

Аліна ЛУКОМСЬКА
магістрантка ННППФПНП
Інна ШИНКАРЕНКО
доцент кафедри гуманітарних
дисциплін та психології
поліцейської діяльності
Дніпровського державного
університету внутрішніх справ,
кандидат психологічних наук,
доцент

ЩОДО НЕОБХІДНОСТІ ВИОКРЕМЛЕННЯ ШЛЯХІВ ПОДОЛАННЯ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ, ЩО ПРОЯВЛЯЄТЬСЯ У ФОРМІ ХІМІЧНОЇ АДИКЦІЇ У КОМБАТАНТІВ

Девіантна поведінка – це визначені дії або сукупність дій, що загалом суперечать ustalеним моральним, соціальним та правовим стандартам. Слід зауважити, що жодна соціальна група не здатна просто провести чітку лінію, яка б розмежувала всіх на тих, хто дотримується соціальних норм, і тих, хто їх порушує. Тому найчастіше ми маємо справу з асоціальною поведінкою. Зазначимо, що асоціальна поведінка – це поведінка, яка не відповідає морально-етичним стандартам, безпосередньо загрожуючи гармонії міжособистісних відносин [1, с. 24].

Адиктивна поведінка диференціюється за наступними видами:

- 1) хімічна (наркотична залежність, паління тютюнових виробів, токсикоманія, алкогольна залежність, залежність від лікарських засобів тощо);
- 2) нехімічна поділяється на такі підгрупи:
 - а) гемблінг (залежність від комп'ютерних, азартних ігор);
 - б) сексуальні адикції (зоофілія, фетишизм, некрофілія, трансвестизм, садомазахізм, проституція тощо);
 - в) релігійні адикції (релігійний фанатизм, секти);
 - г) шопоголізм (оніоманія, тобто психічний розлад, за якого людина відчуває себе щасливою тільки тоді, коли отримує чергову річ);
 - г) трудоголізм (тяжка залежність від роботи);
 - д) схильність до ризику (паркури, руфери, швидкісні перегони) [2, с. 35].

У цьому дослідженні ми зосередимося на найбільш поширених видах адиктивної поведінки, з якими стикаються комбатанти, а саме, на хімічних залежностях: наркоманії, алкоголізмі та тютюнопалінні.

Актуальність цього дослідження значно зростає в умовах воєнного стану, коли комбатанти зазнають надзвичайного психологічного та фізичного навантаження. Військові дії, постійна загроза життю, втрати товаришів і

родин, травматичний досвід – усе це створює сприятливий ґрунт для розвитку хімічних залежностей як засобу тимчасового зняття стресу та психологічного дискомфорту.

Отже, перш ніж виокремити шляхи подолання девіантної поведінки, що проявляється у формі хімічної адикції у комбатантів, вважаємо за необхідне дослідити, перш за все, *причини виникнення такої поведінки*:

1. *Постійний психологічний стрес*, спричинений постійним перебуванням у зоні бойових дій, породжує низку серйозних проблем для військових осіб. Цей стрес може виникнути через постійну загрозу фізичної безпеки, травматичні події, страх за власне життя та безпеку близьких, а також втрату товаришів і рідних. Військові дії можуть викликати почуття безпорадності, відчуження від нормального життя та невпевненості щодо майбутнього. Цей психологічний стрес може мати широкий спектр наслідків для військовослужбовців. Він може призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії, тривожності та інших психічних проблем. Крім того, він може вплинути на когнітивні функції, спричиняючи зниження концентрації, уваги та ухвалення рішень.

Через ці фактори важливо розглядати психологічний стрес як серйозну проблему для військовослужбовців і розробляти стратегії та програми для підтримки їхнього психічного здоров'я. Це може включати проведення психологічних тренувань і консультацій, створення спеціалізованих програм підтримки для тих, хто страждає від стресу, і забезпечення доступу до психіатричної допомоги для тих, хто потребує серйозного лікування. Також важливо надавати військовим можливість відпочити та відновитися після періодів інтенсивних бойових дій, щоб уникнути перевтоми та зниження психічного стану.

2. *Травматичний досвід*, набутий у зоні бойових дій або внаслідок воєнних конфліктів, може мати глибокий вплив на психічне та емоційне здоров'я військовослужбовців. Ці травматичні події можуть включати безліч стресових ситуацій, таких як напади, вибухи, загибель товаришів, поранення та терористичні акти. Результатом таких подій може стати розвиток ПТСР, що відзначається виникненням негативних симптомів після пережитих травматичних подій. ПТСР може виявлятися в різних формах, включаючи повторювані візуальні та аудіальні спогади про події, постійну тривогу та напругу, відчуття відчуження від оточуючих, а також погіршення настрою та емоційну лабільність. У зусиллях заспокоїти або забути свої травматичні досвіди, деякі особи можуть звертатися до вживання хімічних речовин, таких як алкоголь або наркотики, як механізму самозахисту.

Разом зі зменшенням негативних відчуттів, хімічні речовини можуть тимчасово нівелювати психічний дискомфорт і стрес, але такі «самоліки» не вирішують докорінно причини цих проблем і можуть призвести до загострення залежності. Тому важливо розуміти, що для ефективного лікування ПТСР та здоров'я загалом важливо надати військовослужбовцям

психологічну підтримку, доступ до професійної терапії та лікування, а також створити безпечне і підтримуюче оточення, що сприятиме їхньому психічному та емоційному благополуччю.

3. *Соціальна ізоляція* виникає, коли комбатант стикається з обмеженням безпосередньої комунікації зі своєю сім'єю, друзями та звичним соціальним оточенням через перебування в умовах військових дій або внаслідок тривалої віддаленості від дому. Це може бути наслідком постійних переїздів, розміщення військовослужбовця в ізольованих місцях або відсутності можливості налагодження стабільних соціальних зв'язків через постійні зміни у житті. Соціальна ізоляція може призвести до почуття самотності, відчуття виокремлення від нормального життя та недостатньої підтримки. Військовослужбовці можуть відчувати себе втраченими або непотрібними в результаті дистанціювання від своєї рідної домівки та сім'ї. Це може також призвести до відчуття безвиході, коли особа розуміє, що немає шляхів виходу з такої ситуації або немає можливості змінити своє положення.

Для вирішення цих проблем важливо створити умови для підтримки соціальних зв'язків військовослужбовців, забезпечити можливості для спілкування з рідними та друзями, надати доступ до психологічної підтримки та соціальних послуг. Також важливо розробляти стратегії для забезпечення стабільності та зручності в умовах служби, щоб зменшити вплив соціальної ізоляції на психічне та емоційне благополуччя військовослужбовців.

3. *Фізичні травми*, отримані під час воєнних дій або служби в армії, можуть призвести до появи болю та інших фізичних страждань. Це може включати поранення від куль, вибухів та інші травматичні пошкодження.

Для зняття болю військовослужбовці можуть використовувати такі медикаменти, що знижують больовий поріг або рецептурні препарати. Однак постійне вживання таких препаратів може викликати залежність і в результаті призвести до розвитку хімічної залежності. Це особливо актуально у випадку опіоїдних анальгетиків, які часто призначаються для лікування сильного болю, що виникає внаслідок травматичних ушкоджень. З часом вживання опіоїдів може сприяти розвитку фізичної залежності, а в подальшому – і до психологічної. Для запобігання цього важливо надавати військовослужбовцям доступ до альтернативних методів безболісного лікування, таких як фізична терапія, масаж, акупунктура та інші нетрадиційні методи. До того ж, важливо проводити нагляд за вживанням медикаментів та забезпечити військовослужбовцям психологічну підтримку та ресурси для управління стресом та емоційними труднощами, які можуть виникати внаслідок травматичних ушкоджень.

Таким чином, умови воєнного стану додають складностей у боротьбі з хімічною залежністю, оскільки вони можуть збільшити стрес та небезпеку для військовослужбовців. Водночас, умови воєнного конфлікту часто зменшують доступ до ефективних програм лікування та психологічної підтримки. Тому важливо надавати належну увагу цьому питанню та розробляти адаптовані до

умов воєнного стану програми попередження та лікування хімічних залежностей. Адже, військова людина, яка вживає наркотики, на відміну від цивільної, заподіює шкоду і біль не лише собі та своїй сім'ї, але й створює небезпеку для підрозділу, адже вона може бути неадекватною. Після вживання наркотичного засобу змінюється свідомість, реакції вже не ті, неможливо виконувати свою роботу так само якісно, як виконує її свідомо людина [3].

Подолання хімічних залежностей у воєнних ветеранів може також вплинути на суспільство в цілому. Спільні зусилля у цій сфері сприяють зменшенню негативних впливів війни на ветеранів та їхні сім'ї, а також допомагають забезпечити стабільне та безпечне суспільство, в якому ветерани можуть успішно інтегруватися та жити повноцінним життям.

Тому важливо виокремити шляхи подолання хімічних залежностей у комбатантів. Ми вважаємо, що психологічна підтримка та реабілітація є важливою складовою у лікуванні хімічних залежностей. Фахові психологи надаватимуть індивідуальну та групову терапію, спрямовану на роботу з травматичним досвідом та стресом, що часто лежить в основі хімічних залежностей. Ці терапевтичні підходи допоможуть відновити психологічну стійкість та розуміння власних мотивацій і побажань.

Медичне лікування також важливе у подоланні хімічних залежностей. Використання медикаментозної терапії допомагатиме зняти симптоми абстиненції та стабілізувати психічний стан військовослужбовців. Це може включати застосування ліків для зменшення відчуття прагнення до вживання речовини, а також для полегшення побічних ефектів від відмови від них.

Соціальна підтримка відіграватиме важливу роль у процесі реабілітації. Створення умов для підтримки у соціальній інтеграції військовослужбовців, включаючи програми реінтеграції та підтримки сімей, допомагатиме створити стійке соціальне середовище, яке сприятиме позитивним змінам у житті комбатантів.

Освітні програми про шкідливість хімічних залежностей та методи їх подолання також відіграватимуть важливу роль у зміні уявлень та установок військовослужбовців. Ці програми допомагатимуть розкрити реальність хімічної залежності та сприятимуть формуванню мотивації до позитивних змін у поведінці.

Організація груп взаємодопомоги є ефективним методом підтримки військовослужбовців у процесі реабілітації. У таких групах комбатанти можуть ділитися своїм досвідом, отримувати підтримку та мотивацію від побратимів та відчувати себе частиною спільноти, що сприяє позитивним змінам у їхньому житті.

Із вищевикладеного можна зробити висновки про те, що розробка та впровадження методик подолання хімічних адикцій у комбатантів в умовах воєнного стану є критично важливим завданням. Умови воєнного конфлікту створюють низку стресових та травматичних ситуацій, які сприятимуть розвитку хімічних залежностей серед військовослужбовців. Водночас, доступ

до ефективних програм лікування та психологічної підтримки ускладнений у цих умовах. Необхідність розробки спеціалізованих методик полягає у забезпеченні збереження боєздатності та здоров'я військовослужбовців, а також у їхній успішній реінтеграції в цивільне життя після завершення служби. Подолання хімічних залежностей сприяє не лише індивідуальному благополуччю військовослужбовців, але й стабільності та безпеці суспільства в цілому. Тому важливо розробляти та впроваджувати комплексні програми, які враховуватимуть специфіку умов воєнного конфлікту та потреби військовослужбовців у психологічній, медичній, та соціальній підтримці. Лише таким чином можна забезпечити ефективний захист і допомогу військовослужбовцям у найскладніших ситуаціях.

Список використаних джерел:

1. Максимова Н. Ю. Психологія адиктивної поведінки: навчальний посібник. Київ: Київський ун-т, 2002. 308 с.
2. Кузьменко В. В., Діса О. В., Шинкаренко І. О. Психологія девіантної поведінки: навчальний посібник. Дніпро, 2019. 69 с.
3. Наркотики в ЗСУ: на чому «сидять» солдати і як їм допомогти. *Апостроф*. URL : <https://apostrophe.ua/ua/article/society/2018-09-03/narkotiki-v-vsua-na-chem-sidyat-soldaty-i-kak-im-pomoch/20324> (дата звернення: 05.12.2023).