслуживает»). Травма полностью разрушает эту веру, и у человека постоянно возникают мучительные мысли о несправедливости того, что с ним произошло, или навязчивые вопросы о том, в чём была его вина и почему именно с ним это произошло.
- **Иллюзия собственной непогрешимости** — человек изначально считает себя сильным и способным всегда действовать правильно. Пережив травму, он теряет самоуважение и упрекает себя в том, что он не сумел вести себя так, как это было необходимо

## Базовые иллюзии человека

ПСИХОЛОГ ЕЛЕНА ЖУЛАЕВА



# Стадии ПТСР

- **Фаза острого кризиса**

Во время и непосредственно после травмирующего события индивид находится в состоянии психологического шока. Эта фаза обычно длится не более нескольких дней. Она предшествует возникновению клинической картины ПТСР, и её особенности в значительной степени определяют дальнейшее течение заболевания. Могут проявляться.



## 2) Фаза ПТСР долговременный этап (симптомы выше)

- **Интенсивный страх**, вызывающий желание бежать или реакцию оцепенения. Некоторые жертвы травм после события могут продолжать чувствовать себя незащищенными, дрожать в течение нескольких часов, бояться остаться в одиночестве или, наоборот, ощущать опасение и недоверие в отношении людей.
- **Защитная реакция отрицания** часто проявляется в виде симптомов диссоциации: происходящее или только что случившее событие кажется человеку нереальным или случившимся не с ним, а с кем-то другим. **Человеку может казаться, что события происходят во сне или в фильме, он находится вне собственного тела, время идёт быстрее или медленнее, чем в реальности.**
- **Состояние растерянности**: человеку трудно ориентироваться в ситуации, принимать решения и совершать необходимые действия (иногда вплоть до неспособности говорить или двигаться).
- **Состояние психологической уязвимости**: человек очень восприимчив к советам окружающих людей (часто с не критическим отношением к этим советам) и в то же время становится крайне ранимым, болезненно воспринимая замечания или невнимание к нему со стороны окружающих.
- **Стыд и отвращение по отношению к самому себе**, что более типично для жертв сексуального насилия. Отвращение касается собственной личности или частей тела, к которым прикасался агрессор, они воспринимаются как «загрязнённые». В этом случае иногда человек может испытывать навязчивое желание постоянно мыться.
- **Психосоматические симптомы**, такие как тошнота, полная потеря аппетита.

**Все эти реакции являются нормальными для психики человека в травмирующей ситуации.**

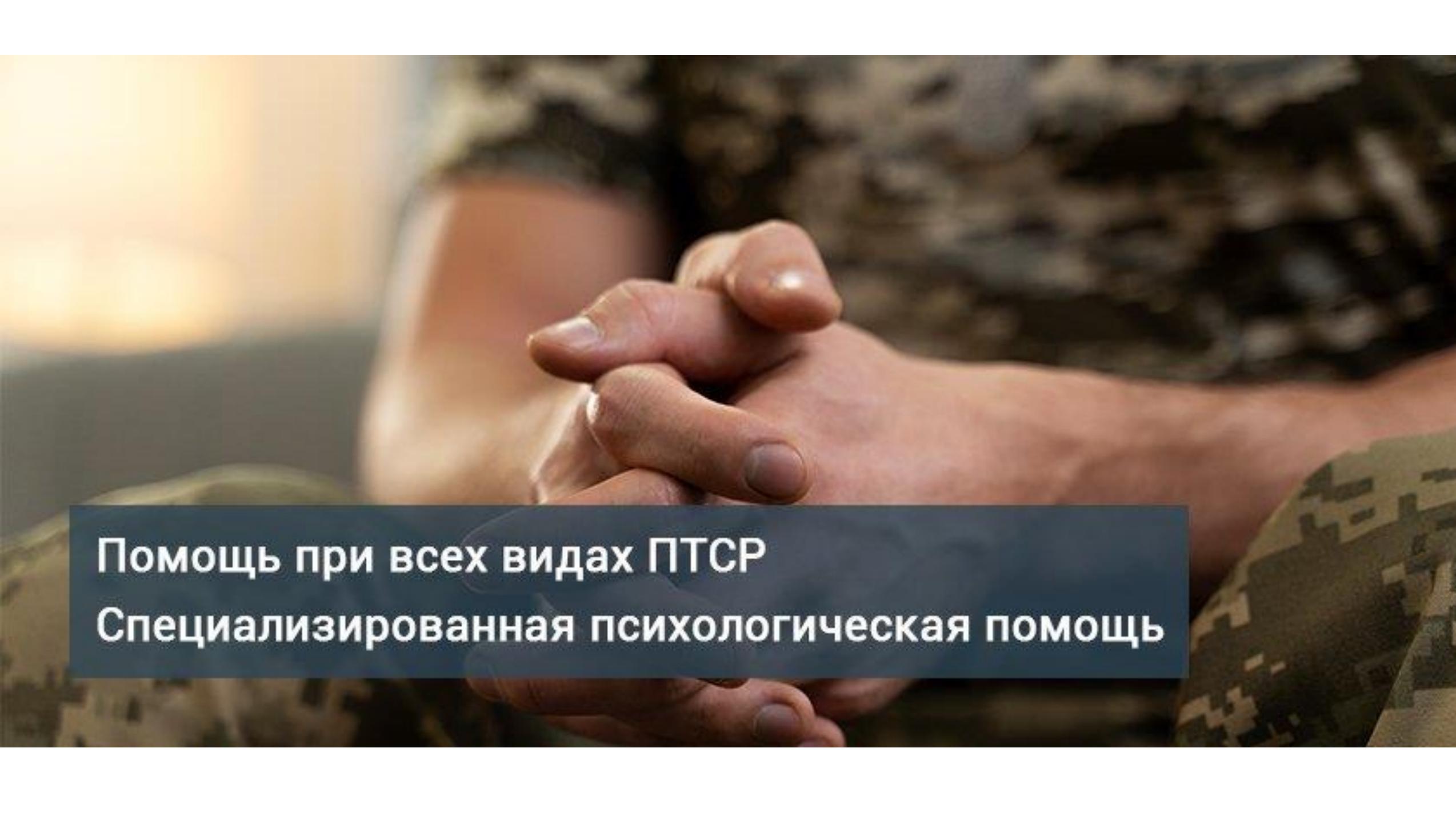
# Стадии ПТСР

- **Фаза восстановления**

- В этой стадии симптомы исчезают или становятся менее интенсивными. Возвращается способность функционировать на уровне, характерном до травмирующего события. Восстановление может оказаться полным или относительным.

- **При неблагоприятной динамике ПТСР** некоторые симптомы могут остаться даже после исчезновения классической клинической картины. Могут сохраняться тревожно-депрессивное настроение, стойкие фобии (такие, как неспособность управлять транспортным средством у жертв ДТП).

- Переживания по поводу события продолжают занимать много места в жизни человека<sup>[56]</sup>. Особенностью ПТСР является волнообразная динамика. Пациент может довольно значительный период времени почти не иметь симптомов ПТСР, а затем под воздействием самого незначительного фактора, чем-то напоминающего первоначальную травму, а иногда и без всякой видимой причины симптомы вновь возвращаются. Возможны следующие варианты неблагоприятной динамики ПТСР:
  - генерализация реакции страха;
  - генерализация реакции гнева;
  - диссоциация и «уход в себя»;
  - использование [выгоды от болезни](#).
- **В случае полного восстановления** происходит значительное уменьшение тревожности, депрессивных симптомов, гнева или стыда по поводу случившегося. К человеку возвращается доверие к миру и людям, уверенность в себе, оптимизм и прилив энергии, способность строить проекты на будущее, интерес к прежним увлечениям, работе, межличностным отношениям. Воспоминания о событии становятся значительно менее травмирующими.
- **Иногда даже наблюдается феномен «посттравматического личностного роста»**



**Помощь при всех видах ПТСР**  
**Специализированная психологическая помощь**

# ПТСР и химические аддикции

- Люди с ПТСР глушат свою боль в алкоголе. Со временем возникает зависимость. И как снежный ком начинают накапливаться стрессовые ситуации, конфликты — вплоть до белой горячки.

- Люди в таких состояниях, особенно военные, не склонны идти на психотерапию. В идеале нужна процедура возвращения к нормальной жизни. Каждый, кто был в зоне боевых действий, прикрепляется к местному психотерапевту, отходит 10 сеансов, получает заключение. Нужно сделать, чтобы это было необходимо. Он может представлять опасность как для себя, так и для окружающих. В других странах такая практика есть.



# В Ираке 30% американских солдат сходит с ума

У примерно 30% американских солдат, которые возвращаются домой из Ирака, развиваются симптомы расстройства психики. К таким выводам пришли медицинские специалисты американской армии, сообщает AP.



# Бездомные ветераны в США









ВОЛГОГРАДСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
МЕДИЦИНСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**

**ЕСТЬ ЛИ У ВАС КАКИЕ-ЛИБО  
ВОПРОСЫ?**

**Чумаков Вячеслав Игоревич,**

**к.п.н., доцент**