

Проблемы адаптации ветеранов СВО к гражданской жизни



Проценко Сергей Анатольевич

Кандидат психологических наук, директор центра разработок и аналитики факультета оценки и развития управленческих кадров института «Высшая школа государственного управления» ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», Москва, Российская Федерация
e-mail: proccent@mail.ru



Цаплин Евгений Валерьевич

Эксперт центра разработок и аналитики факультета оценки и развития управленческих кадров института «Высшая школа государственного управления» ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации», Москва, Российская Федерация
e-mail: caplin.evgeniy@mail.ru

Аннотация

В статье исследуются ключевые проблемы, с которыми сталкиваются ветераны боевых действий при переходе от военной службы к гражданской жизни. В качестве методов исследования проблем адаптации ветеранов использовались проблемно-аналитическая деловая игра и контент-анализ. Выявлены ключевые проблемные области в адаптации ветеранов к гражданской жизни: психоэмоциональные, социальные и экономические трудности. Сделан вывод о необходимости комплексного подхода к изучению проблем адаптации ветеранов боевых действий и организации программ поддержки. На основе проведенного анализа предлагаются рекомендации по созданию комплексных программ поддержки, направленных на обеспечение психологической и социальной интеграции ветеранов.

Ключевые слова

• ветераны • ПТСР • адаптация • социальная поддержка • психологическая помощь • профессиональная переподготовка •

Введение

Исследователи отмечают, что жизнь военнослужащих во время боевых действий сопряжена с большим количеством проблем и проявлений героизма, а также имеет свои социально-психологические особенности [2; 5]. Вместе с тем, переход от военной службы к гражданской жизни представляет собой один из наиболее критических периодов в жизни ветеранов, сопровождающийся рядом проблем, которые заслуживают детального рассмотрения. Проблемы адаптации, связанные с утратой четкой структурированности, социальной иерархии и коллективного контекста, являются трудностью для многих ветеранов. Исследования показывают, что возвращение ветеранов боевых действий к гражданской жизни сопровождается множеством проблем, таких как посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), депрессия и чувство социальной изоляции, особенно среди тех, кто пережил боевые действия [9; 10].

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения около 3,9% населения мира сталкиваются с ПТСР в течение жизни. У ветеранов боевых действий этот показатель значительно выше, что связано с пережитыми травматическими событиями [4; 6; 7; 9]. Ветераны боевых действий подвержены повышенному риску развития ПТСР, которое может быть более устойчивым к лечению по сравнению с гражданским населением [3; 9]. Таким образом, переходный период для ветеранов действительно осложняется развитием психоэмоциональных расстройств, а адаптация требует значительных усилий и комплексной поддержки, включающей психологические и социальные аспекты, а также профессиональную переподготовку.

О серьезных социальных и экономических последствиях затруднений в адаптации говорят данные о высокой безработице среди ветеранов, а также их низкой квалификации для гражданской работы. Исследования показывают, что отсутствие востребованных на гражданском рынке труда навыков затрудняет трудоустройство ветеранов, а это ведет к социальной изоляции и повышенному риску развития депрессии и тревожных расстройств [6, с. 41]. Кроме того, профессиональная нереализованность и связанные с ней финансовые трудности могут привести к снижению самооценки и усилению чувства одиночества, что негативно отражается на психическом благополучии ветеранов.¹

В настоящее время задачами первостепенной важности становятся активизация исследований, направленных на анализ трудностей адаптации к гражданской жизни ветеранов специальной военной операции (СВО), и разработка программ их психологической и социальной поддержки.

Цель данной статьи заключается в выявлении основных проблем адаптации ветеранов СВО, возвращающихся к гражданской жизни, и разработке рекомендаций по улучшению существующих программ поддержки.

Выборка и методы

В исследовании приняли участие 80 ветеранов СВО, которые в данный момент проходят программу профессиональной переподготовки. Все участники имеют значительный военный опыт, связанный с повышенными уровнями стресса, и находятся на этапе адаптации к гражданской жизни. Программа переподготовки, в которой они участвуют, направлена на развитие как профессиональных, так и личностных навыков, необходимых для успешной социальной адаптации к гражданской жизни.

¹ Березовец В.В. Социально-психологическая реабилитация ветеранов боевых действий: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. Москва, 1997. 24 с.; Стрельникова Ю.Ю. Структурно-динамическая модель личностных изменений специалистов профессий экстремального профиля: Автореф. дис. ... докт. психол. наук. Санкт-Петербург, 2016. 55 с.

Возраст участников исследования варьируется от 24 до 55 лет, при этом большинство составляют мужчины с различным опытом военной службы. Это позволяет предположить наличие широкого спектра адаптационных проблем и потребностей в поддержке.

Сбор данных осуществлялся в рамках проблемно-аналитической деловой игры (ПАДИ),² которая позволила участникам выразить свои переживания и выявить ключевые препятствия, мешающие успешной адаптации к гражданской жизни. Метод ПАДИ поддерживает коллективное осмысление проблем и способствует формулированию глубинных инсайтов о личных и общих барьерах адаптации. В ходе ПАДИ участники фиксировали основные причины затруднений на стикерах, что дало возможность собрать первичные данные в свободной и структурированной форме.

После завершения игры все стикеры с обозначенными участниками причинами были собраны и оцифрованы. Каждой причине был присвоен уникальный код, и она была отнесена к одной из нескольких категорий. Эта процедура категоризации позволила выделить основные направления, в которых ветераны испытывают наибольшие затруднения, и подготовить данные для дальнейшего анализа.

Для анализа полученных данных использовался метод контент-анализа, который включал тематический анализ ключевых категорий проблем и анализ частотности упоминаний проблем в каждой категории. Тематический анализ был применен для выявления ключевых тем и паттернов в сообщениях участников. Для определения наиболее распространенных проблем был проведен анализ частотности упоминаний каждой категории. Это позволило выделить главные области затруднений и установить их относительную значимость.

Комбинация этих методов анализа позволила получить всестороннюю картину трудностей адаптации, с которыми сталкиваются ветераны, и выявить приоритетные области для разработки дальнейших программ поддержки и реабилитации.

Обсуждение результатов исследования

В ходе исследования собрано 268 стикеров с проблемами. Выявлены ключевые проблемы, которые существенно осложняют процесс адаптации ветеранов к гражданской жизни (рис.1):

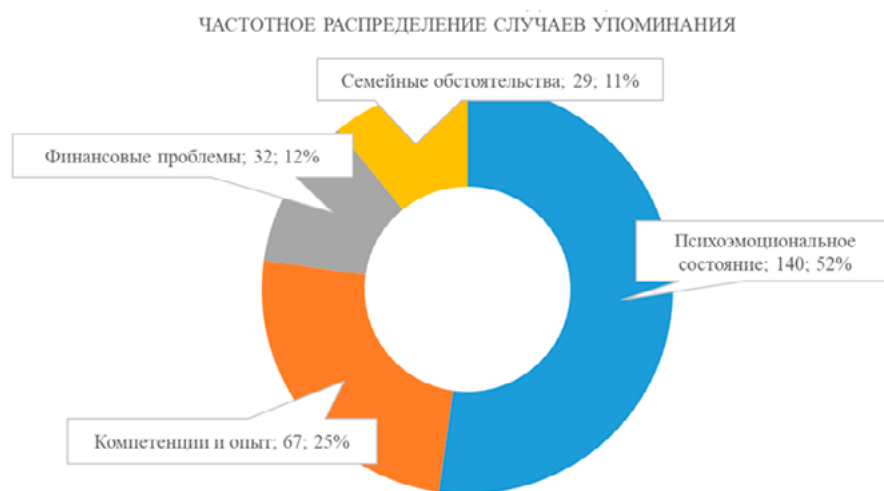


Рисунок 1. Основные категории проблем адаптации ветеранов

² Шебураков И.Б. Проблемно-аналитическая деловая игра для целей оценки и развития участников (2-е изд., доп.). Москва: Издательский дом «Дело», 2024. 64 с.

Рассмотрим каждую из выделенных категорий более подробно.

Психоэмоциональное состояние. Ветераны боевых действий часто сталкиваются с трудностями управления эмоциями, проявлениями депрессии и высоким уровнем стресса. Психоэмоциональное состояние влияет на социальную и профессиональную интеграцию ветеранов, а также на их мотивацию к активной жизни. В ходе частотного анализа данная проблемная область набрала наибольшее число упоминаний. Это говорит о том, что данная проблемная область является ключевой для успешной адаптации ветеранов боевых действий к гражданской жизни, а работа с психоэмоциональными проблемами имеет первостепенное значение. [1, с. 7-9].

Недостаток профессиональных компетенций и опыта. Проблемы трудоустройства и отсутствия навыков, востребованных в гражданской жизни, существенно затрудняют поиск работы и могут приводить к финансовой нестабильности и снижению уверенности в себе. Поэтому профессиональная переподготовка и повышение квалификации имеют большое значение и должны быть включены в реинтеграционные программы для ветеранов боевых действий как обязательные составляющие.

Финансовые проблемы. Переход к гражданской жизни сопровождается снижением финансовой стабильности у многих ветеранов боевых действий, что может вызывать дополнительные трудности в адаптации. Финансовая незащищенность может усиливать стресс и препятствовать профессиональной и социальной интеграции.

Семейные обстоятельства. Адаптация ветеранов боевых действий к гражданской жизни нередко сопряжена с личными и семейными проблемами. Конфликты в семье и отсутствие поддержки осложняют эмоциональную устойчивость ветеранов и создают дополнительные препятствия для успешной адаптации.

В ходе корреляционного анализа между данными категориями проблем связей не выявлено. Во-первых, это указывает на независимость проблем друг от друга. Во-вторых, это обосновывает необходимость комплексного подхода к дальнейшим исследованиям и решению проблем адаптации участников боевых действий, в том числе и участников СВО. Таким образом, психологическая поддержка, профессиональное развитие и финансовая помощь ветеранам должны рассматриваться как отдельные, но взаимодополняющие аспекты. Независимость выявленных проблемных областей подчеркивает необходимость комплексного подхода для формулировки реабилитационных программ для ветеранов. Важно сфокусироваться на обеспечении психологической, профессиональной и социальной поддержке, которая могла бы быть адаптирована к индивидуальным потребностям ветеранов.

В соответствии с выделенными категориями проблем были определены приоритетные направления для успешной адаптации ветеранов боевых действий.

Психологическая поддержка. Необходимы регулярные консультации с психологами, терапевтические группы и тренинги по управлению стрессом. Это поможет ветеранам восстановить эмоциональный баланс и снизить уровень тревожности и стресса.

Профессиональная переподготовка и поддержка в трудоустройстве. Требуется разработка программ развития у ветеранов боевых действий навыков и компетенций, востребованных в гражданских профессиях и адаптированных к требованиям рынка труда. Такие программы должны стать важной частью реинтеграционных мер для ветеранов боевых действий.

Финансовая поддержка. Включение в программы адаптации мер по временной финансовой поддержке и обучению финансовой грамотности поможет снизить стресс и укрепить уверенность ветеранов в собственной финансовой устойчивости.

Семейная терапия и меры социальной интеграции. Поддержка семейных отношений, семейные консультации и мероприятия по социальной интеграции позволят снизить социальную тревожность и изолированность у ветеранов, укрепят их эмоциональные отношения с окружающими и улучшат социальную и профессиональную адаптацию к гражданской жизни.

По результатам анализа мы сформулировали ряд рекомендаций для совершенствования программ адаптации ветеранов боевых действий к жизни в гражданском обществе.

Организация психологической поддержки ветеранов как обязательный элемент программ адаптации. Необходимо проводить регулярные консультации для ветеранов боевых действий с профессиональными психологами. Это позволит ветеранам совладать с посттравматическими симптомами и психологическими сложностями, вызванными стрессом и тревожностью. Дополнительные психологические программы по управлению стрессом и повышению эмоциональной устойчивости помогут укрепить общее психоэмоциональное состояние ветеранов и улучшить их социальную и профессиональную адаптацию в гражданском обществе.

Организация профессиональной подготовки и переподготовки ветеранов. Недостаток профессиональных навыков, необходимых для успешного трудоустройства, является одной из ключевых сложностей в адаптации ветеранов боевых действий. Предлагаем включать в программы адаптации ветеранов курсы профессиональной переподготовки. Курсы помогут ветеранам приобрести актуальные навыки, востребованные на рынке труда. Программы стажировок и менторства с практическим опытом в выбранных областях помогут укрепить уверенность ветеранов в своих силах и снизить страх перед новой профессиональной средой.

Меры финансовой поддержки. В первые месяцы после увольнения со службы для ветеранов остро стоит проблема финансовой незащищенности. Поэтому своевременная финансовая поддержка и создание фондов помощи семьям ветеранов помогут снизить уровень стресса, связанный с финансовыми трудностями.

Меры социальной поддержки. Социальная изоляция и недостаток социальной поддержки затрудняют адаптацию ветеранов к гражданской жизни. Поэтому важно развивать программы социальной интеграции, включающие организацию специализированных мероприятий для ветеранов и их семей, а также создание сообществ ветеранов.

Специализированное медицинское обеспечение для ветеранов. Важно обеспечить ветеранам доступ к специализированным медицинским услугам по работе с последствиями травм и хроническими заболеваниями. Организация повышения квалификации по работе с ветеранами боевых действий для медицинских работников позволит предоставить более качественное и профессиональное медицинское обслуживание.

Создание центров карьерного консультирования для ветеранов. Организация карьерного консультирования для ветеранов облегчит процесс их трудоустройства и поможет к нему подготовиться (помощь в составлении резюме, планировании карьеры и освоении современных методов поиска работы). Также необходимы юридические консультации для поддержки ветеранов по правовым вопросам, связанным с трудоустройством, доступом к льготам и защитой их прав.

Таким образом, речь идет о необходимости комплексной поддержки ветеранам боевых действий для устойчивой адаптации к гражданской жизни.

Указанные направления отражают важность комплексного подхода, который необходим для полноценной и устойчивой адаптации ветеранов к гражданской жизни.

Заключение

Анализ выявленных проблем адаптации ветеранов к гражданской жизни показал, что их успешная интеграция требует комплексного подхода, учитывающего разнообразие психоэмоциональных, профессиональных и социальных трудностей. Основными проблемными областями, затрудняющими переход к гражданской жизни, стали психоэмоциональные расстройства, отсутствие гражданских профессиональных навыков, финансовая нестабильность и проблемы социальной адаптации. Эти трудности требуют широкого спектра целенаправленных мер, включая психологическую поддержку, программы профессиональной переподготовки, временную финансовую помощь и содействие в социальной интеграции.

Предложенные рекомендации подчеркивают значимость комплексных программ, которые охватывают ключевые потребности ветеранов, обеспечивая всестороннюю поддержку на этапе перехода от военной к гражданской жизни. Реализация таких программ может повысить качество жизни ветеранов, снизив уровень стресса и депрессии, способствуя их социальной и профессиональной интеграции, а также укреплению семейных и общественных связей. Предложенные меры, такие как создание сообществ для ветеранов, развитие программ карьерного консультирования и обеспечение медицинской поддержки, будут играть важную роль в формировании устойчивой системы поддержки для тех, кто переходит от военной к гражданской жизни.

Для дальнейших исследований важно сфокусироваться на углубленном изучении специфических потребностей ветеранов различных возрастных и профессиональных групп, что позволит повысить эффективность адаптационных программ. Также требуются изучение долгосрочных эффектов предлагаемых мер поддержки и разработка дополнительных программ, учитывающих индивидуальные особенности и потребности ветеранов. Улучшение системы поддержки в перспективе может стать важным вкладом в успешную реинтеграцию ветеранов, способствуя их активному участию в гражданской жизни и улучшению социального климата.

Список литературы:

1. Василевский В.Г., Фастовцов Г.А. Формирование взглядов на проблему боевого посттравматического стрессового расстройства // Российский психиатрический журнал. 2005. № 2. С. 7-10.
2. Гнездилов Г.В., Шевченко Н.В. Современные методы психологической работы с посттравматическим стрессовым расстройством у военнослужащих // Экстремальная психология и безопасность личности. 2024. Том 1. № 2. С. 50-60.
3. Гудсон Д.Т., Хэффел Г.Д. Лечение посттравматического стрессового расстройства у ветеранов боевых действий: руководство по использованию поведенческой терапии при тревоге и посттравматическом стрессовом расстройстве (ВТАР) // Клиническая и специальная психология. 2022. Т. 11. № 2. С. 63-80. DOI: 10.17759/cpse.2022110204.
4. Дымова Е.Н. Ретроспективный анализ посттравматического стресса в годы Великой Отечественной войны // Клиническая и специальная психология. 2021. Т. 10. № 3. С. 1-16. DOI: 10.17759/cpse.2021100301.
5. О постбоевых личностных изменениях у ветеранов локальных войн / В.К. Шамрей, В.В. Нечипоренко, В.М. Лыткин [и др.] // Известия Российской военно-медицинской академии. 2020. Т. 39. № 53-4. С. 185-192.
6. Полевая Н.М., Шаповалова М.А. Социальный статус и проблемы ветеранов

- боевых действий // Вестник Амурского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. 2019. № 84. С. 39-42.
7. Пыркова К.В., Ушкова А.О. Особенности психосоциального и медицинского статуса ветеранов боевых действий с разной степенью выраженности посттравматических стрессовых нарушений // Современные проблемы науки и образования. 2015. № 3. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=20325> (дата обращения: 12.09.2024).
 8. Серенко Н.Д., Прокопович Д.А. Распространенность посттравматического стрессового расстройства в когорте ветеранов боевых действий // Актуальные вопросы военной медицины: материалы респ. науч.-практ. конф. с междунар. участием, Гродно, 27-28 июня 2023 г. / под ред. В. Г. Богдана, В. А. Филонюка. Минск: Белорусский государственный медицинский университет, 2023. С. 120-122.
 9. Grinsill R, Kolandaisamy M, Kerr K, Varker T, Khoo A. Prevalence of Complex Post-Traumatic Stress Disorder in Serving Military and Veteran Populations: A Systematic Review. *Trauma Violence Abuse*. 2024. N 25(4). P. 3377-3387. DOI: 10.1177/15248380241246996.
 10. Resnik L., Plow M., Jette A. Development of the CRIS: Measure of community reintegration of injured service members // *Journal of Rehabilitation Research and Development*. 2012. № 46(4). P. 469-480.

Problems of adaptation of Special military operation' veterans to civilian life

Protsenko Sergey Anatolyevich

PhD of psychological Sciences, Director of the Center for Research and Analytics of the faculty of assessment and development of managerial personnel, the Graduate School of Public Administration, Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Moscow, Russian Federation
e-mail: proccent@mail.ru

Tsaplin Evgeny Valeryevich

Expert of the Center for Research and Analytics of of the faculty of assessment and development of managerial personnel, the Graduate School of Public Administration, Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, Moscow, Russian Federation
e-mail: caplin.evgeniy@mail.ru

Abstract

The article examines the key problems that combat veterans face when transitioning from military service to civilian life. The following methods were used to study the problems of veterans' adaptation: a problem-analytical business game and content

analysis of problems. The key problem areas in veterans' adaptation to civilian life were identified: psycho-emotional, social and economic difficulties. A conclusion was made about the need for a comprehensive approach to studying the problems of combat veterans' adaptation and organizing support programs. Based on the analysis, recommendations are proposed for creating comprehensive support programs aimed at ensuring the psychological and social integration of veterans.

Key words

• veterans • PTSD • adaptation • social support • psychological assistance • professional retraining •

References

1. Vasilevsky V.G., Fastovtsov G.A. Formation of views on the problem of combat post-traumatic stress disorder // Russian Psychiatric Journal. 2005. N 2. P. 7-10.
2. Gnezdilov G.V., Shevchenko N.V. Modern methods of psychological work with post-traumatic stress disorder in military personnel // Extreme Psychology and Personal Safety. 2024. Vol. 1. N 2. P. 50-60.
3. Goodson D.T., Heffel G.D. Treatment of post-traumatic stress disorder in combat veterans: a guide to the use of behavioral therapy for anxiety and post-traumatic stress disorder (BTAP) // Clinical and Special Psychology. 2022. Vol. 11. N 2. P. 63-80. DOI: 10.17759/cpse.2022110204.
4. Dymova E.N. Retrospective analysis of post-traumatic stress during the Great Patriotic War // Clinical and Special Psychology. 2021. Vol. 10. N 3. P. 1-16. DOI: 10.17759/cpse.2021100301.
5. On post-combat personality changes in veterans of local wars / V.K. Shamrey, V.V. Nechiporenko, V.M. Lytkin [et al.] // Bulletin of the Russian Military Medical Academy. 2020. Vol. 39. N 3-4. P. 185-192.
6. Polevaya N.M., Shapovalova M.A. Social status and problems of combat veterans // Bulletin of Amur State University. Series: Humanities. 2019. N 84. P. 39-42.
7. Pyrkova K.V., Ushkova A.O. Features of the psychosocial and medical status of combat veterans with varying degrees of severity of post-traumatic stress disorders // Modern problems of science and education. 2015. N 3. URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=20325> (date of access: 12.09.2024).
8. Serenok N.D., Prokopovich D.A. Prevalence of post-traumatic stress disorder in a cohort of combat veterans // Actual issues of military medicine: materials of the rep. scientific-practical. conf. with international. participation, Grodno, June 27-28, 2023 / ed. V. G. Bogdan, V. A. Filonyuk. Minsk: Belarusian State Medical University, 2023. P. 120-122.
9. Grinsill R, Kolandaisamy M, Kerr K, Varker T, Khoo A. Prevalence of Complex Post-Traumatic Stress Disorder in Serving Military and Veteran Populations: A Systematic Review. Trauma Violence Abuse. 2024. N 25(4). P. 3377-3387. DOI: 10.1177/15248380241246996.
10. Resnik L., Plow M., Jette A. Development of the CRIS: Measure of community reintegration of injured service members // Journal of Rehabilitation Research and Development. 2012. N 46(4). P. 469-480.

Поступила в редакцию: 10.10.2024

Принята в печать: 14.11.2024