

Кмін А.О.

Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

Іграмов М.Ю.

Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

ОСНОВНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ МИРОТВОРЧОЇ ОПЕРАЦІЇ «СВОБОДА ІРАКУ»

У статті авторами досліджується життєво важлива роль психологічної підтримки успіху і благополуччя військовослужбовців, задіяних у миротворчій операції «Свобода Іраку». Авторами використовуються наукові дослідження іноземних авторів, звіти групи, яка відповідала за діагностику ментального здоров'я у військовослужбовців, які брали участь у даній операції, а також інтерв'ю безпосередніх учасників миротворчої операції.

У статті визнається, що сучасна війна виходить за рамки традиційного бою, і підкреслюється важливість розуміння і задоволення психологічних та емоційних потреб військовослужбовців. Авторами визначаються проблеми, з якими стикаються військовослужбовці під час перебування в зоні конфлікту, такі як психологічні травми, розлука з близькими, морально-етична дилема. Також у статті виділяються основні аспекти психологічної підтримки, починаючи від управління бойовим стресом і закінчуючи програмами лікування психологічних розладів та капеланством. Крім того, автори охарактеризовують різні стратегії та заходи, що застосовуються для надання психологічної підтримки, включаючи консультування, тренінги з стрес-менеджменту, розвитку життєстійкості, програми відновлення та лікування.

Найбільшою увагою автори приділяють програмі відновлення, основними принципами якої є: короткість, негайність, контакт, очікування, близькість, простота. Також автори розглядають розпорядок дня, за яким проживають військовослужбовці, що мають стресові розлади та знаходяться у даній програмі.

Опрацьований матеріал надає можливість зробити висновок, що під час проведення миротворчої операції психологічна підтримка була багатогранною та відіграла вирішальну роль у вирішенні унікальних проблем і задоволенні потреб військовослужбовців.

Під час дослідження питання, які охоплювали основні аспекти психологічної підтримки під час проведення миротворчої операції «Свобода Іраку», автором застосовувались наступні загальнонаукові методи: логічний та аналітичний, методи узагальнення та систематизації, метод дедукції та індукції.

Ключові слова: миротворча операція, збройні сили, Ірак, бойовий стрес, психологічна підтримка, психологічне здоров'я.

Постановка проблеми. Миротворча операція «Свобода Іраку» була складною військовою операцією з глибокими та довготривалими наслідками не лише для геополітичного ландшафту, але й для психічного та емоційного благополуччя військовослужбовців, які брали в ній участь. Незважаючи на її важливість, все ще бракує комплексних досліджень специфічних аспектів психологічної підтримки, що надається під час операції. Ця стаття має на меті заповнити цю прогалину шляхом вивчення багатогранних викликів, з якими стикаються військовослужбовці, включаючи бойовий стрес, психологічні проблеми, пов'язані

з розгортанням, та ефективність механізмів психологічної підтримки. Дослідження заглиблюється в першоджерела, інтерв'ю, щоб забезпечити детальне розуміння психологічних аспектів операції «Свобода Іраку».

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Психологічній підтримці військовослужбовців, які перебувають у зоні бойових дій, приділяється значна увага у наукових дослідженнях, особливо в контексті операції "Свобода Іраку". Дослідження Брета А. Мура та Грега Регера розкривають історію становлення та розвитку команди по боротьбі з бойовим стресом. Вони прийшли до висновку,

що з плином часу зазнали змін способи, якими військові фахівці працюють з військовослужбовцями, що страждають від бойового стресу.

У своїй науковій статті Ерік Верметтен, Ніл Грінберг, Манон А. Боешотен та інші проводять порівняння організації та практики психіатричної підтримки в п'яти країнах-партнерах, щоб визначити та порівняти ключові методи та структури для надання психіатричної підтримки, описати вузькі місця та проілюструвати нові розробки.

Аналіз розгорнутих оперативних ролей трьох ерготерапевтів, двох розгорнутих під час «Свобода Іраку» і одного в операції «Непорушна свобода» впродовж 2008–2010 років є метою дослідження іноземних науковців Енріке Сміт-Форбса, Сесілії Наджера, Дональда Хокінса. Вони зазначають, що під час операцій центри психологічної допомоги, включали терапію за допомогою тварин і реагування на катастрофи. Ерготерапевти відігравали життєво важливу роль у підрозділі, оскільки вони додавали унікальну перспективу оцінки функціональних показників військовослужбовця у повсякденній діяльності.

Таким чином, дані наукові роботи про психологічну підтримку під час операції «Свобода Іраку» підкреслюють важливість вирішення унікальних психологічних проблем, з якими зіштовхувались військовослужбовці під час і після розгортання операції. Цей огляд слугує основою для даного дослідження, яке має на меті визначити основні аспекти психологічної підтримки під час даної миротворчої операції.

Метою статті є визначити особливості психологічної підготовки під час проведення миротворчої операції «Свобода Іраку»

Виклад основного матеріалу. Під час миротворчої операції «Свобода Іраку», яка тривала з 2003 по 2011 р.р., психологічна підтримка військовослужбовців була важливою складовою їх життєдіяльності, яка спрямовувалась на підтримання загального благополуччя особового складу. Вона включала в себе вирішення психологічних та емоційних проблем, з якими зіштовхувались військовослужбовці під час проходження військової служби в зоні проведення бойових дій. До таких проблем належали: бойовий стрес і травми, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), тривога, страх, депресія, ізоляція та самотність (ізоляція, мається на увазі, від соціальних мереж та «інформаційного життя»), морально-етичні дилеми, втрати побратимів, сімейний стрес тощо. Такі психологічні проблеми могли призвести до погіршення ситуативної обізнаності, уповіль-

нення рішень та зниження бойової ефективності. Невирішені психологічні проблеми можуть мати довгострокові наслідки для психічного здоров'я військових, потенційно призводячи до хронічних захворювань, які зберігаються і після розгортання операції.

Щоб пом'якшити ці проблеми, військові все більше уваги приділяють програмам психічного здоров'я і психологічної підтримки розгорнутих військ. Ці ініціативи спрямовані на раннє виявлення та вирішення проблем, зменшення стигматизації та надання солдатам необхідних інструментів і ресурсів для подолання психологічних викликів, пов'язаних з бойовими діями, такими як ПТСР. Проактивні заходи можуть допомогти мінімізувати вплив психологічних проблем як на окремих солдатів, так і на військові підрозділи.

Тож, під час миротворчої операції «Свобода Іраку» з військовослужбовцями працювали окремі структурні підрозділи, робота яких була спрямована на психологічному допамогу особового складу:

- Команда контролю бойового стресу;
- Групи з охорони психологічного здоров'я;
- Програми контролю над бойовим та оперативним стресом;
- Капеланські служби.

Команда контролю бойового стресу (Combat stress control). Основним завданням даних команд є профілактика, сортування та короткострокове лікування ПТСР. До її складу зазвичай входять психолог, соціальний працівник і два фахівці з психічного здоров'я. Однак нерідко замість психолога працює лікар-психіатр. Команду стратегічно розміщують у передових підрозділах, щоб запобігти стресовому зриву і допомогти зберегти особовий склад підрозділу сильним. Це досягається різними способами. Один з найпоширеніших підходів – консультації з командуванням. Таким чином спеціалісти з команди подолання бойового стресу інформують командування підрозділу про початкові ознаки ПТСР в особового складу, а також конкретні проблеми, які можуть сприяти зниженню бойового духу. [1, с. 14–15]

Отже, психологи проводять аналіз, оцінку та лікування психологічних розладів. Вони оцінюють як солдатів, так і підрозділи, використовуючи клінічні інтерв'ю та психометричні інструменти оцінки. Такі оцінки допомагають психологам виявляти бойовий стрес і нервово-психічні розлади та надавати рекомендації солдатам і командирам щодо профілактики та лікування. Соціальні працівники проводять індивідуальні та групові

консультації та психологічну оцінку окремих військовослужбовців та підрозділів в цілому. До них часто звертаються у випадку домашнього чи сексуального насилля. Фахівці з психічного здоров'я є військовослужбовцями стокової служби, які пройшли базову армійську підготовку, а також кількомісячну спеціалізовану підготовку з базових клінічних навичок та інтерв'ювання. До їх обов'язків включаються: проведення вступних співбесід, супровід психічнохворих під час авіамединої евакуації. Крім того, як військовослужбовці строкової служби, вони є технічними і тактичними експертами і тренують підрозділ у багатьох видах діяльності, таких як водіння тактичних машин, реагування на вогонь із закритих позицій, виявлення і реагування на ядерні, біологічні, хімічні, радіологічні або вибухові атаки. [1, с. 18–21]

Групи з охорони психологічного здоров'я (*Mental health advisory team*). Ця група складалась із психіатрів, психологів, соціальних працівників, медичних сестер із психічного здоров'я [2]. Основними завданнями, які покладали на дану групу були: надання психологічних консультацій, терапії та медикаментозного лікування осіб, які мали проблеми з психічним здоров'ям, ПТСР, депресію чи тривогу. Психологічні консультації включали в себе спілкування з військовослужбовцями на теми, що стосувались їх психічного стану, стресу, який вони відчувають під час проведення миротворчої операції. Також спеціалістами даної групи проводились тренінги й навчання, з питань стресменеджменту, релаксаційних технік та інших навичок для збереження психічного здоров'я [3]. До основних рекомендацій, які надавала дана група під час проведення миротворчої операції «Свобода Іраку» були:

- зобов'язати всіх військовослужбовців перед розгортанням пройти тренінг бойового мислення;
- зобов'язати всіх військовослужбовців після розгортання прости бойову підготовку;
- навчати та тренувати сержантський та офіцерський склад щодо важливості ролі, яку вони відіграють у підтримці психічного здоров'я, а також курси підготовки “Командирський склад”, “Лідерство для солдатів”, “Базовий курс для офіцерів”;
- збільшити інтервал між розгортанням до 18-36 місяців або зменшити тривалість розгортання, щоб надати солдатам додатковий час для відновлення після однорічного бойового відрядження;
- була необхідність у розробленні стандартизованих процедур дебрифінгів після критичних подій (смерть, серйозне поранення тощо);

Доступ військовослужбовців до психіатричної допомоги впродовж робочого дня [7].

Програми контролю над бойовим та оперативним стресом. Дана програма включала в себе повний спектр психологічної допомоги, від профілактики до клінічного втручання. Зазвичай, основу фахівців програми складали ерготерапевти. Програма полягала в координації постачання бойової медичної підтримки збройним силам США в секторі Багатонаціонального корпусу – Ірак для збереження бойової сили шляхом профілактики, лікування та, за необхідності, евакуації постраждалих від бойового стресу. Основними принципами програми були: «короткість» (зазвичай менше 72 годин); «негайність» (як тільки симптоми є очевидними); «контакт» (ланцюг командування залишається безпосередньо залученим до відновлення та повернення військовослужбовця на чергування); «очікування» (очікування персоналу підрозділу програми, що поранені відновляться); «близькість» (лікування на фронті або якомога ближче до нього); та «простота» (використання простих заходів, таких як відпочинок, харчування, гігієна та заспокоєння). Дана програма складалась із програми відновлення та амбулаторної програми.

Отже, програма відновлення в Іраку працювала 24 години на добу, 7 днів на тиждень, допускаючи військовослужбовців з ознаками стресу на перебування від 24 до 72 годин. Після прибуття, військовослужбовець ознайомлювався із закладом і правилами. Проводився огляд його особистих речей; гострі предмети та всі ліки замикались в безпечному місці та повертались після завершення програми. Щоденний розклад починався з фізичних тренувань о 6:00 ранку, після чого йшов ряд із дев'яти занять із життєвих навичок, розбитих на три заняття щодня. Ці заняття стосувались стресостійкості, управління гнівом, депресії/скорботі, спілкування/розв'язання конфліктів, позитивного мислення/вирішення проблем, усвідомлення тривоги/посттравматичного стресового розладу (ПТСР), встановлення цілей, підтримання стосунків та релаксації/гігієни сну впродовж дня. Була 1 година активності військовика щодня; використовувалась для дозвілля, пізнавальних завдань або фізичної активності залежно від потреб індивіда та складу групи. Були структуровані перерви для їжі та вільного часу в кінці дня, включаючи відключення світла о 22:00.

Амбулаторну програму забезпечують наступні спеціалісти: психіатричні медичні сестри, психологи, психіатри, соціальні працівники.

В цій програмі беруть участь військовослужбовці, які потребують інтенсивної терапії та медикаментозного лікування [4].

Капеланські служби. Однією з основних місій капеланів під час розгортання миротворчої операції було пастирське консультування. Воно спрямовувалось на інтеграцію пастирської підготовки з поведінковим здоров'ям. [5] Капелани під час ротаций забезпечували релігійну свободу та піклувались про всіх солдатів незалежно від віросповідання. Так, наприклад, капелан міг забезпечити, щоб єврейські солдати могли отримати кошерні (готові страви) і щоб вікканські солдати могли знайти місце для поклоніння, при чому капелан міг не бути представником даних конфесій. Також вони проводили розмови із солдатами, координацію богослужінь, з духовної точки зору, розповідали про важливість їх професії та надихали на подальше роботу. Не рідко до капеланів могли звернутись із проблемами особистого та сімейного характеру, на що представники духовенства разом із командним складом знаходили вихід із складної, на погляд військовослужбовця, ситуації. Також, капелани співпрацювали із представниками волонтерських структур, які допомагали передавати посилки з дому із частуваннями чи іншими "коштовними" для миротворця речима [6].

Окремо хотілось би виділити таку психологічну підтримку як самодопомога та взаємопомога між військовослужбовцями. Перш за все, психологами підрозділів проводились лекції та практичні заняття з психічної самопомоги (вчили боротись зі стресом, допомагати під час панічних атак тощо). Ці заняття проводились як перед розгортанням миротворчої операції, так і під час її проведення (в місцях відпочинку підрозділу).

Взаємопомога передбачала, що члени підрозділу піклуються один про одного і надають емоційну підтримку своїм товаришам. Вона проявлялась у підтримці один одного на передовій,

ділились досвідом (наприклад, порадами щодо адаптації, як переживати стресові ситуації в тих умовах, в яких знаходились військовики) тощо. Найчастіше, взаємодопомогу можливо було побачити під час бесід між військовими, які вже певний період часу проводили в бойових умовах із новоприбулими, що тільки долучились до миротворчої операції. Таким чином, відбувався обмін досвідом, навчання необхідним навичкам виживання в незвичайних для миротворців умовах, застереження щодо можливих дій від ворожоналаштованого населення, а також розповіді про героїчні вчинки військових колег, які сприяли підвищенню морального стану особового складу.

В загальному, за психологічну підтримку відповідали всі ранги військовослужбовців (солдат-сержант-офіцер), кожен на своєму рівні намагався підтримувати військовослужбовців, допомагати у вирішенні соціально-побутових проблем, які могли виникати у сім'ї на фоні відсутності військовослужбовця (що також відображалось на психологічному самопочутті). Командири прислухались до порад психологічних груп, які надавали свої рекомендації, щодо профілактики чи лікування членів особового складу із подальшим скеровуванням їх у відповідні центри реабілітації чи психологічної підтримки.

Висновки. Отже, психологічна підтримка під час миротворчої операції була багатогранною і складалась з декількох аспектів, а саме: роботи відповідних структурних підрозділів (команда контролю бойового стресу; групи з охорони психологічного здоров'я; капеланські служби), які допомагали у вирішенні психологічних проблем військовиків, а також програми відновлення та лікування (програми контролю над бойовим та оперативним стресом). Окрім цього, військовослужбовців навчали проводити самостійній психологічній допомозі, а також підтримка та допомога військовиків, які вже мали досвід миротворчої операції.

Список літератури:

1. CPT Bret A. Moore, Psy.D. & CPT Greg Reger, Ph.D. Historical and Contemporary Perspectives of Combat Stress and the Army Combat Stress Control Team. 34 p. URL: <https://www.stress.org/wp-content/uploads/2011/08/Historical-and-ContemporaryPerspectives-of-CSC.pdf> (дата звернення: 11.10.2023)
2. Eric Vermetten, Neil Greenberg, Manon A. Boeschoten, Roos Delahaije, Rakesh Jetly, Carl A. Castro & Alexander C. McFarlane (2014) Deployment-related mental health support: comparative analysis of NATO and allied ISAF partners. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/citedby/10.3402/ejpt.v5.23732?scroll=top&needAccess=true> (дата звернення: 11.10.2023)
3. Operation Iraqi Freedom (OIF-II). Mental Health Advisory Team (MHAT-II). Report. 30 January 2005. URL: <https://www.comw.org/od/fulltext/0501mhatreport.pdf> (дата звернення: 12.10.2023).
4. Enrique Smith-Forbes, SP USA, Cecilia Najera, SP USA, Donald Hawkins, SP USA. Combat Operational Stress Control in Iraq and Afghanistan: Army Occupational Therapy. Military Medicine, Volume 179, Issue 3,

March 2014, Pages 279–284. URL: <https://academic.oup.com/milmed/article/179/3/279/4160793> (дата звернення: 12.10.2023).

5. Chaplains Train to Support Deployed Service Members. URL: https://www.army.mil/article/35698/chaplains_train_to_support_deployed_service_members. (дата звернення: 12.10.2023).

6. Military Chaplain Reflects on Three Tours of Duty to Iraq. URL: <https://www.crcna.org/news-and-events/news/military-chaplain-reflects-three-tours-duty-iraq>. (дата звернення: 12.10.2023).

7. Mental Health Advisory Team (MHAT) IV Operation Iraqi Freedom 05-07. Final Report. URL: <https://ntrl.ntis.gov/NTRL/dashboard/searchResults/titleDetail/PB2010103335.xhtml> (дата звернення: 20.10.2023).

Kmin A.O., Igramov M.Yu. MAIN ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT DURING THE PEACEKEEPING OPERATION "IRAQI FREEDOM"

In this article, the authors explore the vital role of psychological support in the success and well-being of military personnel involved in the peacekeeping operation "Iraqi Freedom". The authors draw on research by foreign authors, reports from the team responsible for diagnosing mental health of the military personnel who participated in this operation, and interviews with direct participants in the peacekeeping operation.

The article acknowledges that modern warfare goes beyond traditional combat and emphasises the importance of understanding and meeting the psychological and emotional needs of military personnel. The authors identify the problems faced by servicemen during their stay in the conflict zone, such as psychological trauma, separation from loved ones, and moral and ethical dilemmas. The article also highlights the main aspects of psychological support, ranging from combat stress management to psychological disorder treatment programmes and chaplaincy. In addition, the authors describe various strategies and measures used to provide psychological support, including counselling, stress management training, resilience building, rehabilitation and treatment programmes.

The authors focus on the recovery programme, the main principles of which are: brevity, immediacy, contact, expectation, closeness, simplicity. The authors also consider the daily routine of servicemen with stress disorders who are in this programme.

The material analysed makes it possible to conclude that during the peacekeeping operation, psychological support was multifaceted and played a crucial role in solving unique problems and meeting the needs of servicemen.

In researching the issues covering the main aspects of psychological support during the peacekeeping operation "Iraqi Freedom", the author used the following general scientific methods: logical and analytical, methods of generalisation and systematisation, deduction and induction.

Key words: *peacekeeping operation, armed forces, Iraq, combat stress, psychological support, psychological health.*