

Тюремная библиотека

Выпуск 4

Г. С. Човдырова

Проблемы стресса, психической дезадаптации и повышения стрессоустойчивости личности в условиях социальной изоляции

Редакционный совет:

Александров Ю.К. (член правления общественной организации «Новый Дом», консультант Нью-Йоркского института здравоохранения) – руководитель; **Зайцев И.Н.** (генеральный директор издательства «Права человека»); **Пономаренко О.И.** (директор программ Нью-Йоркского института здравоохранения); **Клименко С.К.** (старший прокурор Главного следственного управления Генеральной прокуратуры РФ, старший советник юстиции, кандидат юридических наук); **Иванова Н.И.** (исполнительный директор общественной организации «Новый Дом»); **Полозюк В.Л.** (заместитель начальника Управления воспитательной работы с осужденными ГУИН МЮ РФ, полковник вн. сл.); **Кудиненко В.А.** (кандидат психологических наук, полковник запаса).

Издание осуществлено общественной организацией «Новый Дом» при финансовой и информационной поддержке Европейской Комиссии и Нью-Йоркского института здравоохранения.

Только для бесплатного распространения.

В книге изложены результаты изучения стрессогенных проявлений, выявленных в пенитенциарной практике.

Описаны последствия психотравмирующего влияния фактора длительной изоляции как у подследственных и осужденных, так и военнослужащих по призыву ВВ и сотрудников ОВД, находившихся в условиях военного конфликта в Чечне. Выявленные механизмы развития стресса позволили автору разработать адекватные методики психопрофилактики состояний психической дезадаптации и повышения психологической стрессоустойчивости.

Книга предназначена – для психиатров, психологов, воспитателей, командиров специальных подразделений МЮ, МВД и МЧС России, занимающихся обучением и оказанием психотерапевтической помощи.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	5
ГЛАВА 1. Стресс, стрессогенные факторы и общие проблемы адаптации личности к экстремальным условиям деятельности ...	8
1. Общие механизмы развития стресса и адаптации.....	8
2. Классификация стрессогенных факторов, вызывающих психическую дезадаптацию в экстремальных условиях.....	18
ГЛАВА 2. Социальная изоляция как модель изучения различных клиничко-психологических проявлений стресса.....	28
1. Клиничко-психологические проявления стресса у подследственных и их профилактика	28
2. Социально-правовая защищенность и клинические проявления психической дезадаптации военнослужащих по призыву в условиях армейской изоляции (конфликты и реактивно-агрессивные проявления стресса типа «дедовщины»).....	47
3. Социально-психологические и правовые механизмы психопрофилактики девиантного поведения личности	91
ГЛАВА 3. Общие механизмы развития состояний психической дезадаптации и посттравматических стрессовых расстройств в экстремальных условиях	118
1. Условия оперативно-служебной деятельности, предрасполагающие к развитию состояний психической дезадаптации (обзор литературы)	118
2. Стресс и его клиничко-психопатологические проявления....	133
3. Посттравматические стрессовые расстройства и проблемы адаптации и реадaptации к социальным условиям.....	143

ГЛАВА 4. Методологические основы концепции психопрофилактики и обеспечения стрессоустойчивости в экстремальных условиях	166
1. Социально-психологические и правовые механизмы устранения профессиональных факторов риска психических расстройств	166
2. Духовно-психологические методы психопрофилактики и повышения стрессоустойчивости	188
3. Основные принципы и методы психокоррекции состояний психической дезадаптации, соответствующие профессиональным особенностям служб и направленные на обеспечение безопасности жизнедеятельности	203
4. Методологические основы безопасности жизнедеятельности личного состава	230
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	248
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	256
ЛИТЕРАТУРА	268

«Ни знание предмета твоего исследования и мощь твоих инструментов, ни обширность твоих знаний и точность твоих планов никогда не смогут заменить оригинальности твоей мысли и зоркости твоего наблюдения».

Г. Селье

ВВЕДЕНИЕ

События последних лет – социально-экономический кризис в стране, проблемы Чечни, массовые беспорядки, разгул терроризма, организованной преступности, коррупция на фоне духовного кризиса, опустошенности, утраты нравственных принципов, убеждений, идеалов – являются стрессогенными и оказывают сильное воздействие на психологическое и физическое состояние людей и являются одной из причин роста криминогенного потенциала [204, 177, 184, 124, 92, 94, 95, 96, 97, 82, 36, 76, 36]¹.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью разработки современных подходов к профилактике состояний психической дезадаптации и повышению стрессоустойчивости в чрезвычайно напряженных условиях социально-политического кризиса в стране [165, 237, 231–237, 116].

Стрессоустойчивость личности необходима не только для обеспечения общественного порядка и безопасности жизнедеятельности населения в экстремальных условиях [45, 46, 127, 131, 145, 61, 39], но и для жизнестойкости и социальной адаптации [128, 134, 135, 143, 197, 198, 110–113].

Предварительный анализ состояния проблемы позволил нам предположить, что длительное пребывание и функционирование личности в экстремальных условиях является причиной возникновения стрессовых реакций, способствующих истощению

¹ В квадратных скобках указан порядковый номер в списке литературы.

адаптационных возможностей и во многих случаях способствующих развитию психических и соматических нарушений.

Состояния психической дезадаптации бывают острыми (непосредственно в период интенсивного воздействия стрессогенных факторов) и отдаленными, или отставленными (после прекращения действия стрессоров) и называются соответственно «острые стрессовые расстройства» (ОСР) и «посттравматические стрессовые расстройства» (ПТСР), согласно международной классификации болезней – МКБ-10) [7, 114, 115, 202, 195, 219, 97, 98]. Именно поэтому в настоящее время является актуальным изучение факторов, противодействующих повреждающему влиянию стресса и способствующих повышению индивидуальной стрессоустойчивости [95, 150–152, 98, 5–7, 111–113, 226].

Решение этого вопроса может способствовать не только улучшению психофизического состояния личности, но и предотвращению других нарушений, связанных с их профессиональной деятельностью [78, 160, 230–231].

Одним из критериев снижения стрессоустойчивости является повышение под влиянием стрессогенных факторов уровня суицидов среди населения, контингента **ИУ (исправительных учреждений)** и личного состава различных подразделений МВД.

При этом нарушение психического состояния подследственного или осужденного может спровоцировать массовые беспорядки, поджоги, побеги или террористические акты в местах лишения свободы и т.д.

А изменение психического состояния сотрудника, находящегося на службе, в большинстве случаев вооруженного, может привести к нарушению привычного ритма общественной жизни, дезорганизовать работу государственных и общественных институтов, подвергнуть угрозе жизнь и здоровье людей, сохранность материальных ценностей, усугубить криминогенность обстановки и подорвать профессиональный авторитет сотрудников МВД среди населения [177, 124, 144, 133, 138–140, 205–206, 220, 140].

Обосновывая важность и целесообразность исследования проблем стресса, адаптации и обеспечения стрессоустойчивости в экстремальных условиях, необходимо подчеркнуть, что изучение существующей практики такого обеспечения, подго-

товка материалов по применению психолого-психотерапевтических методик, формулировка комплекса актуальных вопросов, поиски путей его совершенствования имеют важное теоретическое и практическое значение не только в чрезвычайных ситуациях, но и в повседневной напряженной деятельности.

С учетом изложенного были изучены подследственные следственного изолятора (СИЗО), военнослужащие по призыву ВВ, при изучении стресса изоляции, сотрудники ОМОН, СОБР, длительно находившиеся под влиянием психически дезадаптирующих стрессогенных факторов, и других подразделений, принимавшие участие в боевых действиях в Чечне и в других чрезвычайных ситуациях, возникавших в процессе осуществления служебной деятельности.

Данная работа представляет собой первое комплексное исследование, целенаправленно выявляющее причины и условия развития постстрессовых состояний, посвященное изучению механизмов, влияющих на повышение стрессоустойчивости личности в экстремальных условиях, и их связи с дезадаптирующими стрессогенными факторами.

При этом впервые условия функционирования военнослужащих по призыву ВВ и **содержание подследственных в СИЗО и осужденных в ИУ** рассмотрены как модель для изучения стресса. В работе дана своя классификация стрессогенных факторов.

В исследовании впервые экстремальные условия функционирования рассматриваются с точки зрения их воздействия на все уровни психофизиологического состояния человека, находящегося в экстремальных условиях. Это позволило обосновать концепцию о возможности трансформации состояний психической дезадаптации в ПТСР под влиянием длительного воздействия стрессогенных факторов, а также разработать системный подход к проблемам психопрофилактики психотравмирующего влияния экстремальных условий деятельности.

Г Л А В А 1
**СТРЕСС, СТРЕССОГЕННЫЕ ФАКТОРЫ
И ОБЩИЕ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ
ЛИЧНОСТИ К ЭКСТРЕМАЛЬНЫМ УСЛОВИЯМ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

1. Общие механизмы развития стресса и адаптации

В переводе с английского слово «стресс» означает давление, натяжение, усилие, а также внешнее воздействие, создающее это состояние.

Стресс, вызывающий негативные эмоции, называется «дистрессом», положительные эмоции – «эустрессом» [186–189].

В 1936 году в журнале «Nature» канадский физиолог Ганс Селье опубликовал короткое сообщение под названием «Синдром, вызываемый разными повреждающими агентами». Будучи еще студентом, Г. Селье обратил внимание на то, что различные инфекционные болезни начинаются одинаково: подъем температуры, слабость, боли в суставах, ломота, озноб. Эксперименты подтвердили, что не только инфекции, но и такие вредоносные факторы, как охлаждения, ожоги, ранения, отравления, наряду с сугубо характерными только для них последствиями, вызывают ряд однотипных биохимических, физиологических и поведенческих реакций.

В 1956 году, спустя двадцать лет после своей первой публикации, Г. Селье дал такое определение **стресса: «Неспецифический ответ организма на любое требование, которое к нему предъявляется».**

Что значит неспецифическая реакция? Это значит, что при различных экстремальных ситуациях внешне поведенческий ответ личности каждого человека будет разным, в то время как внутренний физиологический ответ будет одинаковым и выразится в трех стадиях развития стресса.

Г. Селье (1960, 1966) показал независимость процесса приспособления организма человека от характера воздействия или экстремальности. Воздействующие факторы (стрессоры) могут быть самыми различными, но независимо от своих особенно-

стей они вызывают в организме человека однотипные изменения, обеспечивающие адаптацию [187–188].

То есть и в результате функционирования личного состава МВД в условиях Чечни, или обезвреживания вооруженных террористов при захвате заложников, или действий в условиях природных катастроф или техногенных аварий изменения в организме этих людей будут происходить одни и те же, характерные для адаптационного синдрома по Г. Селье, хотя поведение будет разным.

Совокупность характерных стереотипных общих ответных реакций организма на действия раздражителей самой различной природы, реакций, имеющих прежде всего защитное значение, была обозначена Г. Селье «как общий адаптационный синдром» [187]. Он имеет определенные и хорошо известные стадии:

1) тревоги, во время которой сопротивление организма понижается (фаза шока), а затем включаются защитные механизмы;

2) сопротивления (фаза адаптации), когда напряжением систем функционирования организма достигается его приспособление к новым условиям, предъявляющим повышенные требования;

3) истощения, в которой выявляется несостоятельность защитных механизмов организма и нарастает нарушение согласованности жизненных функций, наступает их рассогласование, дезинтеграция.

Р. Лазарус (1970), развивая учение о стрессе, выдвинул концепцию, согласно которой разграничиваются физиологический стресс, связанный с реальным раздражителем, и психический (эмоциональный) стресс, который предшествует ситуации, наступает заблаговременно [267]. При этом человек оценивает предстоящую ситуацию как угрожающе трудную. Эти разделения, конечно, несколько условны. Ответ организма человека на экстремальную ситуацию всегда цельный психофизиологический.

Исходя из представлений П.К. Анохина [16], стрессовые ситуации с наиболее мощными психосоматическими последствиями возникают на основе оборонительного возбуждения и произвольного подавления его моторных проявлений, что принципиально сходно с неотрагированными эмоциями человека, и что понятие «стресс» включает всю сумму реакций организма на нанесение чрезвычайного раздражения.

Ю.А. Александровский (1997) считает, что возникновение состояний психической дезадаптации происходит при нарушении функциональных возможностей всей адаптационной системы организма в целом, а не отдельных подсистем. И при этом происходит прорыв барьера психической адаптации.

Г. Селье [187] считает, что ответ на экстремальную ситуацию у каждого человека разный (неспецифический), т.е. у одного поднимается давление, у другого открывается старая язва, третий дает психическую реакцию с переходами всей гаммы эмоций – от нормальной поведенческой до фиксированной патологической. Под одинаковой нагрузкой у каждого человека рвется слабейшее звено в цепи его организма. Вначале эмоциональная реакция формируется как гнев или страх, способствуя, соответственно, крайнему поведению – нападению или бегству. Однако такое поведение может и отвергаться, если оценивается сознанием как нецелесообразное.

Движение к полюсу эмоции «гнева» и поведенческим проявлениям «нападения» выражается в организме усиленной выработкой адреналина. Снижение выработки этого гормона снижает уровень бодрствования и может приводить к движению к полюсу эмоции «страха» и поведенческим состояниям **в виде обороны и бегства**.

Однако, хотя эмоции обуславливают физиологические эффекты и энергию активности, они сами по себе не определяют действий взрослого человека в экстремальных условиях, так как переживания данного момента интегрируются в целостное поведение на базе сознания и опыта.

В условиях экстремальности многие ситуации могут оказаться абсолютно стрессогенными в зависимости от отношения к ним самой личности и ее опыта. Отсюда и роль психологических мотивационных факторов, определяющих отношение к тем или иным событиям.

Однако при действии стрессогенных факторов у всех людей одинаково разовьются стадии стресса, но внешнее поведение может быть разным. Одни капитулируют перед трудностями, другие мобилизуют все свои физические и духовные возможности, чтобы противостоять им.

Первая стадия стресса по Г. Селье – реакция тревоги (фаза шока), выражающаяся в мобилизации всех ресурсов организма, и в первую очередь сложных физиологических и биохимических

мических, способствующих быстрому проявлению оборонительной реакции, или, как ее часто называют, «реакции борьбы и бегства». Эта реакция была сильно развита у наших предков и при малейшей угрозе обеспечивала им максимальную быстроту мобилизации сил, необходимых для борьбы с врагом, стихийными бедствиями или бегства от них. Но некоторые личности не выдерживают такой мобилизации, и при воздействии интенсивных стрессогенных факторов у них могут возникнуть «острые стрессовые реакции» (ОСР), которые более заметны на поведенчески-психопатологическом уровне. Хотя по своей сути они тоже являются стрессогенно-посттравматическими, многие [111, 219] не считают их таковыми.

Стресс вызывает прежде всего активацию симпатической нервной системы (и ее медиаторов – адреналина и норадреналина) – ведь именно она является посредником между внешними воздействиями и состоянием внутренних органов. Активность этой системы направлена на мобилизацию ресурсов организма, на создание или увеличение его готовности к действию: учащаются или усиливаются сокращения мышцы сердца; глюкоза освобождается и выделяется в кровь, где служит готовым «топливом» для мышечной активности; кровоснабжение кожи и внутренних органов уменьшается (бледность лица при волнении), а мышц и мозга – увеличивается. Регуляцию работы внутренних органов, процессов обмена, кровообращения, пищеварения, дыхания, осуществляет вегетативная нервная система, которая старается всегда сохранить постоянство и равновесие внутренней среды организма – его гомеостаз – с помощью еще одной подсистемы – парасимпатической.

Парасимпатическая нервная система, в основном, обеспечивает снижение энергетического обмена, восстановление «запасов энергии», торможение, замедление и нормализацию функций систем организма. Медиатором (посредником), осуществляющим передачу возбуждения путем электрического импульса в нейроне, в парасимпатической нервной системе является ацетилхолин. Для развития стрессовых реакций у конкретной личности необходимо включение главного звена – «реакции борьбы или бегства». Только тогда происходит рефлекторная активация коры надпочечников и мощный вторичный выброс в кровь адреналина и норадреналина, при этом

повышается артериальное давление, учащаются пульс и дыхание, повышается уровень холестерина в крови.

Е. Черепанова [219] считает, что на этой стадии человек находится в «предстартовой готовности», физически и психологически чувствует себя приподнято. На этой фазе часто психосоматические заболевания (гастриты, колиты, язвы, мигрени, аллергии) как бы проходят, но к третьей стадии возвращаются с утроенной силой. В качестве примера автор ссылается на события 1992 – 1993 гг., когда наше общество было стрессировано чрезвычайно быстрыми социальными, экономическими, политическими переменами. Именно в это время больницы и поликлиники опустели, так как люди вынуждены были мобилизовать все имеющиеся в их распоряжении адаптационные ресурсы, запас которых не безграничен, на выживание в сложных условиях.

Вторая стадия – адаптации, или сопротивления, когда организму удается за счет предшествующей мобилизации успешно справиться с вредоносными факторами. В этот период может наблюдаться повышение стрессоустойчивости, которое происходит путем глубокой адаптационной перестройки гомеостатических механизмов организма. Раскрытые на первой стадии адаптационные резервы продолжают функционировать, человек приобретает опыт устойчивости и уверенности в своей силе и действиях.

Еще исследования В. Кеннона показали, что организм стремится всегда обеспечить постоянство и равновесие состава своей внутренней среды и уровней функционирования всех систем. Но когда организму предъявляются новые требования, происходит перестройка, которая через цепь преобразований восстанавливает прежнее равновесие, но уже на ином уровне. При этом он подчеркнул, что новые условия могут определяться не только физическими раздражителями, но и психологическими причинами [120].

Если же не удается приостановить действие стрессогенных факторов, наступает третья стадия стресса.

Третья стадия – истощения. Приспособительные возможности организма снижаются, накапливается усталость. В этот период он хуже сопротивляется воздействию новых стрессоров, увеличивается опасность заболеваний. Вновь возникают сигналы тревоги, как в первой стадии, но теперь уже «внутри» на фоне истощения адаптационной энергии. В это время необхо-

дима помощь «извне»: либо поддержка систем адаптации (психологическая и психотерапевтическая), либо устранение стрессоров. При достаточно сильных и частых стрессах в реакцию организма личности дополнительно вовлекаются эндокринные системы, действие которых является еще более длительным и может влиять отрицательно на внутренние органы.

Таким образом, мы полагаем, что повышается риск развития инфаркта миокарда, инсульта, язвы желудка, гипертонии, т.е. развиваются «посттравматические стрессовые расстройства» (ПТСР) хронического течения. Можно предположить, что **признаки развития посттравматических стрессовых расстройств клинически выражаются не только в психических расстройствах, но и в соматических нарушениях (внутренних органов) или в их сочетании.**

Специалисты США всесторонне изучают механизмы возникновения стресса и возможные пути его предупреждения среди личного состава войск [50, 247, 250–252, 257, 259]. По их прогнозу, потери в результате получения психических травм в будущих войнах могут возрасти вследствие усиления напряженности боевых действий, повышения убойной силы оружия и общего усложнения обстановки на поле боя. В США также разрабатываются фундаментальные вопросы нейрофизиологии и поведения людей с целью более глубокого понимания воздействия на личный состав различных видов стресса, подробно изучаются поведенческие реакции и патофизиология стресса. Специалисты Натикского центра научно-прикладных исследований установили, что фаза устойчивого сопротивления воздействию факторов стресса характеризуется резким усилением деятельности определенных отделов головного мозга, что сопровождается ускоренным расходом медиатора нервных импульсов – норадреналина, от которого зависит способность организма противостоять факторам стресса. Нагрузки стрессовой ситуации ведут к истощению запасов норадреналина и требуют их быстрого наращивания, иначе в организме наступают нервно-психические нарушения, которыми характеризуется психическая травма.

Так, разрушая психологические, физиологические, адаптационные возможности человека, стресс, по-видимому, способствует развитию посттравматических стрессовых расстройств, на котором далее мы подробно остановимся.

Как же конкретно развиваются заболевания и меняется поведение человека после перенесенных стрессовых ситуаций? Некоторые заболевания, связанные со стрессом, – это результат излишней, повторяющейся «бомбардировки» органов избытком аварийных гормонов.

Ю.А. Александровский [5–7] в своих исследованиях много внимания уделяет клинко-психопатологическим проявлениям стресса и считает, что показателем психической дезадаптации является нехватка адекватного и целенаправленного реагирования человека в условиях психотравмирующей ситуации, приобретающей индивидуально-экстремальный характер.

Р. Kielholz (1977) считает, что Г. Селье мало внимания уделял психическим проявлениям стресса. Но он и не должен был этого делать, он не был психиатром.

По данным врачей (не психиатров) Германии, Франции и Австрии, у 25% обращающихся к врачу лиц обнаруживают психовегетативные нарушения, функциональные нарушения органов, психосоматические заболевания и депрессивные состояния. Психические стрессоры вызывают более интенсивные реакции: в стадии тревоги одновременно с вегетативными и эндокринными защитными реакциями возникает также психическая готовность к борьбе, предрасполагающая также к реакциям агрессии и страха. Во второй стадии – адаптационного синдрома – многообразии психовегетативных расстройств способствует развитию у некоторых личностей ипохондрических расстройств (уход в свои болезни, не всегда имеющие под собой объективную почву). В третьей стадии – истощения – в зависимости от конституционального предрасположения и иных факторов проявляются заболевания внутренних органов или психические заболевания. Под влиянием хронического или постоянно повторяющегося стресса возникают депрессивные, ипохондрические, тревожные развития личности с возникновением риска развития алкоголизма, лекарственной зависимости, суицидального поведения (вторичные проявления воздействия стресса). Острым или хроническим стрессом могут быть спровоцированы проявления таких психических заболеваний, как эпилепсия, шизофрения и др. У людей пожилого возраста в 90% случаев развивается депрессия. Вышеуказанный автор для выработки стрессоустойчивости рекомендует обязательное приме-

нение психотерапии, считая, что без нее лекарственная терапия эффекта не дает.

В последнее время американское командование придает большое значение проблеме выработки у военнослужащих устойчивости к стрессам и расширения их психофизиологических возможностей. По оценкам военных психологов США, в современной войне в Европе до 50% всех потерь могут составить психические. Считается, что при достаточной подготовке личного состава и квалифицированной помощи более половины военнослужащих могут быть возвращены в строй через один – три дня. На основе этих выводов усиливается психологическая подготовка солдат и офицеров. В штаты каждой дивизии включены психиатр, психолог и социолог. Осуществляются эксперименты по усилению психологической устойчивости в бою с помощью медикаментозных средств. В ряде полевых уставов армии США подчеркивается, что достижение победы в войне в значительной степени зависит от состояния духа, физических способностей военнослужащих и их способности «адаптироваться» к экстремальным условиям с наименьшими потерями для своего организма [62, 278, 283].

Термин «адаптация» широко и по-разному применяется в различных областях науки – социальных, медицинских, биологических, психологических и др.

Среди ученых наметились две группы в трактовке данного понятия, каждая из которых разделяется еще на подгруппы.

Первая – рассматривает адаптацию как следствие одной отдельной функции организма человека (возбуждения, реактивности, рефлекса и др.), а то и отдельного параметра этой функции. Причем некоторые связывают адаптацию лишь с понижением, другие – с повышением, третьи – с сохранением параметров функции.

Вторая группа рассматривает адаптацию более широко – как результат всех функций организма, но одни авторы выделяют внутренние функции, другие – внешние, третьи – и те и другие вместе. Вследствие этого сложилось двойственное физиологическое представление об адаптации:

1) как общей реакции всего организма, но на основе ведущего значения какой-либо одной физиологической системы – нервной (И.М. Сеченов, И.П. Павлов), эндокринной (Г. Селье), половой (З. Фрейд), генетической (Э. Майр) и др.;

2) как специфической «физиологической адаптации», характеризующей лишь изменения чувствительности какого-либо органа.

Но всем известно, что существует понятие и социальной адаптации.

Понятие «приспособление» обычно рассматривается как синоним термина «адаптация». Оно часто отождествляется с понятиями «защита», «акклиматизация», «устойчивость», «выносливость», «компенсация» и т.д.

Этимологически термин «адаптация» означает буквально «прилаживание», «приноровление», т.е. пригнанность и вписанность элемента в систему.

Люди, в отличие от животных, с одной стороны, располагают особой социальной системой материальной и духовной адаптации, с другой – их биологическая адаптация и дезадаптация зависят от различных социальных условий жизни и профессиональной деятельности. В современных социальных условиях происходит ускорение изменений в жизни, труде, быту людей, ритма жизнедеятельности, мобильности и миграции населения, освоения новых технологий. Все это требует новых форм и темпов физиологической и психической адаптации, новых средств и способов приспособления к быстро и резко меняющимся условиям. Учитывая сказанное, адаптацию личного состава системы МВД к резко и часто меняющимся условиям среды его функционирования, на наш взгляд, правомерно назвать социально-психологической.

В.И. Лебедев [121] считает, что границей, отделяющей обычные условия от измененных, являются такие ситуации, в которых под воздействием стрессогенных факторов психофизиологические и социально-психологические механизмы, исчерпав резервные возможности, более не могут обеспечивать адекватное отражение и регуляторную деятельность человека. И в этих случаях наступает психическая дезадаптация, или кризис.

По данным Ц.П. Короленко [108], чем длительнее срок жизни и работы на гидрометеорологических станциях, тем труднее люди реадаптируются к обычным условиям. Ряд лиц, проработавших в экспедиционных условиях на Крайнем Севере 10–15 лет, а затем переехавших на постоянное жительство в большие города, возвращаются на гидрометеорологические станции, не сумев реадаптироваться к обычным условиям жизни. Такие же

проблемы возникали у ветеранов вьетнамской войны в Америке, афганской войны у нас. Можно вспомнить и ветеранов Великой Отечественной войны, которые часто говорили о войне: «Там мы знали, где враг, а где друг»... То же самое происходит сейчас с участниками чеченского конфликта.

Еще Н.И. Пирогов отмечал, что у некоторых новобранцев из русских сел, попавших на длительную службу в Австро-Венгрию, ностальгия о доме была настолько сильной, что приводила к летальному исходу без видимых признаков какого-либо заболевания.

По данным А.Д. Гласа, ностальгия у американских солдат, проходящих службу в Европе, довольно часто приводит к выраженным психическим нарушениям. Часты были случаи самоубийства у бывших советских граждан, эмигрировавших в капиталистические страны.

Опираясь на накопленные обществом знания, познав объективные закономерности и сущность явлений внешнего мира, человек может приспособлять к ним себя или их к себе. Овладение человеком идеологией или общественной психологией, господствующей в обществе, в том или ином классе, позволяет ему адаптироваться к их требованиям.

Таким образом, можно сказать, что **адаптация – способность к приспособлению и выживанию для обеспечения жизни на всех уровнях сложности. Это основа поддержания постоянства внутренней среды и сопротивления стрессу.** Как считает Г. Селье [188, 189], есть два способа выживания: борьба и адаптация. Но чаще всего адаптация более верно ведет к успеху. Есть разные формы адаптации, например безразличие к происходящим событиям, в каких-то ситуациях, может, это выход из положения, но ограниченный в возможностях. Безразличие не допускает сотрудничества, хотя и позволяет различным сторонам сосуществовать мирно. Сотрудничество как форма адаптации более выигрышно, так как дает возможность приобретения сторонников, которые могли бы оказать помощь.

Проблема адаптации и ее многоплановая социальная детерминированность все более возрастают в связи с развитием процессов демократизации в стране и отставанием создания соответствующей законодательно-правовой базы. В современных социальных условиях происходит стремительное ускорение изменений в жизни, труде, быту, в ритме жизнедеятельности лю-

дей. Такие изменения в обществе требуют от многих людей, и особенно от личного состава системы МВД, кардинальной переоценки ценностей, перестройки морально-нравственного отношения ко многим событиям, мобильности, жизненной активности, освоения новых подходов к жизненным проблемам, нового мышления. А для этого необходимы новые формы и темпы физиологической и психической адаптации, технические и финансовые средства приспособления к быстро меняющимся условиям. Не все люди в силу своих биологических особенностей и возможностей могут это выдержать, поэтому в процессе болезненной адаптации выживают духовно и физически сильные, но как сильные, так и менее сильные нуждаются в обучении методам и способам выживания и повышения психофизической стрессоустойчивости.

Исходя из сказанного, можно сформулировать, что **стрессоустойчивость** – психофизическое состояние человека, обеспечивающее оптимальную адаптацию к экстремальным условиям, позволяющую решать возложенные на него служебные и бытовые задачи без потерь (физических и психических), т.е. находясь в состоянии психофизического равновесия.

Сложное взаимодействие внешних социальных условий и внутренних, генетически унаследованных особенностей (личность с системой отношений и мотивацией деятельности), определяет состояние стрессоустойчивости в экстремальных условиях.

2. Классификация стрессогенных факторов, вызывающих психическую дезадаптацию в экстремальных условиях

Сложность происходящих в стране общественно-политических событий предъявляет к отдельной личности повышенные требования. Сегодня как никогда особое внимание должно быть обращено на организацию работы с людьми в условиях экстремальности, так как деятельность личности проходит в чрезвычайных ситуациях с особо сложными требованиями к механизмам приспособления организма. Как правило, неудачи в сложных, кризисных ситуациях, помимо отсутствия должного профессионального и жизненного опыта, связаны с ухудшением психического состояния людей.

Следует признать, что в экстремальных условиях наблюдаются временные, эпизодические изменения психофизиологического состояния, выходящие за пределы нормы – ОСП и затем в процессе истощения адаптационных возможностей хронические ПТСР [7, 285, 270, 96, 97, 110].

Именно поэтому большой интерес представляет изучение факторов как противодействующих повреждающему влиянию стресса и способствующих повышению индивидуальной устойчивости людей к стрессовым ситуациям, улучшающих его адаптацию, так и обладающих стрессогенным дезадаптирующим влиянием на психику.

Однако пока еще не разработана единая концепция выработки устойчивости к стрессам и психопрофилактической работы в различных организациях, хотя проблема затрагивается с разных сторон [197, 209, 198, 199, 114, 123, 128, 150–152, 220, 205–206], но нет единой концепции психопрофилактики психотравмирующего влияния стрессогенных факторов, как нет и их классификации.

Совокупность факторов, влияющих на психофизическое состояние человека и его поведение в экстремальных условиях, названа в литературе стрессорами, или стрессогенными факторами. Существуют различные разделения этих факторов [55, 60, 176].

Опираясь на практический опыт и обобщая теоретические знания по этому вопросу, мы разработали следующую **классификацию стрессогенных факторов, или стрессоров**.

1. По характеру психосоциальной мотивации:

1. Стрессоры повседневной напряженной профессиональной деятельности. Сюда входят особенности различных сфер деятельности МВД, МЧС различных силовых структур, регламентируемые приказами, нормативными документами МВД [156–157], и др.

2. Стрессоры деятельности в экстремальных условиях.

Под экстремальными условиями (ЭУ) понимаются: чрезвычайные обстоятельства – кризисные ситуации социально-политического характера; чрезвычайные ситуации техногенного, экологического и природного характера; чрезвычайные происшествия криминального характера;

говоря об экстремальных ситуациях (ЭС), мы будем иметь в виду вышеперечисленные экстремальности более или менее кратковременного действия;

а) чрезвычайные обстоятельства (**ЧО**) представляют собой реальную чрезвычайную и неизбежную угрозу безопасности граждан или конституционному строю Российской Федерации, которые могут быть выражены в следующем:

попытки насильственного изменения конституционного строя или захвата власти, массовые беспорядки, диверсии и террористические акты, блокада отдельных местностей, межнациональные и региональные конфликты, сопровождающиеся насилием, угрожающие жизни и безопасности граждан или нормальной деятельности государственных институтов;

б) чрезвычайные ситуации (**ЧС**) представляют собой нарушение нормальных условий жизни и деятельности людей на объекте или на определенной территории (акватории), которые могут быть вызваны следующим:

стихийные бедствия: эпидемии, эпизоотии, пожары, наводнения, землетрясения; крупные техногенные катастрофы на земле, на воде, в воздушно-космическом пространстве, ставящие под угрозу жизнь и здоровье населения и требующие проведения масштабных аварийно-спасательных и восстановительных работ;

в) чрезвычайные происшествия (**ЧП**) криминального характера представляют собой реальную угрозу жизни, здоровью, чести и достоинству людей, любым формам собственности, являющуюся следствием совершения тяжких преступлений, требующих проведения специальных мероприятий.

Для обеспечения единого методологического подхода к проведению исследования на основе законодательства и ведомственных нормативных актов, анализа практики их применения, изучения литературных источников определены вышеуказанные основные понятия и термины, которые будут в дальнейшем использованы в работе.

Постоянное участие личного состава ОВД и ВВ в процессах предупреждения и ликвидации последствий экстремальных ситуаций вызывает определенные изменения в организме психологического и психофизического характера, что будет проанализировано далее.

3. Стрессоры семейной жизни (любовь, развод, женитьба, рождение ребенка, смерть или болезнь близких людей и др.).

4. Стрессоры морально-нравственного характера (угрызения совести, ответственность за жизни и здоровье как невинных людей, так и преступников, необходимость применения оружия и других средств поражения).

5. Стрессоры социальных условий смешанного происхождения: длительная изоляция от привычного окружения (служба в армии, пребывание в заложниках, пребывание в местах лишения свободы), необходимость уйти в отставку и адаптироваться к иным условиям жизни, сексуальная дисгармония, болезни, необходимость хирургического вмешательства, неудовлетворенные материальные потребности) и др.

Вышеуказанные стрессоры могут отличаться между собой по времени действия и по характеру воздействия на организм человека.

II. По времени действия:

1. Стрессоры с кратковременным действием (от нескольких часов до нескольких суток):

вызывающие тревогу и страх (встреча с вооруженным противником, захват заложников, действие в условиях, связанных с крупными человеческими потерями, с реальной угрозой для жизни);

вызывающие неприятные физические ощущения (боль, усталость, обусловленные неблагоприятными метеозологическими условиями – пожарами, наводнениями, отравляющими веществами);

темпа и скорости (необходимость переработать большой поток информации и принять решение, необходимость проявить предельную скорость и быстроту движения);

отвлечения внимания (тактические маневры противника); неудачных действий (просчет в оценке ситуаций, ошибка в технике движения) и др.

2. Стрессоры с длительным действием (от нескольких месяцев до нескольких лет):

длительной нагрузки, порождающие усталость (продолжительные дежурства, связанные с определенным риском и опасностью, охрана ценностей, особых объектов, монотонность ус-

ловий труда, необходимость постоянно выполнять требования начальников в ограниченные сроки и т.д.);

изоляция (служба в войсках МВД, отбывание наказания в местах лишения свободы, связанные с длительным отрывом от семьи и привычных условий, длительные командировки в напряженных условиях, служба в местах лишения свободы) и др.; войны (ведение длительных боевых действий).

III. По характеру воздействия на органы чувств человека (сотрудника):

1. Стрессоры визуально-психического ряда (смерть на глазах близких, сослуживцев, контакт с большим количеством раненых, искалеченных, впавших в панику людей; разрушения зданий, техники, сооружений, ландшафта; пожары, взрывы; вид трупов, крови и др.).

2. Стрессоры слухового ряда (гул, рев, грохот, стрельба).

3. Стрессоры осязательно-обонятельного ряда (вибрация, удары воздушной волны, сотрясения, запахи газа и трупов, холод, жара, электрический ток и др.).

Данная классификация стрессогенных факторов довольно условна, и в каждой конкретной области эти факторы переплетаются и воздействуют на личность в комплексе [167–169].

Например, на участников специальных операций по освобождению заложников в той или иной степени воздействуют следующие стрессогенные факторы:

непосредственная и высоковероятная угроза жизни и здоровью;

ответственность за жизнь и здоровье заложников, постоянный риск причинения им вреда своим бездействием или неправильными действиями;

широкий общественный резонанс каждого конкретного случая, особенно пристальное внимание к действиям правоохранительных органов, общественно-политическая значимость их ошибок (это особенно наглядно было продемонстрировано в Буденновске и Первомайске в период военных действий в Чечне);

отсутствие или противоречивость сведений о преступниках, об их психологических особенностях;

крайний динамизм и труднопредсказуемый характер изменений обстановки в связи с особенностями поведения преступников;

необходимость длительного сдерживания закономерных, крайне отрицательных эмоций в процессе непосредственного контакта с преступниками;

постоянная перегрузка психофизиологических функций, обусловленная необходимостью анализа и прогноза развития ситуации, принятия ответственных решений, организации и выполнения четких и согласованных действий в жестком лимите времени;

морально-нравственные переживания, связанные с необходимостью применения оружия или других средств поражения против преступника как человека.

Внешние факторы стресса, действующие в той или иной экстремальной ситуации, не имеют значения сами по себе, без соотнесения их с внутренними особенностями каждого человека, его физической и духовной подготовки.

Реакция личности на различные чрезвычайные обстоятельства, с резко изменившимися условиями функционирования, может сложиться из трех уровней: I и высший уровень – это мотивы и отношения личности к данной ЭС, состояние боевого духа; II уровень – состояние нервной системы, темперамента; III – уровень боевой и физической подготовленности [222–223, 53, 177–178].

Некоторые приемы определения стрессового напряжения. Признаки стрессового напряжения у разных профессиональных категорий людей одни и те же. Но причины стрессового напряжения у них могут отличаться. У личного состава силовых структур стрессогенные факторы зависят не только от социальных факторов среды, но и от конкретных социально-мотивационных факторов их функционирования в экстремальных условиях.

Таким образом, общие причины напряжения, обусловленные обычными жизненными неурядицами в быту и на работе, накладываются на стрессогенные причины, обусловленные функционированием в экстремальных условиях, и вызывают изменения, которые можно наблюдать по внешним признакам.

Ниже мы приводим признаки стрессового напряжения в свободной интерпретации по Шефферу [57].

1. Невозможность сосредоточиться на чем-либо.
2. Слишком частые ошибки в работе.
3. Ухудшение памяти.
4. Слишком часто возникает чувство усталости.
5. Очень быстрая речь.
6. Мысли часто улетучиваются.
7. Довольно часто появляются боли (голова, спина, область желудка).
8. Повышенная возбудимость.
9. Работа не доставляет прежней радости.
10. Потеря чувства юмора.
11. Резко возрастает количество выкуриваемых сигарет.
12. Пристрастие к алкогольным напиткам.
13. Постоянное ощущение недоедания.
14. Пропадает аппетит – вообще потерян вкус к еде.
15. Невозможность вовремя закончить работу.

Причины стрессового напряжения, указанные в работе О. Грегора, в свободной интерпретации по Буту [57].

1. Гораздо чаще Вам приходится делать не то, что хотелось бы, а то, что нужно, что входит в Ваши обязанности.
2. Вам постоянно не хватает времени – не успеваете ничего сделать.
3. Вас что-то или кто-то подгоняет, Вы постоянно куда-то спешите.
4. Вам начинает казаться, что все окружающие зажаты в тисках какого-то внутреннего напряжения.
5. Вам постоянно хочется спать – никак не можете выспаться.
6. Вы видите чересчур много снов, особенно когда очень устали за день.
7. Вы очень много курите.
8. Потребляете алкоголя больше, чем обычно.
9. Вам почти ничего не нравится.
10. Дома в семье у вас постоянные конфликты.
11. Постоянно ощущаете неудовлетворенность жизнью.
12. Влезаете в долги, даже не зная, как с ними расплатиться.
13. У Вас появляется комплекс неполноценности.
14. Вам не с кем поговорить о своих проблемах, да и нет особого желания.
15. Вы не чувствуете уважения к себе ни дома, ни на работе.

Ученые Холмс и Раге (цитировано по О. Грегору [57]) на основе длительных исследований составили перечень событий, имеющих определенную значимость, и выразили это в баллах. В этом перечне перемен в жизни, способных вызвать стресс, на первом месте по значимости стоит «смерть супруги (супруга)» – 100 баллов, затем «развод» – 73 балла, затем «отбывание наказания в тюрьме» – 63 балла и т.д. Всего 38 пунктов (см. приложение № 3). Итоговая сумма определяет и степень сопротивляемости стрессу. Чем выше количество баллов, тем больше сигнал тревоги, предупреждающий вас об опасности. Подсчитанная сумма выражает вашу степень стрессовой нагрузки, которую можно оценить по табл. 1.

Подсчет суммы баллов дает возможность наглядно увидеть, что возникновению стрессовой ситуации способствовали не незначительные события в вашей жизни, а их совокупность. Полученная сумма баллов позволяет определить степень сопротивляемости человека к стрессу. Если, к примеру, ваша сумма баллов свыше 300, это значит, что вам грозит реальная опасность психосоматического заболевания и вы близки к состоянию нервного истощения (см. приложение.3).

Таблица 1

Оценка соответствия суммы баллов степени сопротивляемости стрессу по Холмсу и Раге, цитировано по О. Грегору [41]

Общая сумма баллов	Степень сопротивляемости стрессу
150 – 199	Высокая
200 – 299	Пороговая
300 и более	Низкая (ранимость)

Благодаря этой таблице можно предвидеть некоторые жизненные ситуации, вызывающие стресс, и подготовиться к ним – принять активные противострессовые меры, благодаря чему негативные последствия стрессогенных ситуаций значительно уменьшатся.

Указанные причины стресса сформулированы с точки зрения личных ощущений и настроения человека, его эмоционального состояния и др. Известно, что полноценная жизнь в обществе зависит от двух важных факторов: наличия спокойной и надежной обстановки дома и удовлетворенности работой. Наличие этих факторов является косвенным показателем относительной стрессоустойчивости человека, его социально-психологической сбалансированности.

Нами была определена степень сопротивляемости стрессу у 550 человек Московского ОМОН до отправления в Чечню и через 2 недели после возвращения; полученные данные представлены в табл 2:

Таблица 2

Определение степени сопротивляемости стрессу бойцов ОМОН до и после боевых действий в Чечне

Степень сопротивляемости стрессу по Холмсу и Раге бойцов Московского ОМОН	За 2 недели до отправления в Чечню в %	Через 2 недели после возвращения
Высокая	89,3±2,3	35±1,8
Пороговая	7,4 ± 1,3	10±1,1
Низкая	3,3± 0,8	55±2,3

Обращает внимание, что высокая степень сопротивляемости стрессу до отправления в Чечню – 89,3%±2,3, в то время как после эта цифра резко снижается до 35%±1,8, различия достоверны, $p < 0,01$. Количество лиц с низкой степенью сопротивляемости стрессу увеличивается с 3,3% до 55%±2,2, $p < 0,001$.

Таким образом, зная признаки и причины стрессового напряжения, как психологи и психиатры, так и каждый сотрудник сможет наблюдать за собой, контролировать свое состояние и оберегать себя от повседневных стрессов, которые, накапливаясь на работе и дома, способствуют возникновению состояний психической дезадаптации.

На жизненном пути каждого человека поджидает множество событий и потрясений. Они являются неизбежной частью личной жизни человека и его профессии, избежать или обойти которые порой просто невозможно, но снизить уровень их стрессогенности можно. Поэтому важно знать, какие именно наиболее общие и распространенные события в жизни особенно стрессогенны. Это поможет предупреждать негативные последствия – возникновение психических отклонений и психосоматических заболеваний.

И. О. Котенев [113] предложил свой метод определения степени выраженности психологического дистресса – «уровня психологической адаптации-дезадаптации», назвав его индексом психологического дистресса (ИПД). Определение этого индекса особенно информативно при проведении научных исследований.

При диагностике последствий воздействия стрессогенных факторов на личный состав медик и психолог могут пользоваться комплексом показателей: артериальное давление, пульс, короткие опросники для оценки самочувствия, компактные психологические тесты. Учитывая, что проведение диагностических обследований «на месте» («в горячих точках») накладывает известные ограничения на применимость тех или иных методик, они должны отвечать требованиям компактности и высокой информативности, давать возможность получения экспресс-информации. Идеальный вариант их применения – с помощью компьютера и в динамике как «на месте», так и в последующем в госпитале или в другом месте прохождения медико-психологической реабилитации.

ГЛАВА II СОЦИАЛЬНАЯ ИЗОЛЯЦИЯ КАК МОДЕЛЬ ДЛЯ ИЗУЧЕНИЯ КЛИНИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЯВЛЕНИЙ СТРЕССА

1. Клинико-психопатологические проявления стресса у подследственных и их профилактика

Многие лица, направленные в места социальной изоляции в результате «ЧП криминального характера», совершают там повторные преступления. Часто поведение таких лиц в следственных изоляторах (СИЗО) и исправительных учреждениях (ИУ) способствует возникновению экстремальных условий (ЭУ) в этих местах. Необходимость профилактики ЧП криминального характера там актуальна потому, что она предупреждает возникновение ЭУ функционирования личного состава ОВД и ВВ, привлекаемого для устранения массовых беспорядков, группо-

вых побегов и других ЧП, и у сотрудников ИУ УИС (уголовно-исправительной системы), постоянно работающих в этих условиях.

В.Г. Козюля с соавторами [95] отмечают, что в последнее время значительно растут показатели насильственных преступлений осужденных против сотрудников, в особенности начальников отрядов. Этому, по мнению авторов, способствуют как социально-психологические условия функционирования, так и правовая незащищенность сотрудников, противоречивость норм, регулирующих их должностную деятельность.

На координационном совещании руководителей правоохранительных органов Российской Федерации в г. Москве 03.03.97 г. было отмечено, что более 100 сотрудников уголовно-исполнительной системы (УИС) в 1995–1996 гг. покончили жизнь самоубийством, 40 человек погибли при исполнении служебных обязанностей, уволились 40 тыс. сотрудников, 14% штатов не укомплектовано, каждый третий сотрудник работает менее одного года, каждый восьмой – потенциальный пенсионер.

В.Г. Калманов с соавторами [84] указывают на ухудшение материального положения сотрудников как одну из причин, способствующих совершению ими преступлений, нарушению законности и дисциплины.

Мы считаем, что психопрофилактика психотравмирующего влияния изоляции на осужденных и подследственных в системе СИЗО и ИУ будет способствовать снижению стрессогенности условий функционирования сотрудников этих учреждений.

В настоящее время деятельность режимных учреждений нуждается в обновлении концептуальных подходов к проблемам длительного содержания людей в условиях изоляции, которая способствует нарастанию озлобленности и агрессивности многих осужденных и подследственных. Это обстоятельство резко осложняет работу сотрудников.

Во многих работах, посвященных проблемам деятельности исправительных учреждений, отмечается, что «в местах лишения свободы очень сложно, порой драматически протекают адаптационные процессы как в социальном, так и в биологическом плане» [14]. Указанные авторы считают, что настала пора

для составления комплексных социально-биологических программ адаптации личности к местам лишения свободы.

Ю.М. Антонян [15] отмечает, что осужденные в местах лишения свободы отличаются «повышенной тревожностью, переживают страхи, постоянное беспокойство, ожидание угрозы со стороны окружающего мира, который часто бывает с ними жесток».

В.Ю. Королев, Ю.Н. Кудрявцев [107], анализируя поведение осужденных, страдающих олигофренией, отмечают, что у них очень сложно протекают адаптационные процессы, а при применении суровых мер взыскания они становятся злостными разрушителями режима ИТК.

По данным И.В. Каретникова [89], умышленные убийства и тяжкие телесные повреждения в ИУ различных видов режима совершаются и достигают своего пика в первые 2 года пребывания осужденных в них. А для ИУ усиленного и особого режима характерен пик преступлений в первые и последние годы (при сроке наказания до 10 лет).

На наш взгляд, пристальное изучение этого вопроса и выявление возможных путей профилактики высокого уровня экстремальности работы облегчат психологическое состояние и условия функционирования сотрудников, вынужденных по роду своей деятельности постоянно общаться с людьми из криминального мира.

Анализируя эти и другие литературные данные, мы выявили, что у осужденных имеются четкая «реакция входа» в режим изоляции и «реакция выхода» из него, аналогичные описанным состояниям при экстремальных условиях у других категорий граждан (космонавты, полярники, спортсмены) [121, 176, 182, 55, 231].

Литературные данные позволяют предположить, что те же изменения в психофизических и поведенческих реакциях личности, затрудняющих адаптацию к условиям изоляции, происходят и у содержащихся в колониях.

Актуальность рассматриваемой проблемы диктуется и тем, что в настоящее время мало работ, дающих информацию практическим работникам ИУ и следственных изоляторов не только о психофизических возможностях адаптации подопечных, предопределяющих их поведение, о механизме и законах развития стрессовых состояний, но и о методах и способах превенции

этих состояний. Без учета данных проблем проводимые в ИУ методы исправления и перевоспитания останутся малоэффективными. Более того, места лишения свободы могут стать самыми стрессогенными условиями работы для сотрудников МВД, несущих службу в них.

При предварительном наблюдении за поведением подследственных в СИЗО, находившихся в условиях изоляции от 1 года до 3 лет, было обнаружено, что обострение всех хронических заболеваний и изменения в поведении подследственных происходят в основном в начале срока и в конце – перед освобождением. Поэтому периоды пребывания в СИЗО условно разделили на первый (начальный), второй (средний) и третий (заключительный). Мы предположили, что изоляция на тот или иной срок, являясь стрессогенным фактором, влияет на делинквентность поведения осужденных и подследственных.

У многих осужденных «реакция входа» в режим изоляции проявлялась по активно-оборонительному типу с агрессией, направленной на окружающих и на себя (в случаях совершения суицидов, которые не анализируются в данной работе). **В случаях выраженного агрессивного поведения, направленного на окружающих, первой мишенью этого поведения и оказываются зачастую начальники отрядов и другие сотрудники.**

Изучены поведенческие реакции (суициды, криминальные действия, попытки побега и другие параметры) 333 человек, которые в общей сложности находились в СИЗО в течение 3 лет, методом сплошного отбора. Подследственные мужчины и женщины: мужчин 200 человек, средний возраст 47 лет $\pm 1,5$; женщин 133 человека, средний возраст 43 года $\pm 1,8$.

Кроме метода наблюдения за поведением подследственных и осужденных была использована психологическая программа исследования в начале, в середине и в конце срока пребывания в условиях социальной изоляции в СИЗО.

Диагностическая часть программы оценивала устойчивость нервной системы к стрессам и возможности эффективного вмешательства и состояла из 5 стандартизированных тестов-программ:

- 1 – сокращенный многофакторный опросник личности (СМОЛ);
- 2 – восьмицветовой тест Люшера;

3 – тест отношения к болезни (ТОБ);

4 – тест психофизической работоспособности (ПФР);

5 – психодиагностический тест (Ямпольского) – ПДТ;

Вначале проводилось исследование с помощью методики СМОЛ, затем при обнаружении пиков свыше 70Т баллов – всеми тестами.

Результаты комплекса тестов-программ представлялись в виде распечатки на каждого исследуемого в течение 40–50 минут. Специально обученному чтению результатов любому практическому работнику (врачу-психиатру) и воспитателю использование компьютера позволяет (в условиях отсутствия базового психолога) самостоятельно провести предварительное психологическое исследование – экспресс-диагностику психических нарушений. Кроме того, заключение позволяет врачу-психиатру после сопоставления их с клиническими данными самостоятельно решить вопросы оперативного назначения психофармакотерапии, экстренной госпитализации или выделения диспансерной группы наблюдения психически аномальных личностей в условиях СИЗО или колонии. Изменение состояния психически аномальных лиц особенно опасно, так как они могут вплетать в свои бредовые идеи сотрудников и преследовать их. Лица с начальными стадиями и вялотекущими формами шизофрении могут быть участниками и организаторами самых изощренных, запутанных и сложных преступлений в ИУ.

Воспитателям полученные данные позволяют составлять корректирующие программы на весь период пребывания подследственного в СИЗО и осужденного в ИУ и более адекватно принимать решения по возникающим конфликтным и сложным оперативно-служебным ситуациям. В результате такого обследования была выделена «группа риска», в которую вошли 40% из обследованной группы. Среди данной группы были выделены три подгруппы с ведущими шкалами, выявленными при обследовании СМОЛ.

Первая группа

У данной группы отмечался устойчивый пик профиля по 8-й шкале свыше 70Т баллов с преобладанием шизоидных черт характера. Клинически отмечалась амбивалентность поведенческих реакций: апатичная бездеятельность и напористость в достижении результатов, застенчивость и бестактность, грубость;

подозрительность и легкоеверие; отгороженность и бесцеремонная навязчивость; расхождение в суждениях и поступках. Часто воспитатели обманывались в своих ожиданиях к ним и затем не доверяли этим лицам. Практически у этой группы лиц обнаруживался стенический и гипостенический тип реагирования. Деадаптивность их поведения выражалась в том, что в конфликтных ситуациях эти лица были непредсказуемы, часто совершали неожиданные для окружающих поступки. Это были практически лица со смешанным типом реагирования. В группе риска доля этих лиц составляла 17%.

Вторая группа

Это лица с пиком профиля по 6-й шкале свыше 70Т баллов. Поведенческая реакция этих лиц на изоляцию характеризовалась стеническим типом реагирования на изоляцию. Психоэмоциональное состояние характеризовалось постоянной психической напряженностью, настроенностью, подозрительностью, обидчивостью, застреваемостью аффективных реакций, склонностью к их накоплению и построению паранойяльных идей. Эти лица открыто выражали свое недовольство условиями содержания, выступали в качестве организаторов и подстрекателей асоциальных высказываний и поступков, несмотря на доказанность вины, настаивали на пересмотре дела, писали бесконечные жалобы, несмотря на очевидность поражения. В группе риска доля этих лиц составляла 12%.

Ниже приведены данные компьютерного психологического обследования пакетом программ (СМОЛ, САН, ЛЮШЕРА, ПДТ, ПФР) на подследственную К., 33 лет, поступившую в СИЗО по причине совершения кражи (ст.144, 62 УК РСФСР). У нее первоначально был обнаружен пик по 6-й и 8-й шкалам свыше 90Т баллов, затем она была обследована пакетом ПД-тестов. Находилась в СИЗО 2 месяца.

«Актуальное психическое состояние подследственной в настоящее время характеризуется снижением работоспособности, волевой и мыслительной активности с заторможенностью, склонностью к аффективной ригидности, что сопровождается общим сниженным фоном настроения в виде безразличия к себе и окружающему, пассивной подчиняемости, апатичности. Частые приступы раздражительности, негативные реакции, возможно, связаны с возникновением спонтанного влечения к привыч-

ному наркотику. В стрессовой ситуации легко дезорганизуется с повышенной вероятностью суицидального поведения и импульсивностью. Интерпретация цветового теста Люшера выявляет дополнительно желание к сокрытию эмоционального перенапряжения: раздражительность, повышенную стрессовую реактивность, тревожность, снижение волевой активности, что может легко привести к реализации желания разрядиться употреблением привычного наркотика. Имеется повышенная вероятность совершения необдуманных поступков (побег, употребление наркотиков или алкоголя, аутоагрессивное поведение)».

Общее заключение врачебной комиссии: «В настоящее время нуждается в первую очередь в психофармакокоррекции после консультации психиатра, затем возможно применение тренинговых методов коррекции состояния, укрепляющих волевую активность и работоспособность, индивидуальной психотерапии без прямого назидания».

В данном случае все внутренние реакции подследственной, связанные с изоляцией, направлены более на саму подследственную, т.е. имеют аутоагрессивное направление. Нам приходилось встречать и гетероагрессивную направленность переживаний, когда у подследственной были обнаружены отклонения по 4-й и 6-й шкалам СМОЛ свыше 90 Т баллов и выявлена бредовая интерпретация поведения одного из сотрудников с действиями и высказываниями, направленными на его убийство (это было выявлено в первые 3,5 месяца пребывания под следствием).

Третья группа

Данная группа лиц имела ведущим пиком профиля личности 6-ю и 4-ю шкалы (свыше 70 Т баллов). Для этих лиц было более характерно дисфорически-злобное поведение, пренебрежение к внутреннему распорядку в учреждении, установленным правилам поведения, запретам. Они часто наказывались за пронос запрещенных предметов, алкоголя, наркотиков. Психическая дезадаптация усугублялась некорректируемыми асоциальными проявлениями, которые способствовали возникновению длительных конфликтов с окружающими и с администрацией учреждения, иногда эти конфликты заканчивались опасными вспышками гетероагрессии или аутоагрессии демонстративно-шантажного характера. Эти лица составляли 7% из числа группы риска.

Четвертая группа

Данная группа лиц имела пик профиля по 2-й и 7-й шкалам свыше 80Т баллов. Для этой группы была характерна чрезмерная тревожность, постоянное ожидание каких-то подвохов со стороны окружения и администрации, раздражительность и легкая истощаемость, астеничность, вялость, частые жалобы на неприятные физические ощущения, высокая обращаемость к врачам, ипохондричность. Склонность к образованию навязчивых страхов в конфликтных ситуациях выявляли больше лица из числа повторных (рецидивистов). Эти лица часто попадали в зависимость от окружающих, их часто использовали в корыстных целях для проноса запрещенных предметов и т.д. При попадании в конфликтные ситуации, требующие принятия мер административного характера, они давали тревожно-депрессивные аутоагрессии. Доля этих лиц составляла 4%.

Динамика клинических признаков психической дезадаптации подследственных в зависимости от этапов и сроков изоляции представлена в табл. 1.

Результаты обследования (в начале, в середине и в конце пребывания в СИЗО) подтверждают наши предположения о том, что изменения в поведении лиц, содержащихся в условиях социальной изоляции, соответствуют трем периодам стресса.

Таблица 1

Динамика клинических признаков психической дезадаптации подследственных в зависимости от этапов и сроков изоляции

Признаки психофизической дезадаптации	1 год (тревоги)*, данные в %		2 год (адаптации), данные в %		3 год (истощения), данные в %	
	1 пол.	2 пол.*	1 пол.	2 пол.	1 пол.	2 пол.
Суицидальные действия	40	8	4	1	–	33
Убийства и другие уголовно-наказуемые деяния	48	12	6	4	2	44

Попытки побега	15	2	3	–	2	14
Конфликты с личным составом	39	15	7	5	7	37
Употребление наркотиков и алкоголя	40	17	10	7	12	39
Психические нарушения**	25	4	2	1	3	20
Соматические нарушения	35	7	6	7	8	47
Высокий уровень ситуативной тревожности по тесту Спилбергера-Ханина	76	23	10	8	10	78

Примечания:

* 1 пол. – первая половина года, 2 пол. – вторая половина года.

** Психические нарушения – случаи госпитализации в психиатрические стационары с изменением психического состояния.

I период, начальный, соответствует фазе тревоги, фазе шока – характеризовался тревогой (до $76 \pm 1,2\%$ испытуемых обнаружили высокий уровень ситуативной тревожности), страхами с чувством безысходности и депрессией с суицидальными мыслями и поступками ($36 \pm 0,8\%$ совершили аутоагрессивные действия), что сопровождалось значимым подъемом шкалы депрессии (СМОЛ), предпочтением серо-зеленых тонов (Люшера), снижением работоспособности (ПФР) и т.д. Этот период длится в среднем **6 месяцев** с момента поступления в СИЗО.

II период, средний, – адаптационный, самый длительный, соответствующий фазе повышенной резистентности, по Г. Селье. Охватывает период основного пребывания и составляет в среднем **16–18 месяцев**. Длительность этого периода зависит от срока пребывания, определенного судом (чем длительнее срок, тем продолжительность указанных периодов увеличивается). Клиническое наблюдение показало, что подследственные в этом периоде становятся наиболее малозаметными в поведенческом плане, как бы «благоразумными» (табл. 1), наряду со сни-

жением уровня ситуативной тревожности, резко уменьшается количество ауто- и гетероагрессий, психических нарушений (с 15% в первом периоде до 3% во втором, $p < 0,001$), соматических жалоб и вновь выявленных соматических заболеваний становится меньше (с 25% до 6–8%, разница достоверна $p < 0,001$).

У большинства подследственных (68–70%) при правильно построенных режимно-педагогических мероприятиях второй период пребывания в изоляции протекал без грубых отклонений в поведении. Наблюдавшиеся единичные агрессивные психопатоподобные реакции в данном периоде были связаны с конфликтами, возникающими чаще при непедагогичном поведении сотрудников различных служб и частей, при неудовлетворенности работой, размерами зарплаты и социально-бытовыми условиями, при отсутствии своевременной медицинской помощи, особенно у лиц с психическими аномалиями. Эти причины легко устанавливались в результате беседы с подследственными и осужденными.

В этот период психологу и воспитателю (начальнику отряда) особенно важно обратить внимание на правильное трудоустройство и трудоустройство этих лиц и занятость свободного времени после работы (в колониях). Это касается лиц, работавших в хозяйственной службе, из которых, в основном, состояли обследованные лица.

III период, заключительный, – истощения, возобновления тревоги и агрессии, ожидания освобождения из мест лишения свободы – соответствует фазе истощения адаптационных возможностей организма, по Г. Селье. Он составляет в среднем **от 4 до 6 месяцев** (при общей продолжительности срока лишения свободы до 3 лет).

Клинические проявления дезадаптации в этот период характеризуются возникновением типов реакций больше психосоматического характера, в структуру которого входят не только реакции со стороны мозга (в виде изменения поведения), но и со стороны внутренних органов (в виде обострения различных хронических психосоматических заболеваний). Как и в первом периоде, обостряются такие болезни, как ИБС (ишемическая болезнь сердца), язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гипертоническая болезнь и некоторые кожные заболевания (псориаз и др.). В этих случаях в механизме нарушения

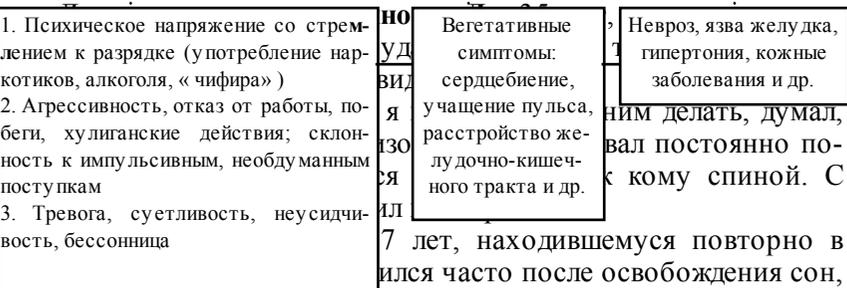
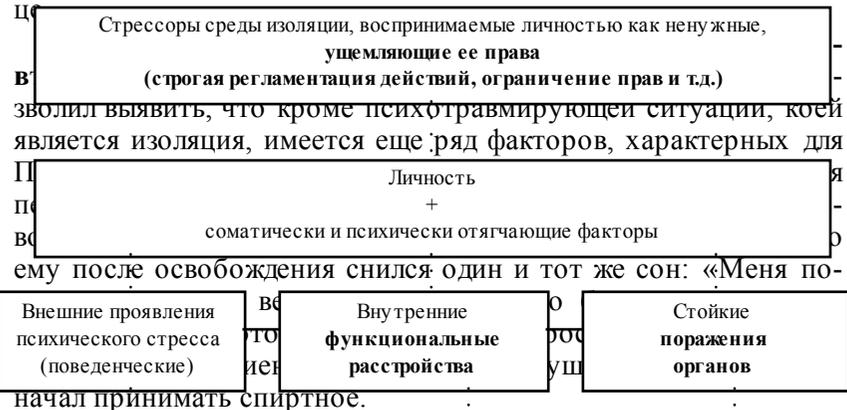
функции различных органов и систем отмечается психологически понятная связь этих расстройств с содержанием переживаний личности (страх, что не сможет трудоустроиться по желанию, не будет прописан, не примут жена, дети, другие родственники и т.д.). Из табл. 1 видно нарастание уровня тревоги и соответственно всех анализируемых параметров. Снова показатели доходят до уровня первого периода, а некоторые даже превышают их. Количество соматических нарушений даже превышает уровень первого периода с достоверной разницей, соответственно $25 \pm 1,3\%$ и $47 \pm 1,1\%$, $p < 0,001$. Это говорит о прогрессировании адаптационного синдрома в сторону постепенного истощения адаптационных механизмов.

При психологическом обследовании лиц, находящихся в этом периоде, показатели тестов снова ухудшаются, реакция тревоги появляется у 95% лиц.

Психический статус этих лиц как в первый период, так и перед освобождением характеризовался нарушением сна, невозможностью сосредоточиться на конкретных мыслях и действиях, суетливостью, возбуждением, тревогой и страхом, что забудет сделать что-то важное. У многих перед освобождением возникала тревога, что может что-то случиться, что задержит их пребывание в СИЗО. На таком фоне среди 15% при поступлении и 17% (табл. 1) при освобождении развивались и острые реактивные психозы с галлюцинаторно-параноидной симптоматикой, и другие нарушения психического состояния, которые было трудно дифференцировать в амбулаторных условиях. Некоторые состояния развивались по типу резидуально-органических. Полиморфизм клинических проявлений, связанных с нарушениями функции мозга, видимо, был связан как с определенным дефектом генотипа, так и социальными фенотипическими особенностями личности подследственных.

Отсюда, несомненно, видно, что изоляция является психосоциальным стрессором, и резко снижая адаптационные возможности организма, приводит не только к развитию многих заболеваний нервно-психической и соматической сферы, но и в условиях длительного хронического стресса снижает производительность труда, увеличивает частоту межличностных конфликтов, их криминогенность. В условиях отсутствия профилактики психотравмирующего влияния изоляции повышается риск как обострения психосоматических заболеваний, так и на-

рушений режима содержания (побеги, употребление наркотиков и алкоголя, резко агрессивные уголовно наказуемые деяния), снижается правильное восприятие режимно-воспитательных мероприятий, более того, они могут вызвать негативные реакции. Девиантность поведения на определенных этапах изоляции можно рассматривать как клиническое психопатологическое выражение адаптационного синдрома или ПТСР: остро – в начале пребывания и хронического – в конце



что, убегая из колонии, он падает на колючую проволоку и его бьет током, хотя при первом пребывании ничего подобного с ним не случалось. Кроме того, он «не мог спокойно смотреть на людей в форме», появлялось беспокойство, страх, старался их избегать или «нахамить».

Таким образом, **изменения психического состояния при поступлении** можно связать с психической травмой, связанной с социальной изоляцией, и рассматривать как острое стрессовое расстройство, **а перед освобождением** как хроническое посттравматическое стрессовое расстройство, связанное с исто-

щением адаптационных механизмов и прорывом барьера психической адаптации по Ю.А. Александровскому (1997), после длительного воздействия стрессогенных факторов. Кроме того, следует отметить, что у подследственных и осужденных клинические проявления психотравмирующего влияния изоляции отличаются от военнослужащих по призыву (несмотря на одинаковые пики в начале и при окончании изоляции), более тяжелым течением психических проявлений. Видимо, это объясняется отбором молодых и более-менее здоровых людей для службы в армию.

Появление тревожно-депрессивной и агрессивно-оборонительной реакции в виде ауто- и гетероагрессии перед освобождением из мест лишения свободы является плохим прогностическим признаком. 15% из числа находящихся на последнем этапе пребывания, несмотря на приближение долгожданной свободы, совершали повторные преступления, не выходя из ИУ. Если же и освобождались, то плохо реадаптировались к условиям когда-то привычной для них жизни и свободы, и у них обязательно в первые месяцы после освобождения, наступал рецидив противоправного поведения. Или они прибегали к помощи привычных адаптогенов – алкоголя и наркотиков, что, в свою очередь, способствовало их столкновению с правоохранительными органами, – так появлялись за все время мест лишения свободы с уже полностью сформировавшимся ПТСР, который впоследствии предопределяет криминогенность поведения многих из них.

Промежуток времени между этими сроками протекает более или менее спокойно, без существенных немотивированных отклонений в поведении, если нет провокационных моментов. Этот период характеризуется лучшими показателями в работе, тенденциями к восстановлению семейно-социальных связей, отсутствием немотивированных конфликтов и нарушений режима.

Схема 1

Схематическое представление модели развития стресса в условиях изоляции в ИУ

Быстрая и коренная ломка жизненных планов путем социальной изоляции порождает у человека комплекс специфических проявлений, названных «синдромом лишения свободы».

М.П. Стурова, В.Б. Первозванский [201] считают, что применение уголовного наказания от имени государства является, как это ни странно звучит, гарантом прав человека, поскольку в нем реализуется один из важнейших правовых принципов демократического государства – равенство всех граждан перед законом, и государственные институты, реализующие это право, призваны защищать личность от произвола и самосуда.

Но тем не менее изоляция является психосоциальным стрессором и приводит не только к развитию многих заболеваний нервно-психической и соматической сферы, но и в условиях длительного хронического стресса снижает производительность труда, увеличивает частоту межличностных конфликтов, их криминогенность, резко уменьшает адаптационные возможности организма. В условиях отсутствия профилактики психотравмирующего влияния изоляции повышается риск как обострения психосоматических заболеваний, так и нарушений режима содержания (побеги, употребление наркотиков и алкоголя, резко агрессивные уголовно наказуемые деяния), снижает

ся правильное восприятие режимно-воспитательных мероприятий, более того, они могут вызвать негативные реакции (схема 1).

В.И. Селиверстов, О.В. Филимонов [185] считают, что сложность современного этапа социально-экономического развития России не позволяет реализовать некоторые прогрессивно-демократические положения международных актов в законодательстве и практике органов, исполняющих наказания.

Анализ причин нарушений режима содержания в условиях изоляции позволил установить, что в условиях СИЗО и ИУ наиболее стрессогенными для подследственных и осужденных являются следующие факторы:

изоляция как фактор лишения некоторых свобод (привычного окружения, трудовых навыков);

ограничение свободы передвижения в пространстве;

ограничение многих прав и некоторых физиологических потребностей;

строгая регламентация действий;

необходимость и опасность общения с лицами криминального мира (для впервые осужденных: социальная контагиозность – заразность стереотипов поведения);

частое несоответствие мер взыскания тяжести совершенного проступка и др.;

межличностные конфликты – с администрацией ИУ и др.

Поэтому очень актуально в условиях социальной изоляции применение противострессовых, корригирующих психофизическое состояние программ как для осужденных, так и для сотрудников.

Кроме того, в условиях ИУ проведение психорелаксационных занятий очень важно, так как условия изоляции способствуют развитию у осужденных или подследственных пограничных психических расстройств, которые мы назвали в начале наших наблюдений «синдромом нарушенной адаптации» [224]. Затем в процессе наблюдения и изучения литературы пришлось сделать конкретный вывод о том, что это и есть нарушение адаптации в рамках посттравматических стрессовых расстройств (по МКБ-10). В данном случае социальная изоляция как стрессогенный фактор способствует запуску биологического механизма стресса в организме и прохождению им всех вышеуказанных стадий стресса, после чего у многих происходит

трансформация стресса в посттравматическое стрессовое расстройство, острое или хроническое.

Одним из клинико-психологических проявлений, кроме вышеуказанных, является **нарушение поведения осужденных пограничного характера**. Некоторые лица, у которых выражен адаптационный синдром, длительное время посещают с различными жалобами на несуществующие болезни врачей, администрацию. Многие пишут жалобы в различные инстанции, поскольку не могут реально оценить свое состояние, обстановку, в которой находятся, надеются каким-то образом освободиться из мест лишения свободы «по болезни», «по инвалидности», а также освободиться от труда. Вследствие длительных и безрезультатных усилий у них развиваются агрессивные комплексы непонятых и незаслуженно обиженных личностей. Такие комплексы могут вылиться в асоциальное поведение с грубыми, внешне не мотивированными реакциями; осужденные совершают преступления, участвуют в организации массовых беспорядков в СИЗО и ИУ, отказываются от работы и могут совершить побег, несмотря на то, что им до окончания срока лишения свободы осталось совсем мало времени. Таким образом, подследственные и осужденные создают напряженные, а подчас и опасные для жизни условия функционирования для сотрудников, работающих с ними. Такие ситуации часто способствуют возникновению конфликтов между самими сотрудниками и работниками различных частей и служб ИУ.

Наряду с социальными [14], правовыми [185], воспитательными [201] подходами, программами, существующими ныне в СИЗО и ИУ, необходимо внедрять программы, направленные как на снятие стрессовых реакций личности на фактор лишения свободы, так и на повышение стрессоустойчивости и профилактику агрессивного-импульсивного поведения подследственных и осужденных.

Такое поведение часто приводит к созданию экстремальных условий в ИТУ (массовые беспорядки, захват заложников, взрывы, поджоги, групповые побег и т.д.). **Результаты интервьюирования 350 сотрудников показали, что эти обстоятельства, в свою очередь, способствуют развитию стрессовых реакций у сотрудников этих подразделений, для которых стрессогенными являются следующие факторы:**

чувство обреченности на постоянное общение с людьми криминального круга, озлобленных, с социально деформированной психикой – $67 \pm 1,2\%$;

криминогенный стереотип поведения большинства подследственных и осужденных (постоянная угроза совершения побегов, массовых беспорядков, межличностных разборок с применением насильственных действий друг к другу) – $63 \pm 1,3\%$;

традиционная непрестижность этого направления службы в МВД – $57 \pm 1,3\%$;

их психическая аномальность, импульсивность, напряженность, агрессивность поведения, создающие постоянную угрозу возникновения критических инцидентов (скорее всего, обусловленную отсутствием антистрессовых программ воспитания и ресоциализации) – $53 \pm 1,4\%$;

высокая вероятность совершения групповых нападений на сотрудников, захвата заложников и других ЧП криминального характера – $32 \pm 1,6\%$;

прямая угроза жизни и здоровью сотрудников при возникновении конфликта с подследственными или осужденными – $23 \pm 1,7\%$;

угроза заражения инфекционными заболеваниями (туберкулез, чесотка, педикулез, СПИД и др.) – $15 \pm 1,7\%$.

Знание закономерности развития стадий постстрессовой реакции должно лечь в основу психопрофилактики воздействия изоляции на личность как осужденных и подследственных, так и сотрудников ИУ УИС МЮ.

Удалось установить, что поведение осужденных и подследственных, эффективность их труда, осознание своего прошлого и будущего, приемлемое отношение к системе ресоциализации в ИТУ зависят:

а) в какой стадии развития стресса они находятся в условиях изоляции (в зависимости от срока лишения свободы);

б) от их способности адаптироваться по своим психофизическим возможностям к стрессогенным условиям изоляции.

Наши наблюдения позволяют заключить, что формы дезадаптивного поведения осужденных в условиях изоляции не могут корригироваться просто воспитательными и правовыми мерами, проводимыми в ИУ и достаточно отработанными в течение многих лет. Необходимо отрабатывать и широко внедрять в

систему СИЗО и ИУ современные эффективные методы психокоррекции, направленные на непосредственное снятие стресса, обусловленного условиями вынужденной социальной изоляции, и разработать систему постепенной реадaptации к условиям свободы, особенно психически аномальных осужденных, иначе в обществе будет нарастать потенциал криминогенности и рецидивной преступности. Вынужденная социальная изоляция личности на длительные сроки – довольно мощный психосоциальный стрессор сам по себе, поэтому введение других видов ограничений, связанных с содержанием в этих условиях, с психологической и правовой точки зрения, по-видимому, необходимо пересмотреть.

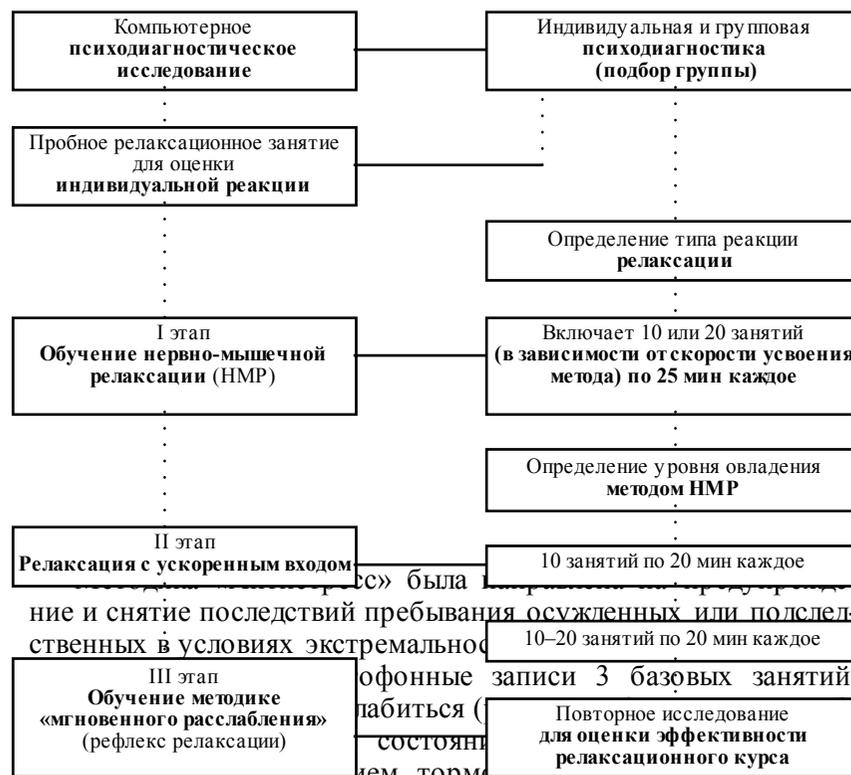
Поэтому очень актуально в условиях социальной изоляции применение противострессовых, корригирующих психофизическое состояние программ как для осужденных, так и для сотрудников.

Противострессовые программы широко используются во многих странах для повышения эффективности производственной деятельности во всех областях и нормализации психофизической сферы человека, связанного с ЭУ.

В этом плане большие возможности открывает использование компьютерной техники. Внедрение пакета программ психодиагностического тестирования и методики психофизической саморегуляции «Антистресс» с использованием компьютерной техники проводилось в СИЗО ГУВД г. Москвы. В данной главе мы схематично остановимся на этом методе, так как по этой программе обучались не только осужденные, но и сотрудники СИЗО.

Схема 2

Поэтапное представление программы «Антистресс»



«Антистресс» была внедрена в СИЗО ГУВД г. Москвы. В данной главе мы схематично остановимся на этом методе, так как по этой программе обучались не только осужденные, но и сотрудники СИЗО.

Подбор людей осуществлялся врачом или психологом по данным тестирования. Занятия проводились в специально оборудованном кабинете не реже 2 раз в неделю. Продолжительность занятий уменьшалась по мере овладения членами группы релаксационными методиками (от первого этапа к третьему). Каждое занятие было записано на магнитофонной кассете. По истечении некоторого времени, при правильном освоении методики, использовался плакат «рефлекс релаксации» с изображением шестиконечной звезды, при виде которого или представляя его 80% испытуемых подследственных научились моментально в любых условиях вызвать у себя расслабление (схема 2).

Для оценки эффективности применяемой методики и для оказания одновременно и психотерапевтической помощи 45 сотрудников СИЗО по собственному желанию прошли обследование и обучение в качестве контрольной группы. Показатели обучаемости и эффективности обучения двух групп друг от друга не отличались. Обе группы охотно посещали занятия. Отсутствие значимых отличий, пожалуй, говорит о большей стрессогенности условий функционирования сотрудников. В обеих группах в конце III этапа проводилось повторное компьютерное обследование, и давались рекомендации врачом или психологом по самостоятельному использованию методик релаксации в повседневной жизни или назначались повторные занятия в целях закрепления положительных результатов и профилактики психотравмирующего влияния изоляции у сотрудников – признаков невротоподобных реакций на конфликтные ситуации на службе. Противострессовое психологическое вмешательство особенно важно для осуществления успешной производственной деятельности в ИТУ. У всех осужденных, прошедших курс «Антистресс», была восстановлена хорошая трудоспособность, не было дезадаптивных срывов в поведении.

Кроме того, в условиях ИУ проведение психорелаксационных занятий очень важно, так как условия изоляции способствуют развитию у осужденных или подследственных пограничных психических расстройств, которые мы назвали в начале наших наблюдений «синдромом нарушенной адаптации» [224]. Затем в процессе наблюдения и изучения литературы пришлось сделать конкретный вывод о том, что это и есть нарушение адаптации в рамках посттравматических стрессовых расстройств (по МКБ-10). В данном случае социальная изоляция как стрессогенный фактор способствует запуску механизма стресса в организме осужденного и прохождению им всех вышеуказанных стадий стресса.

Таким образом, изучение стресса и развития состояний психической дезадаптации в условиях СИЗО и ИУ позволит наметить новые пути и подходы к режимно-педагогическим требованиям:

облегчения психосоциальной адаптации к условиям изоляции и профилактики асоциального поведения осужденных и подследственных;

быстрой реадaptации к условиям свободы (профилактика рецидивной преступности) и ресоциализации;

принятия новых, более прогрессивных организационно-правовых и социально-психологических норм, регулирующих должностную деятельность сотрудников и обеспечивающих их социально-психологическую защиту.

Знание закономерности развития стадий постстрессовой реакции должно лечь в основу психопрофилактики воздействия изоляции на личность как осужденных и подследственных, так и сотрудников ИУ УИС.

Разработка современных новейших методик и программ ресоциализации и реабилитации осужденных, направленных на снятие отрицательных последствий формирования посттравматических стрессовых расстройств, способствовала бы превенции ЧП криминального характера и других экстремальных ситуаций в СИЗО и ИУ, в свою очередь делающих экстремальными условия службы сотрудников и способствующих развитию указанных реакций и у них.

2. Социально-правовая защищенность и клинические проявления психической дезадаптации военнослужащих по призыву в условиях армейской изоляции (конфликты и реактивно-агрессивные проявления стресса типа «дедовщины»).

Как указывалось в первой главе, под адаптацией понимается приспособление-соответствие между живой системой и внешними условиями, понятие же **дезадаптация** отражает различную степень и качество несоответствия организма и социальной среды. Это несоответствие может быть обусловлено нарушением стрессоустойчивости человека. Личность с системой отношений и мотивацией деятельности при нарушении стрессоустойчивости характеризует биосоциальную систему со стороны ее дезорганизованности. Человек обеспечивает свое психофизическое развитие не путем пассивного приспособления, а путем активного направленного взаимодействия с природными и социальными условиями существования. Объективным критерием успешности социально-психологической адаптации человека служит его разумное поведение в обычных

и экстремальных ситуациях. На наш взгляд, чтобы социальные условия деятельности людей не порождали **патологических форм адаптации**, взаимодействие личности с экстремальными условиями среды должно быть регламентировано правовыми и социально-психологическими гарантиями.

В приказе № 145 от 20 марта 1996 года «О концепции развития МВД до 2005 года» есть раздел «3.10. РАЗВИТИЕ ВНУТРЕННИХ ВОЙСК». Ниже мы приводим некоторые позиции из этого раздела.

Внутренние войска в системе МВД России на ближайшую и дальнейшую перспективы сохранят свое предназначение как федеральная сила обеспечения общественной безопасности.

Все задачи, выполняемые внутренними войсками, будут подчинены обеспечению защиты интересов государства. Развитие внутренних войск в ближайшей и отдаленной перспективе предполагает достижение следующих стратегических целей:

максимально раскрыть их возможности в борьбе с преступностью и пресечении внутренних конфликтов, в первую очередь – вооруженных;

путем усиления физической защиты объектов химического и ядерно-энергетического комплексов исключить возможность терроризма с их использованием.

Приоритетными направлениями развития внутренних войск являются совершенствование соединений и воинских частей оперативного назначения (специальных моторизованных воинских частей), способных к переброске в короткие сроки, развертыванию и ведению маневренных действий в любом регионе, где возникает угроза внутренней безопасности страны, а также соединений и воинских частей по охране важных государственных объектов. Основу войск составят соединения и воинские части оперативного назначения.

В ближайшей перспективе (до 2000 года) войска перейдут на структуру и состав, установленные Указом Президента Российской Федерации; завершат формирование (переформирование) и подготовку соединений оперативного назначения и специальных моторизованных воинских частей.

Предназначение и задачи внутренних войск в ближайшей перспективе в основном сохранятся и т.д.

Как мы видим, в этом перечне в основном говорится об обеспечении безопасности жизнедеятельности государства.

В.А. Белошев [20] считает, что социальная безопасность жизнедеятельности военнослужащих – одна из актуальных проблем современности. Бытовая неустроенность, частые нарушения прав военнослужащих, немотивированная агрессия со стороны гражданских лиц, угрожающая не только здоровью, но и жизни военнослужащих, – все это стало повседневной реальностью для военнослужащих и в том числе военнослужащих внутренних войск.

Социальная безопасность личности специалистами по безопасности жизнедеятельности представляется как защищенность от каких-либо форм физического и нравственного насилия, политического и идеологического диктата, социальной дискриминации. **Защищенность от перечисленных форм воздействия на психику, на наш взгляд, является гарантом косвенной психопрофилактики, прежде всего на государственном уровне.** В этой связи правомерен вопрос: представляет ли законодательство Российской Федерации подобную защиту своему гражданину? В том числе военнослужащему?

Как отмечает В.А. Белошев [20], законодатель конституционно закрепил основы социальной защищенности военнослужащих, как граждан России. Статьи Конституции Российской Федерации № 37, 38, 41, 42, 52–56 провозглашают права граждан на те или иные виды социальной защиты. Закон РФ «О статусе военнослужащих» распространяет их на людей в погонах и определяет особый статус военнослужащих в связи с их обязанностями по защите государства в любых условиях и с риском для жизни. Третья статья закона прямо устанавливает формы защиты, а раздел первый статьи пятой гласит, что все военнослужащие находятся под защитой государства. Гарантом этой защиты в Конституции назван Президент.

На социальную защищенность военнослужащих работают и Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе», «Закон об обороне», «Закон о дополнительных льготах военнослужащих, проходящих военную службу на территориях государств Закавказья, Прибалтики и Республики Таджикистан, а также выполняющих задачи по защите прав граждан в условиях чрезвычайного положения и при вооруженных конфликтах».

Комплекс законов, регулирующих жилищные, имущественные и другие права военнослужащих, плюс Закон РФ «О защите чести и достоинства граждан», Закон РФ «О порядке обжа-

ния в суд неправомерных действий органов государственного управления и должностных лиц, ущемляющих права граждан» призваны исключить любые дискриминационные меры по отношению к военнослужащим. Значительную социальную защиту предоставляет воинам внутренних войск Закон РФ «О внутренних войсках МВД РФ». Однако на практике действенность этих законов недостаточна для обеспечения социальной безопасности военнослужащих. По данным комиссии по правам человека при Президенте РФ, одной из нерешенных проблем в правовом регулировании и на практике является обеспечение прав и свобод человека в Вооруженных Силах и других войсках Российской Федерации. Не улучшается положение в сфере обеспечения социально-экономических прав военнослужащих всех категорий.

Нарушение прав военнослужащих допускают командиры и начальники всех степеней. Эти негативные явления не обходят и внутренние войска, подобное положение не может не тревожить, ведь от социальной защищенности человека в погонах во многом зависит и безопасность военной службы. Приведенная выше цифра нарастания суицидов среди военнослужащих уходит корнями в их социальную незащищенность. В чем причина создавшегося положения?

В материалах официальных и неправительственных организаций в качестве основных причин ненормального положения с социальной безопасностью военнослужащих отмечают: медленная реализация главных положений военной реформы; неразработанность правовой базы и недостаточно высокий уровень действенности законодательства. И действительно, начиная с Закона РФ «О воинской обязанности и военной службе», и в названных выше законодательных актах, **вопросы обеспечения стрессоустойчивости, психопрофилактики психотравмирующего влияния экстремальных условий функционирования и безопасности жизнедеятельности военнослужащих в прямой постановке нигде не встречаются.**

Возможны пути выхода из создавшегося положения путем активизирования проведения военной реформы, приведения в полное соответствие с Конституцией РФ военного законодательства, исключения из него ограничений военнослужащих в правах, не связанных с обеспечением государственной безопасности. Необходимо усовершенствование порядка призыва на

военную службу, рассмотрение вопроса о создании альтернативной службы, хотя, действительно, во всех готовящихся законодательных актах и в приказе № 145 от 20 марта 1996 года «О концепции развития МВД до 2005 года» об этом не говорится ни слова.

Осуществление этих реформ позволило бы существенно обеспечить безопасность жизнедеятельности и стрессоустойчивость военнослужащих внутренних войск, а в конечном итоге и эффективность их деятельности по обеспечению правопорядка в стране.

В.С. Олейников [155] считает, что одной из важнейших форм обеспечения безопасности профессиональной деятельности военнослужащих является их нравственно-правовое воспитание. Во-первых, мораль и право являются самыми глубинными и первичными формами общественного сознания человека; во-вторых, во внутренних войсках МВД РФ нет такого вида деятельности и отношений, которые не подвергались бы нравственно-правовой оценке; в третьих, служба во внутренних войсках представляет не что иное, как оказание нравственно-правовой услуги обществу.

Такой подход позволяет не только строить систему воспитания военнослужащих, исходя из этических основ общества, тесного взаимодействия нравов, добродетели и законов, но и уяснить важность и необходимость воспитания для общества и для человека. Указанный автор считает, что в настоящее время мораль и право не отражают объективные закономерности в системе общественных отношений и не защищают экономических, социально-психологических и духовных прав военнослужащих. Жизнь людей существует сама по себе, а нормы морали и права – сами по себе. Основная причина всех бед обусловлена преступной системой разделения собственности, что способствует разделению общества на преступные группы, противоположные друг другу, с экономических и правовых позиций. Эффективность деятельности внутренних войск находится в непосредственной связи с общей экономической и нравственно-правовой ситуацией в стране [155].

Все сказанное относится и к органам внутренних дел и, создавая законодательную базу, следовало бы предусмотреть, чтобы эта база работала на практике, быстро не устаревала, а для этого, видимо, нужно учитывать опыт, имеющийся в других

странах, по которым мы равняемся, перестраивая свои политические взгляды и экономический строй.

Необходимо подчеркнуть, что нравственно-правовое воспитание военнослужащих и сотрудников ОВД должно получить необходимую в нашей стране законодательную базу, пока что на этот счет существует только Директива № 1 от 19 июня 1996 года МВД РФ и план по ее реализации.

Важным условием того, как сотрудники ОВД и военнослужащие ВВ относятся к выполнению своих обязанностей и тем самым соблюдают основы безопасности внутренней и военной службы, является степень развития законодательства Российской Федерации.

В условиях формирования правового государства одним из важнейших факторов эффективного выполнения ОВД и ВВ МВД России задач **по защите прав и законных интересов личности, охраны психического здоровья**, обеспечению безопасности общества и государства, предупреждению, пресечению преступлений выступает качественное правовое обеспечение их деятельности, дальнейшее совершенствование пакета законов России [18, 20, 33.61, 101–103].

Президентом, Правительством и Парламентом РФ проводится большая работа по совершенствованию правовых основ деятельности Вооруженных Сил России и внутренних войск. Однако из-за сложного экономического положения и отсутствия финансовых средств не действует в полном объеме и та законодательная база, которая уже принята (Закон «О статусе военнослужащих», «О внутренних войсках МВД РФ», «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О милиции» и т.д.).

Имеющаяся правовая база, регламентирующая деятельность войск, предельно централизована, преимущественно состоит из актов бывшего Союза ССР, отличается наличием существенных пробелов, декларативностью и несогласованностью правовых предписаний.

На низком уровне осуществляется и обобщение практики применения действующего законодательства. Отсутствует надлежащий контроль над соответствием законодательству ведомственных актов. Слабо ведется работа по защите имущественных и иных интересов подразделений и частей ОВД и ВВ. Недостаточно полно организован систематизированный учет

нормативных актов. Новые нормативные материалы доводятся до личного состава не всегда оперативно и не всегда сопровождаются необходимыми разъяснениями. Все это способствует падению престижа службы в ОВД и ВВ и как следствие – снижению укомплектованности. При этом в последние годы больше стали увольняться не только молодые, но и перспективные и опытные представители ОВД и ВВ в возрасте 30–40 лет [155, 157].

Сложившаяся ситуация не может продолжаться бесконечно, новые политико-правовые условия, обусловленные процессами утверждения государственного суверенитета РФ, начавшего движения к правовому государству, делают весьма актуальной задачу создания принципиально новой законодательной базы функционирования ВВ и Вооруженных Сил. Как показывает предварительный анализ, в общей сложности предстоит разработать и принять более полутора тысяч разнообразных взаимодополняющих законодательных актов [32, 46, 25].

Как отмечает В.И. Кайнов [80], на август 1994 года в Правительстве находились около 7 разработанных проектов постановлений, принятие которых усилит социальную защиту военнослужащих (о порядке реализации льгот по квартплате, оплате коммунальных услуг и квартирных телефонов, по проезду на транспорте, по страхованию имущества военнослужащих, проходящих службу в «горячих точках», по оказанию финансовой помощи при индивидуальном и кооперативном строительстве). Десять проектов находились в завершающей стадии согласования. Армия и правоохранительные органы нуждаются в глубоком реформировании, но не во имя самих реформ, а для осуществления целей, возложенных на них. В связи с этим можно выделить основные приоритеты дальнейшего совершенствования военного пакета законов РФ [80]:

1) Разработка законодательных актов, предусмотренных Конституцией РФ: закона о военном положении; закона о чрезвычайном положении; закона об альтернативной службе.

2) Разработка законов, которые определяют основные параметры реформирования ВС и ВВ: закона о расходах на оборону, обосновывающего экономические и финансовые аспекты реформирования войск; закона о гражданском контроле над деятельностью силовых структур, обеспечивающего гласность и доступ к информации, как должно быть в правовом государстве.

3) Приведение в соответствие в связи с разработкой и принятием законодательных актов, связанных с основными положениями военной доктрины и указами Президента, следующих законов: «О воинской обязанности и военной службе»; «Об обороне»; «О статусе военнослужащих»; «О дополнительных гарантиях и компенсациях военнослужащим».

4) Необходимо принятие законодательства, регламентирующего службу в ВВ и других службах.

Таким образом, в условиях реформирования армии и правоохранительных органов и формирования правового государства одним из важнейших факторов эффективного выполнения задач, стоящих перед правоохранительными органами, выступает качественное правовое обеспечение их деятельности.

Для сравнения и внедрения положительного опыта развитых стран (**Франция, Швейцария, Германия** и др.) правомерно было бы изучить их практику многолетнего реформирования силовых структур.

ФРАНЦИЯ. Так, при выработке мер по социальной защищенности военнослужащих французские специалисты исходят из того, что всестороннее обеспечение прав солдат и офицеров имеет большое значение для укрепления воинской дисциплины, улучшения морально-психологического состояния личного состава, а значит, и повышения боевой готовности и боеспособности войск. Кроме того, эти меры содействуют росту авторитета армии среди населения, престижа и привлекательности военной службы [23].

Социальная защищенность военнослужащих – понятие комплексное. В настоящее время во Франции преобладает тенденция к тому, чтобы военнослужащих в определенной степени уравнивать в правах с другими гражданами, по возможности снять с солдат и офицеров ограничения и запреты, оправдываемые в прошлом спецификой военной функции государства, требованиями воинской дисциплины и т. д. Это отчетливо прослеживается в основных положениях документов, регламентирующих воинскую службу. Характерны изменения, внесенные в статус военнослужащих и дисциплинарный устав вооруженных сил Франции. Согласно нововведениям каждый военнослужащий имеет право лично обращаться к вышестоящим командирам или в руководящие военные органы, минуя промежуточные звенья. В праве на жалобу появилось дополнение: любое решение, при-

нятое по конкретному лицу, в том числе и мера его наказания, может при необходимости оспариваться, вплоть до обращения к министру обороны.

Усовершенствованные правила **не обязывают солдат, набранных по призыву (призывников), находиться в казарме, когда это не вызывается служебными интересами, позволяют им каждый вечер покидать место расположения части** в штатской одежде и возвращаться в удобное для них время суток до начала исполнения своих обязанностей. В конце каждой недели призывники могут увольняться на 24, 48 или 72 часа. В месяц должно предоставляться не менее трех таких увольнений. Если они не использованы, то к отпуску добавляется 5 суток в качестве компенсации.

В течение всего срока службы (12 месяцев) солдаты имеют право на получение отпуска, продолжительность которого 16 дней, причем тем, кто до службы освоил сельскохозяйственные специальности, прибавляется 10 дней. Отпускное время они выбирают между третьим и одиннадцатым месяцами службы и могут разбить его на несколько периодов.

Во французской армии отменены строгие аресты, являвшиеся наиболее суровым наказанием за совершение очень серьезных или тяжких проступков.

В перечне наказаний офицеров, унтер-офицеров и рядовых предусмотрены: предупреждение, выговор, лишение увольнения из расположения части, домашний арест, арест с содержанием на гауптвахте.

Упразднены постоянные трибуналы вооруженных сил (в военное время их деятельность может возобновиться). Главный смысл этой меры – приведение военного правосудия в соответствие с общим правом, по которому военнослужащие, совершившие преступления военного характера, подлежат специализированному гражданскому суду присяжных, состоящему в основном из профессиональных представителей судебных органов.

Проступки, относящиеся к юрисдикции общего характера, рассматриваются в специализированных отделениях судов высшей инстанции, принадлежащих к апелляционным судам. Вместе с тем были сохранены три постоянных военных трибунала для войск, находящихся в ФРГ и других территориях Франции.

Данное исключение объясняется тем, что отмена названных трибуналов потребовала бы проведения специальных переговоров со странами, на территории которых дислоцируются эти войска, и которые заключили с Францией соответствующие соглашения и конвенции [23].

Заслуживающим внимания и, возможно, перенимания опыта является освоение французской молодежью новых технологий, а также облегчение перехода уволенных в запас к гражданской жизни. Тем, кто использует в армии ранее полученную специальность, выдаются по окончании военной службы сертификаты о профессиональной практике. Благодаря договоренности, достигнутой министерством обороны с другими ведомствами, эти сертификаты имеют силу при поступлении в государственные учреждения и предприятия. В вооруженных силах расширена сеть учебных пунктов по повышению общеобразовательного уровня призывников и обучению военнотружущих иностранных языкам с применением новых педагогических методов. Меры, связанные с улучшением условий прохождения военной службы, касаются распределения новобранцев по видам вооруженных сил.

Особого внимания также заслуживает то, что **во Французской армии призывники направляются в части с учетом их места жительства или личных пожеланий.** Возникающие при этом вопросы решаются с помощью ЭВМ. В результате **в 3 ч езды от дома служит 60% призывников, в 1 ч – 20%.** Одновременно проводились мероприятия по улучшению материального положения личного состава. С начала 80-х годов денежное довольствие начислялось в зависимости от срока службы, специальности, образования и сложности выполняемой работы.

Специальная надбавка выдавалась военнотружущим в период проведения маневров или учений вне части при их продолжительности свыше 36 часов. Ныне для добровольцев сверхсрочной службы предусмотрена возможность бесплатного пребывания с семьей в центрах отдыха ВС.

Призывникам и добровольцам предоставлено право бесплатного посещения государственных музеев. Тем, кто столкнулся с трудностями при возвращении на свои рабочие места после увольнения в запас, разрешается обращаться в министерство

обороны с просьбой о содействии, а также о покрытии судебных расходов в случае необходимости [18].

ШВЕЙЦАРИЯ. Как справедливо отмечает Ю. Калинина [82], **«в иностранных армиях солдаты не убивают друг друга. И там служат даже не два года, а, как правило, гораздо меньше. Год, к примеру, или вовсе три месяца, как в Швейцарии.** Не случается там таких диких поступков, хотя швейцарские солдаты ходят с оружием не только в караул, как у нас, но и домой, в увольнение. Нет, главная причина того, что наши защитники Отечества расстреливают друг друга, не в том, что они много служат, а в том, что все эти два года службы они живут дикой нечеловеческой жизнью. А в Швейцарии **живут по-человечески. Поэтому им и в голову не приходит доводить друг друга до иступления и разряжаться «путем расстрела сослуживцев».** В Швейцарии солдаты хорошо едят, моются горячей водой, хоть пять раз в день, пользуются чистыми туалетами, всегда могут позвонить по телефону и говорить с кем захочется, вечером пойти в бар попить пива, смотреть кино или гулять с девушкой. На каждые выходные в Швейцарии солдаты уезжают домой, и никакому офицеру не придет в голову поднять руку на бойца. Когда солдат живет в человеческих условиях, он и чувствует себя человеком. А не зверем, главная задача которого – подмять под себя более слабых и не сломаться под более сильными личностями. Вот это главное. Относитесь к солдатам не как к скотине, а как к людям и солдаты тоже станут думать о себе: «мы не скотина, мы люди».

ГЕРМАНИЯ. Вот как описывает службу в бундесвере (ФРГ) И. Являнский [241]. «Служба здесь – не сахар. Подъем в 5.30. В 24.00 – отбой (но это только в первые три месяца, пока новобранцы проходят немецкий аналог «курса молодого бойца»). В учебном плане нет строевой подготовки, до минимума сведена политехника. Физкультура пять раз в неделю по 30 минут (3 раза кросс, 2 – спортивные игры). Все остальное время обучение конкретной военной специальности и несение караульной службы. К «дембелю», который наступает через 9 месяцев, каждый солдат должен стать классным специалистом.

Солдаты призываются из мест, расположенных в радиусе не более чем 150 километров от казармы. Обычно 56 процентов бойцов едут до дома не больше 100 км, причем половина из них – жители близлежащих населенных пунктов, до которых ру-

кой подать. **Рота комплектуется в один день и только из вновь прибывших. Их командирами становятся не «старо-служащие», а профессиональные военные-офицеры, унтер-офицеры и «контрактники».**

Таким образом, в батальоне всегда имеется рота «салаг», рота тех, кто уже прошел «курс молодого бойца», но еще не овладел навыками военной специальности, и две вполне боеспособные роты, состоящие из солдат, служащих уже 7–8 месяцев, которые могут выполнить самое сложное задание.

Неуставные отношения практически исключены, так как все новобранцы находятся в равном положении. За рукоприкладство офицер будет уволен из армии без пенсии и выходного пособия.

В батальоне дисциплина поддерживается не ударом сапога, а с помощью других, общепринятых в бундесвере средств. Есть система денежных штрафов за нарушения (50 и 100 марок). Самое суровое наказание – гауптвахта на 21 день. Причем в каждом случае справедливость вынесенного порицания должен подтвердить независимый гражданский юрист».

Нынешнее реформирование Вооруженных Сил России касается и внутренних войск МВД России. Закон РФ «О внутренних войсках» ставит перед ними сегодня такие задачи [52]:

оказание содействия ОВД в охране общественного порядка, обеспечение общественной безопасности и правового режима ЧП;

охрана важных государственных объектов и специальных грузов; участие в территориальной обороне Российской Федерации; участие совместно с ОВД в охране общественного порядка посредством несения патрульно-постовой службы, обеспечения общественной безопасности при проведении массовых мероприятий;

оказание содействия ОВД в принятии неотложных мер при чрезвычайных обстоятельствах;

участие в пресечении массовых беспорядков и др., при этом военнослужащие ВВ при выполнении стоящих перед ними задач имеют право применять физическую силу, специальные средства, оружие и боевую технику, но на основе принципов законности и уважения к правам человека. В связи с этим остро стоит вопрос о правовой регламентации деятельности ВВ в целом и правовой подготовке всего личного состава в частности.

Войтенко А.В. [52] данную проблему рассматривает с двух сторон.

1. Недопущение противоправных действий со стороны военнослужащих ВВ по отношению к гражданскому населению при выполнении задач, стоящих перед ними.

2. Недопущение противоправных действий военнослужащих ВВ, связанных с порядком прохождения военной службы, т.е. внутри самих войск.

Автор считает, что если в первом случае вроде все понятно, то во втором – круг вопросов самый широкий.

Число погибших военнослужащих неуклонно растет. Так, в 1995 г. в результате несчастных случаев и самоубийств погибли 1017 военных, в 1996 году – 1046, в 1997-м – 1103. В армию, где солдаты стреляют по своим сослуживцам, страшно отпускать сыновей. Поэтому, если в 1997 году от призыва уклонились 30 тысяч юношей, то уже осенью 1998 года их число достигло 40 тысяч. Кроме того, по данным Комитета солдатских матерей, более 12 тысяч солдат, «не выдержав издевательств», дезертировали из своих частей [73].

По информации фонда «Право матери» за 1997 г., гибель солдат объясняют их матерям так: 28% – «погиб» (без объяснения обстоятельств и причин); 18% – скоропостижно скончался от болезни; 13% – умер в госпитале, где находился в тяжелом состоянии; 13% – покончил с собой; 11% – погиб при исполнении служебных обязанностей. В 80% случаев родителям запрещают вскрывать гробы с телами погибших.

В течение 1997 года расстреляны 50 военнослужащих (хроника расстрелов приведена в приложении 1). **Страшная статистика. Еще хуже начало нового, 1998 года. В январе – 10 убитых.**

Первая часть исследований.

Мы изучили вопрос о неуставных взаимоотношениях или так называемой «дедовщине» на конкретных наблюдениях, достоверность которых после информации в СМИ была проверена по оперативным сводкам МВД и МО.

УБИЙСТВА.

«НА ПОЧВЕ КОНФЛИКТА». **Наблюдение 1.** 26 февраля 96-го года в Томском гарнизоне сержант Д. и рядовой К. напали на часовых внутреннего караула, отняли у них два автомата с боеприпасами и сбежали за территорию части. Но не далеко. За территорией они остановили «уазик», который вез командира части и его зама по тылу, и расстреляли их. Сели в машину и приехали на плац части, где, ведя беспорядочную стрельбу, принялись требовать, чтобы к ним вышел капитан С.; все спрятались, один только прапорщик П. прицелился и смертельно ранил Д. Тогда находившийся рядом К. сам выстрелил себе в голову. Уголовное дело прекращено.

Следствием установлено, что у Д. были плохие отношения с офицерами части. Его как раз привлекли к уголовной ответственности за хулиганство, а дознавателем по делу был капитан С. **Итог: четверо убитых.**

Наблюдение 2. 27 августа 97-го года в шесть утра рядовой Х. взял в «пирамиде казарменного помещения» автомат и расстрелял в комнате отдыха спящих офицеров. Два лейтенанта скончались, а прапорщик О. с тяжелым ранением головы госпитализирован.

В ходе следствия выяснилось, что Х. убил вовсе не тех офицеров, кого хотел убить. На самом деле он хотел убить старшего лейтенанта Д. и лейтенанта С., поскольку устал от их издевательств. Оказалось, что солдаты этой заставы уже обращались с коллективным заявлением к командиру части полковнику Р. с жалобой на бесчинства, творимые Д. и С. (многочисленные факты пьянства и массовые избиения). Командир части наказывать офицеров не стал – просто перевел их на другой пограничный пост. Вместе с прапорщиком О. они и там пьянствовали и избивали солдат. Начальник поста прекрасно знал об этом, но никаких мер по пресечению не принимал, объясняя личному составу, что «считает применение силы правильным методом воспитания солдат». Накануне убийства пьяный С. выстрелом из ракетницы умышленно ранил в ногу сержанта З., продолжая воспитательный процесс, никого к нему не подпускал и не давал оказывать раненому медицинскую помощь. А рано утром рядовой Х. пошел убивать С. и Д. Но по нелепой случайности убил

других офицеров. Уголовное дело в отношении Х. прекращено. Зато из него выделены в отдельное производство три уголовных дела в отношении Д., С. и О. **Итог: двое убитых и три уголовных дела.**

На первый взгляд кажется, что во всех случаях были поводы для конфликтов. Но почему так часто солдаты решаются на крайние меры выхода из конфликтных ситуаций?

Ю. Калинина [83] считает, что основных причин всего две: «либо убийцу довели до ручки сослуживцы, за что он их порешил, либо убийца человек больной, но, несмотря на это, его все – таки призвали служить и даже доверили нести боевое дежурство».

Во многих случаях наряду с психическими отклонениями у солдат наблюдалась зависимость от алкоголя и наркотических веществ.

На наш взгляд, данные причины играют определенную роль, но не они являются глубинными. Этот тезис подтверждается нижеследующими наблюдениями расследованных фактов незаконного применения огнестрельного оружия, случившихся за 1996–1997 гг.

«НА ПОЧВЕ ПСИХИЧЕСКИХ АНОМАЛИЙ». В армии молодых людей с различными психическими травмами свыше 70%. А у военкомата план по призыву, разнарядка. И хотя каждого третьего юношу при прохождении призывной комиссии освобождают от воинской службы по состоянию здоровья, среди направленных в войска лиц 40% все равно не соответствуют предъявляемым требованиям. Таким людям нельзя доверять оружие [106].

Наблюдение 1. Рядовой С. стоял в наряде – часовым на наблюдательной вышке. Когда его пришел менять рядовой К., С. его расстрелял, потом отправился в помещение заставы, где расстрелял также **ефрейтора и четырех рядовых**. Все, кроме одного, скончались на месте. В спальном отделении убийца ранил двух рядовых. Только после этого военнослужащие заставы «приняли меры к пресечению действий», то есть открыли огонь. С. был смертельно ранен и через три дня скончался.

Следствием определено, что еще до армии С. перенес тяжелую черепно-мозговую травму. У него без конца болела голова, случались приступы типа эпилептических, припадки беспричинной ярости. Еще в «учебке» он обращался несколько раз к

врачу, но его никто всерьез не принимал. Вот такой же припадок ярости у него случился и накануне наряда. Находясь на наблюдательной вышке, он «решил разрядиться путем расстрела своих сослуживцев, поскольку хотел повоевать». Уголовное дело прекращено в связи со смертью С. **Итог: шестеро убитых.**

Наблюдение 2. Васьково – гарнизон в часе езды от Архангельска. Отсюда было доставлено письмо о готовящемся акте возмездия «дедам». Из 24 молодых солдат, пришедших с последним призывом в бригаду, психологи выявили: **двух наркоманов, четырех психически больных, девятих начинающих алкоголиков.** Десять «молодых» либо сами имеют судимости или приводы в милицию, либо родители отбывали наказание. Один новобранец вообще представитель «зековской» династии: дядя и отец отбывали наказание в местах лишения свободы... Тесты показали: пятнадцать человек уже сейчас имеют склонность к неуставным взаимоотношениям.

«НА ПОЧВЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ И АЛКОГОЛЯ». Трагическое известие с Сахалина пришло 26 января поздно вечером, рядовой артиллерийского склада боеприпасов (войсковая часть 61739), расположенного возле поселка Победино, расстрелял семерых сослуживцев и одного тяжело ранил.

Наблюдение 1. 20-летний рядовой Олег Н. заступил в караул по охране одного из артскладов. Однако через некоторое время он вновь оказался в караульном помещении, где находились его сослуживцы. Открыв огонь из своего автомата, Олег Н. за считанные секунды уложил семерых солдат и 28-летнего начальника караула прапорщика К. В результате семеро военнослужащих, в том числе начальник караула, скончались на месте. Один рядовой в тяжелом состоянии госпитализирован.

После кровавой бойни Олег Н. убежал из части, прихватив с собой автомат, 10 снаряженных магазинов к нему, ПМ начальника караула и 2 обоймы с патронами к пистолету. Дезертира удалось быстро задержать. Никакого сопротивления он не оказал. На первом же допросе выяснилось, что убийца – **токсикоман.** Судя по показаниям сослуживцев, Олег Н. часто **«прикладывался» к ацетону, вдыхая его пары.** Не исключено, что и кровавую разборку он устроил, находясь «под парами», поскольку сам убийца никак не смог объяснить следователям своего поведения. По его словам, он не помнит, что произошло в

тот вечер. Олег Н. был призван в армию и отслужил уже полтора года. Никаких проявлений «неуставных отношений» по отношению к нему замечено не было. Судебно-медицинская и судебно-психиатрическая экспертизы позволяют следствию сделать выводы о состоянии убийцы. **Итог: семеро убитых.**

Наблюдение 2. В июне 1997 года боец-контрактник из группы миротворческих войск в Абхазии **расстрелял десятих сослуживцев и покончил с собой.** Экспертиза установила у него в крови наличие наркотиков.

Массовые расстрелы происходят в войсках постоянно, практически каждый месяц, и убийцами становятся кто угодно, а вовсе не одни только наркоманы. Очередная трагедия может произойти завтра или через неделю, в погранвойсках или у сухопутников, убийцей окажется шизофреник или боец, которого довел своими издевательствами офицер. Погибнет не десять человек, а двое или трое [82].

ДЕЗЕРТИРСТВА. По данным комитета солдатских матерей России, **ежегодно из армии сбегает более 12 тысяч солдат.** Иные кончают жизнь самоубийством. Это тоже своего рода дезертирство. Количество дезертиров – военная тайна. Точного числа дезертиров не знают даже в Министерстве обороны.

Письма солдат: «Здравствуйте, мама, папа, Таня, Женя. Пишу Вам о себе. Дела у меня плохие. Болят почки. Ночью недержание мочи.... У нас холодно, а у меня нет шинели и нет бушлата. Носков тоже нет. Так что я больше не могу, у меня мысли убежать из этой армии. У нас уже три человека моего призыва убежали. Кормят нас – два кусочка черного хлеба, которые как лист просвечивают, ложки 2-3 полных супа овсянки, если достанется, и компот без сахара. Не знаю, что вы про меня подумаете, но я так служить не могу. У меня уже план составлен, как убежать.

Надеюсь на Вас, что как мое письмо прочитаете, так сразу приедете и мне поможете. Адрес Вы мой знаете. И еще никому не распространяйтесь про то, что я Вам написал. ...Хотел заклеить конверт, но тут меня снова пришли бить «деды». Потом зажигалкой волосы мои поджигали. Мама, я вас жду, если не приедете в декабре, то **сто процентов убегу или повешусь».**

Примчавшись через пол-России, мать нашла своего сына в медсанчасти. Он был жив, но не очень здоров. Здесь сложно было оставаться здоровым: **не было пресной воды, не хватало**

продовольствия, обуви. Солдаты обматывали ноги портянками, поверх перевязывали веревкой.

После исчезновения солдата командир войсковой части обязан на четвертый день завести уголовное дело. Но каждое такое ЧП чревато для командира служебным взысканием. Поэтому многие дела не выходят за пределы части, иной раз родители, долгое время не получая от сына писем, приезжают в часть и только тогда узнают, что сын пропал. Приблизительно представить масштабы дезертирства в российской армии позволяют подсчеты Комитета солдатских матерей России. Ежегодно в московский комитет за помощью приходят 2000 беглых солдат. Еще 10000 обращаются в региональные комитеты. Но есть и «неучтенные» беглецы, которые уходят в глухое подполье [210].

«Я, Алексей Б-в, с первых же дней понял, что армия живет по своим собственным законам. Но дедовщину я перенес. Хуже то, что нам, молодым, порой совсем не доставалось еды, и я стал весить 50 кг. После учебки заболел стрептодермией, ноги покрылись язвами. Одновременно подхватил чесотку и попал в медпункт, из которого меня выписали, залечив чесотку, а язвы остались. После лечения в медпункте подхватил еще и грибок. Ноги гнили, болели, чесались, ночи не спал, сходил с ума. Стало мутиться сознание. Однажды ушел из части. Когда спохватился, побоялся вернуться, зная, что будут бить. Служить в армии я не отказываюсь, но обратно в свою часть не хочу, знаю – живым мне оттуда не выйти»

С точки зрения закона, дезертирство – преступление, по здравому смыслу – это инстинкт самосохранения. **С психологической точки зрения в настоящее время дезертирство один из способов «борьбы и бегства» – выхода из конфликтной стрессогенной ситуации.**

Николай П., из Нарофоминска прячет сына у надежных людей. Сын сбежал из воинской части 27 декабря 1997 года, не выдержав издевательств. Скрывался по подвалам. Родителям удалось его разыскать. Отец не собирается возвращать сына в часть.

Александр К. был изнасилован сослуживцами в туалете учебной части в г. Волгограде. Его перевели в другую часть, но вскоре там узнали, что Александр «опущенный». Бежал.

Александр Р., спецназ «Витязь», г. Реутово, покинул часть на пятый день службы: от физических нагрузок открылся послеоперационный шов. Командир запретил обращаться в санчасть: в «Витязь» не на лечение направляют.

Евгений З. ушел из части в г. Одинцово Московской области. Во время дежурств на КПП его заставляли кланчить у прохожих деньги и сигареты. В противном случае били. Спасаясь от побоев, он выпрыгнул со второго этажа казармы, сломал ногу. Сумел добраться до г. Москвы, где его разыскали родители.

Владимир Г. вместе с приятелем бежал из московского милицейского полка внутренних войск в июне 1997 года. В декабре был задержан милицией, повесился в камере.

Накануне нового (1998) года лишь из одной подмосковной роты железнодорожных войск дезертировали **40 солдат.**

В 1991 году **была объявлена амнистия** для военнослужащих, которые оставили часть, спасая свою жизнь. Весьма необычная формулировка в условиях мирного времени. Сбежавшие от побоев солдаты **в течение месяца могли явиться с повинной,** их либо комиссовали, либо отправляли дослуживать в уставные части. Всего лишь месяц – на составление прошения и общение с правоохранительными инстанциями. **Кто не знал об амнистии, тот пролетел. Точно так же, как пролетели тысячи дезертиров чеченской войны. Многие бежавшие с той войны до сих пор продолжают скрываться.**

Евгений П., отвоював 5 месяцев в Чечне, приехал домой в отпуск. Обратно на войну его не пустила мать. Теперь, полтора года спустя, сын вышел из подполья и мать пытается вернуть ему статус гражданина – вместе с паспортом, правом на труд, на жилье и семью. Для этого его, по меньшей мере, нужно признать дезертиром. Но ей говорят поздно, амнистия закончена. В 1997 году было амнистировано лишь 530 мальчишек, бежавших с войны. Комитет солдатских матерей в своем письме президенту России назвал итоги «чеченской» амнистии саботажем.

Массовое дезертирство из армии по моральным соображениям началось с чеченской войной. В начале боев более пятисот солдат покинули свои части. «Дезертиры совести» отказывались служить в армии государства, которое уничтожает своих граждан.

«Я, Олег К., сбежал во время разгрузки эшелона на станции Терек. Ночью постучал в ближайший дом, там жила русская се-

мья, мать и сын. Они накормили меня и дали гражданскую одежду. На другой день они меня сдали военным. Я снова бежал и пошел пешком в сторону России. Меня подобрал чеченец, ехавший на машине. Ничего не спрашивая, и так понятно, что я беглый солдат, они дали мне денег и сказали, что, если нужно, я могу обратиться к любой чеченской семье.

Когда я зашел в первый попавший чеченский дом, они оставили меня у себя, даже не спрашивая, кто я такой. Они достали мне документы беженца. Потом прикрыли от ОМОН. Всем селом собирали меня в дорогу, приносили еду, деньги, одежду. Каждый знал, что я беглый, но никто не выдал. Они отправили меня поездом в Москву. **Я оставил свою часть, поскольку не мог другим способом предотвратить свое участие в убийстве мирного населения. От несения службы не отказываюсь, но не хочу быть убийцей.**

Солдаты, без вести пропавшие в Чечне, в том числе и пленные, автоматически считаются дезертирами. На 1998 год **это 1240 человек** вместе с неопознанными трупами из ростовского холодильника. Если родителям удастся найти и опознать останки своих детей, подозрение в дезертирстве само собой отпадает. Пленным сложнее. Если солдату повезло вернуться домой, он попадает в руки прокуратуры, как самовольно оставивший воинскую часть. Нужно еще доказать, что ты не добровольно ушел к чеченцам и что свой автомат ты не продал, а его у тебя отобрали. В уголовных делах пленные вовсе не именуется пленными, потому что чеченская война не была объявленной.

Многие пропавшие без вести солдаты – на войне или в мирное время – живы. Сменить имя и добыть новый паспорт оказалось проще, чем дожидаться милости от государства, пославшего их на гибель.

САМОУБИЙСТВА в армии – крайний способ дезертирства из рядов вооруженных защитников Родины. По данным фонда «Право матери», сообщение о самоубийстве – наиболее распространенный жанр похоронок в нынешней Российской армии. Согласно независимым исследованиям, 24,4% извещений о смерти, которые получают родители погибших солдат, содержат именно такую формулировку. По сведениям Главной военной прокуратуры, в российской армии гибнет в среднем 2,5 тысячи человек в год. Независимые эксперты называют иные

цифры – не менее 4000 (без учета погибших на чеченской войне).

Большие физические и психологические нагрузки ведут к увеличению числа психических расстройств у солдат. Служить ведь приходится за себя и за того парня, который от армии успешно «сачканул». Сейчас надевают военную форму лишь 19% от всего призывного контингента. В некоторых подразделениях караульную службу несут по принципу «через день на ремень». Это выматывает, психологически опустошает людей, притупляет все чувства. А в таком замученном состоянии недалеко и до беды» [100].

В подтверждение этих выводов можно привести данные другого автора В.И. Белошева [20]: **в 1993 году во всех войсках России погибли 2575 военнослужащих, 9294 получили травмы различной степени тяжести, 462 военнослужащих покончили жизнь самоубийством.**

Наблюдение. Вооруженный автоматом дезертир ранил пенсионера и сутки держал в страхе всю Москву. Жителям столицы было чего бояться: жертвами нападений дезертиров в 1997 году стали 44 москвича.

На допросе беглец признался, что сбежал, не выдержав издевательств сослуживцев. «Дедовщина» в этой воинской части была такая, что одни солдаты пускались в бег, другие лезли в петлю. В считавшейся образцовой бригаде охраны **зафиксировано за год 13 попыток военнослужащих покончить жизнь самоубийством.**

БЕСПРИЗОРНОСТЬ И ПОРЕМНЫЕ НРАВЫ. По данным Минобороны, сейчас в России насчитывается свыше 600 тысяч беспризорных детей. Уже в ближайшие годы 300 тысяч из них могут попасть в армию. Если в 1985 году призывники со средним образованием составляли 93%, а с начальным – всего 0,003%, то сейчас закончили среднюю школу лишь 70% призывников. Доля малограмотных увеличилась в 160 раз. Эти цифры говорят сами за себя [100].

Тюремные нравы в армейской среде все последние годы насаждала 71 тысяча бывших «зэков», только с осени 1997 года было принято решение ранее судимых на военную службу не брать. Но все равно, подражая «героям» улицы и экрана, призывники все чаще нравы бандитских «разборок» переносят в казармы и караульные помещения.

Наблюдение 1. Дикий случай произошел на одной из гауптвахт в/ч. **«В камеры арестованных солдат караульные бросили по пакету хлорки и вылили на нее несколько ведер воды. На крики: «задыхаемся», «выпустите из душегубки» – последовал смех.** Такие шуточки на Пензенской «губе», говорят, в порядке вещей. А еще здесь любят устраивать «соревнования» из посещения туалета. Право на отправление естественных надобностей, оказывается, надо заслужить длительным «воздержанием». Все посещения отхожего места совершаются, как правило, группой и бегом. В зависимости от степени «нужды» на все про все выделяется либо 15, либо 30 секунд. И горе опоздавшему лицу. «Он в лучшем случае получает прикладом по мягкому месту».

Наблюдение 2. Уже после гибели солдата Е. его родители и любимая девушка получили от него **три письма.** Вот несколько фрагментов из этих писем: «В последнее время мне стала нравиться тактика, особенно ночная: бегаем ночью по нашему городку, как дураки, и захватываем все, что на дороге попадается, вот такие мы боевики. Я могу сказать, что, наверное, самая большая неприятность города Новочеркаска – это 48-й полк (в нем проходил службу Евгений Ш). Потому что **почти вся разведка и спецназ крутится в криминале.** И меня занесло туда же, как бы не залететь».

«У нас в разведке дела идут по-старому. Я хочу немножечко приоткрыть занавес над фразой «небольшой криминал». Расположение полка в центре города Новочеркаска причиняет очень много неприятностей его жителям. **Разведка и спецназ замешаны в крупных делах, которые творятся в этом городе.** Здесь это одна из **крупных мафиозных группировок, которая занимается собиранием дани с палаток, продажей автомобилей, имущества и, может быть, другими вещами,** о которых мне еще не известно. Но это именно то, чем мне уже приходилось заниматься. Говорю честно: от этого я кошу, как только могу».

«Я недавно был посвящен в эти дела. **Разведка и спецназ нашего полка – это большая «бизнескомпания».** Занимаются они продажей и куплей ворованных вещей и тачек, держат два ресторана и серию палаток и баров. Недавно затянули меня туда. Сейчас гашусь по нарядам, подальше от этих дел. Вещей

мы продали много, из нас сделали команду исполнителей. За полтора часа мы продали три машины – два «Жигуля» и «Тойоту». В общем, получили 18000 долларов, но нам досталось только по 500 рублей. Хотел купить себе новый камуфляж, не получилось. Об этой бизнескомпании я даже говорить не хочу. Ты бы знала, сколько нервов я потрепал».

Адаптационные реакции военнослужащих по призыву были изучены В.В.Куликовым [119]. Изученная автором группа была разделена соответственно типам реагирования (стенический, гипостенический и смешанный), и все три группы дали пики состояний психической дезадаптации в начале и перед окончанием срока службы. Эти данные говорят о том, что независимо от типологических особенностей все личности реагируют на стрессогенную ситуацию тем или иным образом. Поэтому в данной работе мы не исследовали подробные типологические особенности личности и их усредненный профиль, так как профилактику психотравмирующего влияния стрессогенных факторов изоляции необходимо проводить у всех типов личностей.

Вторая часть исследований на военнослужащих была проведена в одной из в/ч ВВ Московского гарнизона.

1. Военнослужащие по призыву (860 человек) были обследованы по шкалам И.Д. Спилбергера – Ю.Л. Ханина.
2. Изучена распространенность клинико-поведенческих реакций на изоляцию в процентном соотношении в зависимости от периодов пребывания в изоляции.

Ниже, в двух таблицах, представлены результаты обследования солдат по двум шкалам ситуативной (табл. 2) и личностной (табл. 3) тревожности.

Таблица 2

Результаты уровня выраженности ситуативной тревожности в зависимости от срока пребывания в армии (в %)
Шкала 1

Сроки службы в армии (кол-во человек в %)				
Уровень ситуативной тревожности	До 1 года	До 1,5 лет	Свыше 1,5 лет	Итого
Высокий	57,4	10,5	29,1	97

Средний	1,3	0,5	1,2	3
Низкий	-	-	-	-
Всего	58,6	16	25,4	100

Была замерена тревожность, связанная как с конкретной внешней ситуацией (условиями службы, служебно-боевой деятельностью, отдельным событием), так и тревожность, характерная для данной конкретной личности, которая свидетельствует обычно об определенной личностной расположенности человека воспринимать достаточно широкий круг ситуаций как угрожающий. Состояние тревожности в обоих случаях может быть различной интенсивности: высокой (46 баллов и выше), средней (32–45 баллов) или низкой (20–30 баллов), что говорит о ее изменчивом динамическом характере (194). Образец анкеты-теста приведен в приложении 2.

Таблица 3

Уровень выраженности личностной тревожности в зависимости от срока пребывания в армии (в %)
Шкала 2

Сроки службы в армии (кол-во человек в %)				
Уровень личностной тревожности	До 1 года	До 1,5 лет	Свыше 1,5 лет	Итого
Высокий	7,3	2,1	1,63	11,0
Средний	50,5	13,5	22,14	87,0
Низкий	0,8	0,50	1,63	2,0
Всего	58,6	16,0	25,40	100

Прослеживается статистически значимая разница между первым годом службы и остальными (табл. 2).

У 57,3±1,3% военнослужащих первого года службы уровень ситуативной тревожности высокий. Это говорит о значительной выраженности реакций военнослужащих на ситуацию стресса, и что эти данные соответствуют первому пе-

риоду тревоги по Г. Селье. Как видно из таблицы, после года службы психоэмоциональное состояние солдата более-менее стабилизируется, уровень ситуативной тревожности остается высоким у **10,5±1,1%.** Разница между показателями первого периода (1 год) и второго периода (1,5 года) статистически достоверно, $p < 0,01$. Этот показатель соответствует стадии адаптации, когда наступает приспособление организма к ситуации длительной социальной изоляции. В это время должны нормализоваться как поведенческие, так и психофизиологические показатели (если бы мы их могли посмотреть). Возможно, что эти 15,5% солдат, те, которые по своим генотипическим и личностно-характерологическим особенностям не могут адаптироваться к условиям армейской службы самостоятельно и находятся среди тех лиц, у которых в любой период пребывания в армии может произойти дезинтеграция психических реакций на окружающее. Но это исследовать нам не удалось.

У лиц, отслуживших более полутора лет, ситуативная тревожность начинает повышаться снова, что связано с предстоящей реадaptацией к условиям непростой гражданской жизни, когда наступит необходимость самостоятельно кормить себя, а многим – семью. А как это сделать, если в армии научили только стрелять? Как только эти и многие другие вопросы начинают тревожить военнослужащих, в итоге мы видим опять повышение ситуативной тревожности: **29,15 ±1,2% солдат имеют высокий уровень,** что говорит о наступлении периода тревожного ожидания демобилизации («дембеля»). Достоверность отличия от второго периода $p < 0,05$.

В целом, судя по таблице, высокий уровень ситуативной тревожности у 97% военнослужащих может говорить о неблагополучии в этом подразделении и необходимости глубокого анализа состояния службы по всем направлениям (после окончания нашего исследования в этой в/части было совершено убийство). Возможно, нестабильное состояние на Северном Кавказе тоже отражается на уровне ситуативной тревожности солдат.

Уровень личностной тревожности держится на средних баллах, но остается такая же закономерность увеличения на первом году, снижения после года и увеличения опять после 1,5 лет службы. И это естественно, так как уровень личностной тревожности военнослужащих прямо пропорционально зависит

от уровня ситуативной тревожности: чем выше ситуативная тревожность, обусловленная влиянием внешних факторов, тем выше личностная тревожность, которая зависит от характера человека. Кроме того, чем выше интенсивность воздействия на человека стрессогенных факторов среды, тем выше оба эти показателя.

Быстрая и коренная ломка жизненных планов и изменение условий жизни и среды выражаются в организме человека по Г. Селье в трех фазах, или периодах: тревоги, повышенной резистентности (адаптации) и истощения резервных механизмов организма.

Приведенные выше литературные данные, примеры из жизни военнослужащих и данные анкетирования и тестирования военнослужащих внутренних войск МВД позволяют нам рассматривать изоляцию в условиях армейской службы как стрессогенный фактор и в соответствии с этим пребывание в армии разделить на следующие периоды.

Первый период – фрустрационный (безысходности, тревоги), соответствует развитию фазы тревоги и длится примерно 5–6 месяцев.

Второй период – адаптационный, самый длительный, соответствует периоду повышенной резистентности и длится около одного года.

Третий период – тревожного ожидания демобилизации из армии, соответствует фазе истощения и длится тоже около 5–6 месяцев перед демобилизацией.

Ниже приводим наблюдение поведения солдата, находившегося в данном периоде ожидания демобилизации, когда осталось меньше половины срока.

Наблюдение 1. Едва ли не все дороги и леса Подмосковья к югу от Москвы «окупили солдаты и сотрудники милиции – шел поиск дезертира, который в ночь на понедельник убил своего сослуживца и покинул воинскую часть в поселке Мострентген».

Как сообщили в ГУВД Московской области, младший сержант мотострелковой части Вадим Б. в воскресенье заступил во внутренний караул, около 23 часов он под предлогом заправки автомобиля выехал из части на дежурной машине-грузовике «ГАЗ-66». Машиной управлял его сослуживец, рядовой Алексей

Ш. Вадим Б. был вооружен автоматом АКС. При себе у него было два магазина.

В часть он так и не вернулся. Через некоторое время машины хватились. И практически одновременно в часть поступило сообщение об обнаружении трупа Алексея Ш, как оказалось, Вадим Б. застрелил его и выбросил тело.

По тревоге подняли военных и милицию. Был введен в действие оперативный план «Кольцо». Началось прочесывание местности. На поиски дезертира были сориентированы сотрудники Видновского, Подольского и Домодедовского ОВД, ГАИ Подмосковья, ГУВД Москвы, УВД на транспорте. В розыске принимали участие УФСБ по Москве и Московской области и личный состав Московского военного округа. «ГАЗ-66 нашли брошенным в поселке Воскресенский Ленинского района. В крыше кабины зияло пулевое отверстие. На сиденье лежал бронжилет Вадима Б., которому 5 января исполнилось 20 лет. На службу он был призван в декабре 1997 года. Примечательно, что на службе он характеризовался положительно, и никаких обоснованных причин для дезертирства у него не было. Предположили, что у него, возможно, помутился рассудок. Как общал «МК», 20-летний сержант в воскресенье заступил во внутренний караул в качестве разводящего. Вместе со своим сослуживцем Алексеем Ш. решили съездить заправить караульную машину-грузовик «ГАЗ-66».

Вадим Б., сидя рядом с водителем, начал играть со своим автоматом. Именно в этот момент произошел случайный выстрел. Пуля пробила голову Алексея Ш. и крышу кабины. Все дальнейшие действия сержанта, как считают следователи, можно объяснить только растерянностью и испугом. Вадим Б. выбросил тело у дома № 24, пересел за руль и попытался скрыться. Однако, проехав несколько километров, в поселке Воскресенский Ленинского района грузовик заглох. Чтобы не возиться с машиной, дезертир бросил его и решил убежать на своих двоих. Кстати, тяжелый бронжилет он оставил в кабине. На службе он характеризовался положительно, был командиром отделения. Никаких нареканий к нему не было. **Поскольку отслужил он больше года, то не мог быть жертвой «дедовщины».**

Почему солдат поступил именно так? Потому, что близился конец службы, от которой он устал, у него в душе возникла уже постоянная тревога от приближения «дембеля». Он думал о

своей будущей самостоятельной жизни взрослого мужчины и вдруг – такое несчастье, естественно, он не мог здраво рассуждать в этой ситуации, его тревога не давала ему возможности найти правильный выход из данной стрессовой ситуации.

Мы считаем, что сама «дедовщина» – один из внешних механизмов реакции на армейские условия жизни наиболее агрессивных личностей. Внешне менее агрессивные, интравертированные личности тоже дают в ответ на условия изоляции зачастую пассивную агрессию, направленную на себя, т.е. совершают суицид или начинают злоупотреблять алкоголем и наркотиками. Но иногда при конфликтах, на фоне злоупотребления алкоголем и наркотиками, и интравертированные личности могут совершить гетероагрессию.

Эти наблюдения за военнослужащими ВВ показывают, что каждый из указанных периодов в жизни военнослужащего по призыву имеет свое клиническое выражение в его поведении. В частности, даже психически здоровые военнослужащие, переносят тяготы военной службы не всегда стойко, ничем себя не проявляя в поведенческом плане. Состояния тревоги возникают и у них и их необходимо профилактировать.

Нами были изучены клинические показатели агрессивно-оборонительных поведенческих реакций военнослужащих, которые в определенных случаях могут рассматриваться как патологические. Это: **аутоагрессии, гетероагрессии и психосоматические нарушения.**

В **аутоагрессии** вошли завершенные и незавершенные суициды, все случаи членовредительств, такие, как вскрытие вен, повреждение области живота острыми предметами, проглатывание инородных предметов и др. Статистически достоверное нарастание аутоагрессивных реакций отмечается в первой половине первого года и во второй половине второго года в сравнении со второй половиной первого года и первой половиной второго годов службы, в обоих случаях $p < 0,001$.

Гетероагрессии – сюда вошли случаи убийств, нанесения тяжких и менее тяжких телесных повреждений, хулиганские действия. Здесь выявлена такая же достоверная разница ($p < 0,001$) между указанными выше периодами службы.

Таблица 4

Динамика клинических признаков дезадаптации военнослужащих в зависимости от периодов изоляции

Признаки психофизической дезадаптации	1 год службы, данные в %		2 год службы, данные в %	
	1 пол*	2 пол*	1 пол.	2 пол.
Аутоагрессии	36	6	4	23
Гетероагрессии	43	10	6	34
Дезертирства	20	5	3	10
Психические нарушения*	15	2	2	10
Соматические нарушения	25	4	6	20
Конфликты с командованием	57	10	9	28
Употребление наркотиков и алкоголя	65	20	10	63
Самовольные отлучки	67	17	10	53

Примечания:

* 1 пол. – первая половина года, 2 пол. – вторая половина года

Из показателей психосоматических нарушений были изучены **нарушения психического состояния военнослужащих**, в которые вошли все случаи госпитализации в психиатрические стационары и случаи, где была нужна консультация психиатра с назначением лечения.

Заболевания внутренних органов (обозначены в табл. 4 как соматические нарушения), в них вошли все зарегистрированные заключительные нозологические формы у солдат первого года службы, затем случаи обострения в последующем и регистрация новых нозологических форм. Так, у 3% солдат пе-

ред демобилизацией была обнаружена язва желудка. При поступлении – у 2%.

Г. Селье [1960], говоря о предрасположенности организма человека к различным осложненным реакциям, подчеркивал, что при стрессе «где тонко, там и рвется».

Из других поведенческих реакций дезадаптаций, которые рассматриваются в рамках эмоциональных реакций, не достигших уровня клинически очерченных симптомов, рассмотрены: **дезертирства, самовольные отлучки, употребление спиртных напитков и наркотиков, конфликты с командованием.**

Дезертирства: мотивы оказались более глубокими, чем кажется на первый взгляд, и они были спровоцированы не только конфликтами с кем-то, но и внутренним неприятием всего, что связано со службой. Среди дезертиров не было солдат, которые сами желали служить, хотя их в общей массе было немало. Вдобавок это неприятие накладывалось на психофизиологический механизм развития стресса. Поэтому данный показатель может служить критерием наиболее глубоких стрессовых нарушений, переходящих в ПТСР, это подтверждают случаи, когда военнослужащие дезертируют незадолго до демобилизации (за 2-3 месяца). Достоверное нарастание дезертирств отмечается как в первой половине первого года службы (20%), когда еще не начали действовать стрессоры изоляции, так и во второй половине второго года службы (15%) при сравнении с остальными периодами (5% и 3%, $p < 0,001$, табл. 4)

Самовольные отлучки и употребление алкогольных и неалкогольных наркотиков в некотором роде оказались взаимосвязанными, зачастую солдаты отлучались, чтобы добыть деньги и купить наркотики. А наркотики и алкоголь являются своего рода квазиадаптогенами, которые в условиях отсутствия воспитательно-психопрофилактической работы наилегчайшим образом заменяют ее. Поэтому нарастание случаев употребления в начале срока службы и в последнее полугодие говорит само за себя: 67% и 53% против 17% и 10%.

Конфликты с командованием, сюда вошли в основном проступки, за которые были объявлены выговор, строгий выговор, замечание и гауптвахта; тенденция нарастания и убывания такая же: 57% и 28 против 10% и 9%.

Крайние степени выражения поведенческих реакций военнослужащих случаются в основном в первый (до 1 года) и послед-

ний (после 1,5 лет) периоды службы. В начале службы их поведение определяется нарастанием тревоги вследствие непривычности и неопределенности условий службы, необходимости самоутверждения. Поэтому в данный период мы видим (табл. 4) высокие показатели аутоагрессий ($36\% \pm 1,2$), гетероагрессий ($43\% \pm 1,5$), психических нарушений ($15\% \pm 1,2$), соматических нарушений ($25\% \pm 1,3$), самовольных отлучек ($67\% \pm 1,6$), конфликтов и употребления алкоголя и наркотиков ($65\% \pm 1,5$).

Перед окончанием службы эти показатели опять нарастают, что обусловлено усталостью и тревожным ожиданием демобилизации, неопределенностью своего социального положения в будущем (необходимостью реадaptации к условиям, ранее привычным). Эти обстоятельства вновь приводят к истощению адаптационных механизмов организма, парадоксальному поведению, когда на небольшие раздражители военнослужащий может дать совершенно неадекватную реакцию, в том числе и в виде расстрела группы своих сослуживцев. Наличие таких случаев говорит о высокой сенсibilизации психики и отсутствии психопрофилактики психотравмирующего влияния условий армейской изоляции (это подтверждается отсутствием в настоящее время в штатах в/ч психологов и психотерапевтов, которые могли бы предотвратить кризисные реакции).

Следует отметить, что указанные стрессогенные факторы условий армейской изоляции и межличностные конфликты усугубляются употреблением алкоголя и наркотиков (табл. 4): 65% солдат употребляют спиртные напитки и наркотики, что может приводить к патологическим состояниям психики и разрушительным последствиям, которые иногда не укладываются в рамки нормальной логики. Именно поэтому в армейских условиях необходимо строго запрещать употребление спиртных напитков. Употребление и распространение наркотиков должно преследоваться законом.

У психопатологически отягощенных лиц изоляция как психосоциальный стрессор, преломляясь через психопатологическую отягощенность этих лиц, в одних случаях утяжеляет их поведение в условиях армии, в других случаях – приостанавливает ранее делинквентное подростковое поведение (хулиган в обычной жизни, до армии, становится нормальным человеком, что зависит от тяжести течения психических аномалий).

Наблюдение 1. Полина П. характеризует своего сына как «сорванца» и даже хулигана, «покоя у меня не было, когда он учился в школе». Сергей учился неустойчиво, хотя учителя считали его способным, но неусидчивым мальчиком. Ввязывался во все драки и другие поступки, оцениваемые учителями как «хулиганские». Оценка по поведению была всегда плохая. Любил подвижные игры, походы, с удовольствием помогал матери в выполнении тяжелой физической работы (копал и перекапывал огород, таскал воду и «никогда не отлынивал от этого»). Начиная с 8-го класса мать заподозрила сына в покурировании «травки», спиртные напитки начал употреблять эпизодически – ситуационно с 13 лет. Был один привод в милицию, пытался снять значок с иномарки».

К перспективе службы в армии относился без особого энтузиазма, но и не выражал недовольства по этому поводу. Родители Сергея не предпринимали никаких мер, чтобы как-то не пустить сына на службу. Мать, «с одной стороны, переживала, с другой – надеялась, что изменится в лучшую сторону, но сомневалась». К удивлению матери, сын из армии писал теплые письма, ни на что не жаловался, имел благодарности от командования. Когда приехал в отпуск, сказал, что «служить нелегко, но мужать надо, как говорит наш командир: не красна девица». Со слов матери: выглядел окрепшим, даже вырос, подтянулся, стал намного спокойнее и рассудительнее. Не курил, выпить не стремился. Строил реальные планы на будущее: думал «встать на ноги материально, купить себе квартиру, машину, а потом жениться, а может, еще пойду учиться на вечерний факультет или на подготовительный».

Механизм такого изменения можно объяснить своеобразным влиянием различных психофизических факторов (сопровождающих армейскую службу) на неокрепший юношеский организм. Например, непривычные физические нагрузки успокаивают и способствуют выбросу излишней энергии и в тоже время укрепляют организм, способствуют росту и физическому совершенствованию. Это приводит к постепенному психофизическому равновесию и нормализации поведения некоторых военнослужащих.

С другой стороны, ухудшение поведения некоторых военнослужащих нельзя относить только к их психической отягощенности.

Ниже мы приведем случай, когда шел только первый период – тревоги, т.е. необходимости как-то самоутвердиться в глазах сверстников, и сразу же к этому состоянию добавляется конфликтная ситуация, когда солдата избивают, заставляют есть отдельно и убирать отхожие места. Этот пример ярко показывает, как последствия психической отягощенности проявляются только в определенных условиях, когда неблагоприятные факторы среды угрожают благополучию, чести и жизни человека.

Наблюдение 2. В ночь с 22 на 23 ноября 1998 года рядовой Владимир М. убил пятерых своих сослуживцев и тяжело ранил шестого – Романа Г.

Со слов матери, ее сын самый лучший. Спокойный, вежливый, добрый. К сыну мать приехала с обращением жителей их села, в котором они дали ему самую лестную оценку. После свидания с сыном мать остается при мнении: «Володьку довели», особенно преуспел в этом одноклассник Иван Г., но он ответить уже не может.

Мать сама рассказала, что в 6-летнем возрасте сына сбил грузовик. В сельской больнице мальчика подлечили, но с тех пор его мучили головные боли по 3-4 раза в неделю. Иногда спасали бабки-знахарки – «правили голову». Иногда было достаточно таблетки. Но уж больно хотел он служить в армии: иначе сверстники посчитали бы его неполноценным человеком. В то время как городские мальчики стремились «закосить», **М. скрывал от комиссии травму головы.** В учебном пункте ему дали кличку «тормоз». Меньше чем через месяц на заставе Солнечной **М. расстрелял пятерых сослуживцев.**

В ноябре 97-го последней каплей для Владимира М. стали не издевательства, а ехидная перепалка в помещении радиолокационного поста. Перед тем как отправить насмешников на тот свет, он 15 минут простоял на улице. В душе его, по-видимому, кипела ярость.

Наблюдение 3. 30 июля 1995 года в четвертом часу ночи рядовой Б., дежуривший в погранзаставе, застрелил сержанта К., который пришел его менять, и сержанта Р., присутствовавшего при смене дежурного. После этого Б. отправился в спальное помещение, расстреляв по дороге начальника заставы, а затем, уже в казарме, рядового П. и сержанта П. Кроме того, он ранил еще троих сержантов и одного рядового. Когда боеприпасы кончились, Б. бросил оружие, вернулся к трупу К., подобрал

его автомат с двумя снаряженными магазинами и отправился к дому офицерского состава заставы. Ворвался в квартиру уже убитого им начальника и открыл там беспорядочную стрельбу по всем комнатам. Ранил жену погибшего и его двенадцатилетнего сына, который через двое суток скончался.

После совершения преступления Б. покинул территорию заставы, но к вечеру уже был задержан. Следствием установлено, что рядовой Б. вообще-то **имел некоторые странности в поведении. То он резал вены, то глотал иголки, то варил маковую соломку, то сидел на гауптвахте.** Дважды его направляли на обследование в психоневрологическое отделение окружного госпиталя с диагнозом «кратковременная ситуационно обусловленная невротическая реакция», но выписывали как «здорового».

Кроме проблем с собственной личностью у Б. был настоящий враг – рядовой П., который настроил против него весь коллектив заставы. В результате чего Б. даже ел отдельно от всех остальных. Ну и били его, конечно. Накануне преступления П. вместе с сержантом К. избивали Б., «заставляя его производить уборку помещений заставы за себя и иных сослуживцев». Вот из-за этого, собственно, **погибло шесть человек.**

Описанные случаи ярко демонстрируют не только то, что эти солдаты были психически не совсем полноценны, но и то, что на вопиющие факты их дискриминации командование не обратило внимания, хотя эти факты не могли остаться незамеченными.

В последнем случае, претерпев унижения от солдат, Б., по всей видимости, накопил ярости больше в отношении начальника, который знал об этих конфликтах и не принимал мер, в результате чего начальник погиб сам и послужил причиной гибели сына и ранения жены.

Таких издевательств в армейских условиях могли не выдержат и психически нормальные солдаты.

Приведенные наблюдения свидетельствуют, что к явлениям «дедовщины» командование относится, видимо, с чувством бессилия и безысходности. Разумеется, усилиями одних командиров искоренить последствия действия стресса социальной изоляции невозможно. Для этого необходимо не только знать многие механизмы, из чего складывается неправильное дезадаптивное поведение военнослужащих, но и уметь профессионально

профилактировать и устранять эти состояния, не доводя их до крайностей.

Различные типы реакций со стороны военнослужащих находятся в зависимости от типа личности военнослужащего: интроверт или экстраверт.

У интровертированных личностей превалирует пассивно-оборонительный тип реакции на конфликтные ситуации или даже на сами условия пребывания в армейских условиях изоляции. Такой тип реакции сопровождается тревогой, пониженным настроением, снижением актуальной психической активности, повышением тормозимости, снижением интенсивности психомоторных реакций, нарушением эмоционального реагирования и внимания, безразличием к окружающему, с чувством безысходности и субдепрессивной печалью в глазах или депрессией с суицидальными мыслями. В стратегии поведения этих военнослужащих могут преобладать не борьба и сотрудничество, а бегство, но не в буквальном смысле как дезертирство, а тихое бегство как саморазрушающая линия поведения: самоубийство, употребление наркотиков и алкоголя с целью отравления и забвения. В переносном смысле – это тоже бегство.

В принципах подхода к этим лицам и профилактике суицидов и дезертирства должны быть использованы: физические нагрузки с целью укрепления организма, обращение к религии, нахождение своей социальной ниши (приобретение специальности), которое может дать солдату чувство самоутверждения, и применение методов психокоррекции.

Устранение неблагоприятных факторов среды во многих ситуациях предотвратило бы случаи с трагическим концом у тех же психически неблагополучных лиц.

У экстравертированных личностей превалируют активно-оборонительные реакции с агрессией, направленной на окружающих. Среди них как раз больше тех, которые играют активную роль «дедов». Условия изоляции и первоначальной армейской отчужденности способствуют активному проявлению ранее дремлющей агрессии. В стратегии поведения у них преобладает лидерство и подавление более слабых, насилие. У многих преобладали импульсивные черты характера. В спокойной обстановке для них была характерна общительность, напористость, упрямство, склонность к приключениям, храбрость, пренебрежение к соблюдению устава и других норм внутренне-

го распорядка в условиях армейской службы. Это приводило к частым конфликтам с командованием и окружением. У самих солдат – к дезорганизации их деятельности с тревожным напряжением и нарастанием страха неудачи перед сверстниками и развитием состояний психической дезадаптации. В этих состояниях у них усиливались эгоцентрические тенденции, склонность к самовольным отлучкам и дезертирству и гетероагрессии.

Выделена также группа со смешанным типом реагирования на условия изоляции, которая была наиболее непредсказуема, так как в зависимости от ситуации давала реакции, характерные как для экстравертов, так и для интровертов.

Как видно из табл. 4, крайние степени выражения поведения военнослужащих случаются в основном **в первый** (до 1 года) и **третий** (после 1,5 лет) периоды службы.

В начале службы их поведение определяется тревогой вследствие непривычности и неопределенности условий службы, необходимости самоутверждения, а перед окончанием – усталостью и тревожным ожиданием демобилизации, неопределенностью своего социального положения в будущем (необходимостью реадaptации к ранее привычным для них условиям).

Эти обстоятельства вновь **в третьем периоде** приводят к истощению адаптационных механизмов организма, парадоксальному поведению, когда на небольшие раздражители военнослужащий может дать совершенно неадекватную реакцию, в том числе и в виде расстрела группы своих сослуживцев.

Необходимость предстоящего изменения их социального статуса в результате демобилизации, на фоне повышенной сенсibilизации психики, вызывает у многих состояния высокой тревожности и дезадаптации на фоне ослабленных адаптационных механизмов (см. табл. 3, 4). Так у солдат снова возникают изменения в поведении и состоянии здоровья: увеличивается количество лиц, совершивших: аутоагрессии ($24\pm 1,5$), гетероагрессии ($34\pm 1,6$) дезертирства ($15\pm 1,2$), самовольные отлучки ($53\pm 1,6$), что достоверно выше, чем во втором адаптационном периоде службы, $p < 0, 001$, табл. 4.

Некоторые авторы говорят, что о многих причинах дезертирства из армии «остается только гадать». По одной из версий, солдаты часто решаются на такой шаг, чтобы продать на сторо-

ну боевые автоматы. **Поскольку многие бежавшие уже отслужили как минимум год, о дедовщине речи быть не может** [140, 26].

С этим можно не согласиться. Такие необдуманные поступки как раз объяснимы тем, что совершаются уже к концу службы, когда у солдат наступает истощение душевных и физических сил от условий несения службы, дают о себе знать признаки адаптационного синдрома, наступает прорыв адаптационного барьера (по Ю.А. Александровскому).

Напрашивается вопрос: почему призванный служить Родине молодой человек вдруг совершает побег, вешается или хватает автомат и убивает своих сослуживцев? Просто так за автомат никто не хватается. Всегда есть какие-либо причины: поверхностные и глубокие, требующие изучения. Выше говорилось, на почве каких поверхностно лежащих причин совершались убийства.

Мы считаем, что условия армейской изоляции сами по себе являются стрессогенными, так как человек изо дня в день окружен изначально психологически агрессивным мужским коллективом, где лидерами становятся люди с сильным характером и физически более развитые. Но и у менее сильных при стрессе первоначально возникает подавленно-депрессивное состояние, которое постепенно, если он не смиряется с объектом насмешек и издевательств, копится и переходит в агрессивно-злобную депрессию, и в один момент, особенно после очередной стычки или употребления алкоголя и наркотиков, человек взрывается яростной агрессией против всех, кто вокруг. Этот солдат оказывается в состоянии реактивной агрессии, обусловленной комплексом различных обстоятельств социальной изоляции, и главное – отсутствием психопрофилактики психотравмирующего воздействия этой изоляции.

Вот как рассуждает о причинах расстрелов в российской армии Е. Маенная. **«Что нам мешает сократить сроки? Все, что угодно, только не забота о самих солдатах. В чем причина расстрелов в армии?** Эти вопросы задавались и военным, и гражданским психологам и психиатрам, но однозначного ответа так и не получили. Психологи и психиатры говорят обо всем в целом и называют лишь мотивы этих трагедий. Как правило, это неустойчивая, очень ранимая психика солдата, недостаток воспитания и, в конце концов, общий рост суицидальных

настроений в обществе. Только в самом конце этого списка – сами условия службы и непростые отношения, сложившиеся в казарме [125].

Мы не согласны с мнением уважаемого психолога Китаева-Смык [83], который считает, что срок службы необходимо увеличить.

Наоборот – срок службы нужно сделать короче. За один год службы (а не пьяного времяпрепровождения) можно научить юношей обрести навыки, которыми должны обладать военнослужащие. Разумеется, занятость должна быть более насыщенной. А за счет краткости социальной изоляции уменьшится ее вредное стрессогенное влияние. Служба будет более привлекательной, количество желающих служить увеличится.

На наш взгляд, феномен «дедовщины», кроме того, что он обусловлен социальной изоляцией с незнакомым и напряженным ритмом деятельности, усугубляется и приобретает угрожающие размеры оттого, что там нет нормальных условий для службы, внимательного отношения к солдатам, не организован досуг, нет воспитательных и познавательно-развлекательных мероприятий.

Нет сейчас в армии и элементарной дисциплины: строгого запрета на употребление спиртных напитков, не говоря уже о наркотиках. За два года службы у людей накапливается усталость от напряженного ритма службы, беззакония, отсутствия сочувствия и справедливости.

В настоящее время боевая служба – это вид воинской службы, неразрывно связанной с все увеличивающейся автоматизацией воинского труда, с насыщением его устройствами отображения, контроля и управления.

Во внутренних войсках использование инженерно-технических средств охраны сейчас становится таким, что не без основания многие подразделения можно назвать техническими. Теперь преобладающее большинство подразделений выполняет боевую службу методом оперативного дежурства, **более 40% времени часового проходит на тропе наряда и 90% часового оператора – у пульта технических средств охраны.**

Операторская деятельность сейчас стала не только распространенной, но и чрезвычайно ответственной. Программирова-

ние деятельности воина-оператора невозможно без глубокого знания командирами его высших психических функций: восприятия, мышления и т.п. Эти функции являются психологическими инструментами деятельности оператора, которые вместе с опытом, знаниями, программами и схемами поведения, навыками составляют профессиональную модель личности воина внутренних войск, взаимодействующего в ходе решения задач боевой службы с техническими средствами охраны.

С другой стороны, технические устройства предъявляют повышенные требования к личности воина, к уровню его обучения, воспитания, развития и психологической закалки, способствуют формированию в какой-то степени необходимых морально-боевых качеств. Боевое дежурство и караульная служба выполняются с использованием оружия и боевой техники; ритм жизнедеятельности воина определяется не естественными потребностями, а нуждами боевой службы; деятельность воина протекает преимущественно в режиме слежения и ожидания.

Независимо от характера изменения обстановки и степени опасности для жизни воина боевая задача выполняется, как правило, в отрыве от коллектива, в условиях ограниченной подвижности, монотонности и однообразия впечатлений, поступающих от окружающей местности и охраняемых объектов. Санитарно-гигиенические условия, микроклимат, особенности организации питания и отдыха значительно отличаются от ранее привычных условий [196].

Солдаты, сержанты, прапорщики внутренних войск ежедневно большую часть своего времени находятся на боевых постах и в войсковых нарядах. Служба выполняется ими непрерывно днем и ночью, меняются только служебные задачи. Выбор правильного решения в нестандартных ситуациях, прием особо значимой информации, необходимость действовать в условиях высокой личной ответственности сильно перегружают нервную систему воина, что при отсутствии профессиональной подготовленности может отрицательно сказаться на его субъективном состоянии – способствовать возникновению эмоциональной напряженности. Эмоциональная напряженность усиливается тем, что военнослужащие несут службу с оружием в руках, в условиях ожидания зачастую опасных для жизни действий, происходящих в основном в нестандартных критических

ситуациях. При возникновении таких обстоятельств личный состав караулов и войсковых нарядов вследствие значительного удаления от подразделения и невозможности поддерживать с ним устойчивую постоянную связь вынужден боевые задачи решать самостоятельно, полагаясь на свои силы, жизненный опыт и опыт службы.

Рассматривая боевую деятельность как определенное взаимодействие воина с окружающей средой, военные психологи М.И. Дьяченко [68] и Н.Ф. Феденко [209] придают вопросам приспособления личного состава к новым условиям жизни большое значение. Главными в механизме адаптации они считают уровень убежденности, боевой активности и накопленного боевого опыта. На скорость и прочность адаптации военнослужащих большое влияние оказывают личный пример командиров и политработников, сплоченность воинского коллектива, результаты индивидуальной и коллективной деятельности, целеустремленная воспитательная работа.

Эти авторы считают, что наряду с общей адаптацией, связанной с вовлечением личного состава в воинскую деятельность, необходима еще адаптация к боевой службе. При этом предполагается вхождение солдат в систему ролей, норм, обязанностей по отношению к лицам, допускающим противоправное поведение. **Степень этого вхождения в деятельность характеризуется не только уровнем ориентированности воинов в системе специфических требований к ним, но и мерой убежденности в необходимости этих требований, понимания своей роли и места в процессе воздействия на лиц с антиобщественным поведением.**

В начале служебной деятельности у солдат могут быть нарушены все виды адаптации: физиологическая, психологическая, социальная. Больше всего психологических срывов у личного состава происходит в первые 3–6 месяцев (в период втягивания военнослужащих в профессиональную деятельность), то, что мы отмечаем ниже (табл. 2, 3).

Периоды адаптации совпадают с периодами адаптации к экстремальным условиям пребывания людей в закрытых системах.

Таким образом, деятельность воинов ВВ в закрытом коллективе можно также рассматривать как модель для изучения клинико-психологических проявлений стресса. Если смотреть на поведение военнослужащих по призыву с точки зрения учения

Г. Селье [123–126] о стрессе, становятся понятными все отклонения в поведении солдат, трактуемые как неуставные, «дедовщина», суициды, дезертирство – все они укладываются в рамки адаптационного синдрома, вызываемого стрессогенными ситуациями, особенно в условиях социальной изоляции с жесткими армейскими требованиями.

Призыв в армию для юношей 18–19 лет, еще не окрепших физиологически и психологически, является состоянием стресса, обусловленного социальной изоляцией призывников от привычных условий их жизни. Едва успев окончить школу или не окончив ее, они еще не успели выработать определенный стереотип поведения и естественные для человека психологические способы самозащиты.

С.А. Разумов [176] социальную изоляцию в условиях армии относит «к стрессорам рассогласования деятельности». Изоляция в условиях армейской службы, нарушая привычный уклад жизни призывника, приводит к быстрой и коренной ломке жизненных планов (учеба в институте, женитьба, престижная работа и другие психофизиологические и социальные ограничения).

Следует отметить, что указанные стрессогенные факторы условий армейской изоляции и межличностные конфликты усугубляются употреблением алкоголя и наркотиков, что может приводить к патологическим состояниям психики и разрушительным последствиям, которые иногда не укладываются ни в какие рамки логики. Именно поэтому в армейских условиях необходимо строго запрещать употребление спиртных напитков. Употребление и распространение наркотиков должно преследоваться законом.

Случай, когда солдат расстрелял десятерых своих сослуживцев (в 1997 г.) и покончил с собой и экспертиза установила у него в крови наличие наркотиков, наиболее характерен для тех патологических состояний психики, когда стрессогенные условия службы плюс наркотики могут сделать человека на короткое время невменяемым и способствовать совершению варварских преступлений.

Из сказанного следует, что все воспитательные мероприятия, психологическую и медицинскую помощь военнослужащим необходимо усилить в первый период службы. Именно в начале службы отрыв от привычного окружения вводит их в состояние тоски, безысходности и сильной тревожности. Каждому солдату

необходимо самоутвердиться, подчиняя себя законам армейской среды или не подчиняясь им.

Такая же интенсивная тревожность возникает и в третий период – перед демобилизацией, когда адаптационные механизмы организма истощаются, а факторы стресса остаются. Этот период характерен тем, что солдат, приспособившись к условиям службы, став взрослым мужчиной, должен думать о том, как жить дальше. Эта необходимость изменения их социального статуса, на наш взгляд, вызывает у многих состояния высокой тревожности и дезадаптации. В результате у солдат снова возникают изменения в поведении и состоянии здоровья.

Поэтому командирам, психологам и медикам в эти два периода: солдат, вновь прибывших, и солдат, готовящихся к демобилизации, необходимо взять под особый контроль и проводить с ними работу, направленную на снятие напряжения, тревоги, состояния «тоннельного видения проблем» (выход из сложных ситуаций видится только в агрессии).

Но это, конечно, не значит, что конфликты не могут возникнуть во втором периоде адаптации (от 1 года до 1,5 лет) и что в это время солдаты не нуждаются в психологической помощи. В этом периоде, судя по уровню тревожности, их должно быть гораздо меньше. Это подтверждают и проанализированные случаи, произошедшие в начале и в конце срока службы.

Как показывают наши исследования, **социальная изоляция с жесткими армейскими условиями и неписаными законами среды действует как психологический стрессор, где множество стрессогенных факторов по уже определенным природой законам запускает механизмы стресса, описанные Г. Селье [1960]. Это в дальнейшем становится причиной отклоняющегося противоправного поведения, развития и обострения у военнослужащих соматических и психосоматических заболеваний.**

Когда выявлены определенные закономерности и причины появления такого социального явления, как «неуставные взаимоотношения», можно постепенно разработать и меры психопрофилактики [230]. Но в каждом отдельном случае следует учесть особенности контингента военнослужащих, цели и задачи их служебной деятельности.

Учитывая эти особенности, психолог должен разделить военнослужащих на три категории: находящихся на первом пе-

риоде службы (до 1 года), на втором (от 1 года до 1,5 лет), на третьем (от 1,5 лет до 2 лет).

В зависимости от периода пребывания на службе, личных качеств солдата, особенностей службы необходимо проводить с ними целенаправленную психопрофилактику всех неприятных последствий пребывания в условиях армейской изоляции. До тех пор, пока этого не будет, в войсках невозможно будет избавиться от суицидов, дезертирства, гетероагрессии.

Таким образом, проведенный анализ позволил выделить несколько основных направлений, которые необходимо учесть для искоренения «дедовщины»:

проведение психопрофилактики психотравмирующего влияния социальной изоляции (в три вышеуказанных этапа) профессиональными психологами или психотерапевтами по специальной разработанной программе и методическим рекомендациям;

организация процесса повышения стрессоустойчивости к условиям армейской изоляции: психологической, социально-правовой, физической, тактико-специальной;

психологическая разгрузка должна включать в себя: посещение дома (военнослужащие должны служить в пределах субъекта РФ, в котором они жили); посещение церкви или другие возможности исповедаться; командиры должны уметь не только сохранять тайну исповеди солдата, но и помочь выйти из трудной ситуации с достоинством; в комнатах психологической разгрузки должны быть созданы условия не только для расслабления, но и снятия агрессии путем проведения различных методик типа «методики высвобождения гнева» (глава 4);

организация культурного досуга, питания, медицинского и материально-бытового обеспечения;

акты морально-нравственных и физических издевательств должны преследоваться законом;

организация защиты интересов солдат (профсоюзы, ассоциации и т.д.);

было бы целесообразно учредить «сухой закон» на территории воинских подразделений.

Подводя итоги, можно условно сгруппировать и выделить направления, в которых необходимо работать, чтобы смягчить или устранить стрессогенные факторы, воздействующие на личность военнослужащего по призыву в условиях социальной изо-

лянии и вызывающие дезадаптивное поведение, т.е. адаптационный синдром.

В результате анализа всего комплекса причин, приводящих к дезадаптивному поведению солдат, мы выделили следующие социальные:

незнание кадровым персоналом служб адаптационных механизмов стресса, действующих в закрытых коллективах, в состояниях социальной изоляции и конфликтов, и, следовательно, отсутствие психопрофилактики;

отсутствие психологического отбора призывников;

отсутствие элементарной дисциплины, где имеется абсолютно неограниченный доступ к наркотикам и алкоголю;

отсутствие по-человечески справедливого отношения к унижаемым солдатам (зачастую более слабым, уязвимым); никто не может защитить солдата, пока он сам не возьмет в руки оружие;

отсутствие наблюдения психологов и психиатров за лицами с возникшим адаптационным синдромом (с проблемами адаптации к условиям армейской изоляции);

Очевидно, что во многом устранение большей части этих неблагоприятных факторов, провоцирующих делинквентное поведение солдат, зависит не только от командования, но и от помощи психологов и психиатров. Безусловно, большую роль играет и тип личности, и его реакция на те или иные неблагоприятные стрессогенные факторы, и условия среды. **Но первопричиной всего остается социальная изоляция на длительный срок с предъявлением определенных требований к личности военнослужащего.**

Психологические: служба, как правило, не по собственному желанию, в условиях изоляции, крушение жизненных планов (женитьба, поступление в институт, престижная работа, удовлетворяющая материальные потребности семьи); длительная разлука с привычным окружением; отсутствие навыков общения с командирами;

требования режима службы с нервно-психическими перегрузками, связанные с необходимостью осваивать инженерно-технические средства охраны, операторскую деятельность;

несение в отдалении от части караульных функций с принятием самостоятельных решений в критических ситуациях; высокомерное невнимательное отношение командиров; опреде-

ленные ограничения прав и свобод; насмешки и издевательства старослужащих и необходимость самоутвердиться в агрессивном окружении, отсутствие помощи психологов и др.

Организационные: недостаточность контрактной службы, плохие санитарно-бытовые условия, плохое питание и медицинское обслуживание; низкий образовательный уровень солдат; отсутствие психологической службы и отбора;

отсутствие надлежащей экипировки и средств технического оснащения, обеспечивающих безопасность жизнедеятельности; традиционное насаждение тюремных нравов и ослабление системы воспитательного процесса и др.

Социально-правовые: отсутствие законов и нормативных документов: об альтернативной службе; о запрете на употребление алкоголя и наркотиков во время службы; о профсоюзных организациях с правом участия в выборных должностях;

о взаимодействии с религиозными организациями; о сроке службы (неоправданная длительность изоляции – 2 года), о реабилитационно-реабилитационных мерах после демобилизации.

Выражение «дедовщина» не соответствует действительному положению вещей, так как сами так называемые «деды» в конце службы оказались подверженными влиянию стресса изоляции и дезадаптивному поведению, что еще раз подтверждает правильность наших выводов.

Мы считаем, что выражение «неуставные взаимоотношения, вызванные стрессом изоляции», более реально отражает действительное положение вещей в армии.

3. Социально-психологические и правовые механизмы психопрофилактики девиантного поведения личности

3.1. Пути укрепления дисциплины и заинтересованности в службе в армии

(сравнительный анализ состояния проблемы по литературным данным)

Изучение путей заинтересованности в службе – это профилактика развития конфликта между мотивационным уровнем

сознания военнослужащих и долгом перед Родиной, что диктуется необходимостью заботы о психическом здоровье части населения, которая находится в наиболее репродуктивном возрасте и несет в себе 50% генофонда популяции.

По данным Главной военной прокуратуры (ГВП) на 1 января 1998 года, за последние шесть лет из армии, ВВ МВД и т.д. дезертировало около 17 тысяч военнослужащих. Причины разные – неуставные взаимоотношения (67,4%), состояние здоровья (7,5%), нежелание служить в частях, участвовавших в чеченской войне (5,5%).

«**Явка с повинной**» – акция, проводимая ГВП для солдат, самовольно оставивших свои части. По данным на 22 июня 1998 года, с повинной явились 5034 человека, из которых 1500 находились в «беггах» в 1988–1995 гг. Лидирует Северо-Кавказский военный округ, где в органы ГВП обратились 860 человек. В Приволжском – 825, В Уральском – 818, в Сибирском военном округе – 693 беглеца.

По мнению специалистов США, переход американских вооруженных сил на профессионально добровольческий принцип комплектования не повлек за собой автоматического улучшения дисциплины. По данным социологического опроса, проведенного в 1989 году в американской армии, 54% всех офицеров, в том числе 60% командиров и 76% офицеров войсковых частей и подразделений, сообщили о серьезных проблемах в этой области. На вопрос: «Имели ли место в их частях и подразделениях нарушения дисциплины за последние полгода?» – 69% опрошенных дали утвердительный ответ. С особенно большими трудностями американское командование столкнулось на начальном этапе формирования профессиональной армии. Неотработанность документов, регулирующих отбор молодежи, отсутствие опыта работы с добровольцами, а также продуманной системы морального и материального стимулирования военнослужащих негативно сказывались на качестве контингента, поступающих на службу [51].

Наибольшую озабоченность у военного руководства США и Великобритании вызывают наркомания и пьянство среди военнослужащих: около 17% солдат сухопутных войск и почти четверть ВМФ США ежедневно употребляли марихуану или гашиш, 1% – более сильные наркотики – героин и кокаин. Выявлены многочисленные факты принятия наркотических

средств во время исполнения служебных обязанностей. Командование приняло самые жесткие меры. В армии была развернута активная компания по борьбе с наркоманией. В ход были пущены и медицинские средства и меры административного воздействия. В результате доля военнослужащих, употребляющих наркотики, сократилась в 1989 году до 9%, а в настоящее время не превышает 3%.

Так, за употребление наркотиков были проведены акции массовых увольнений из армии от 3265 солдат до 6600 ежегодно. С целью борьбы с этим явлением стали проводиться массовые проверки, прежде всего мочи, было взято около 1,8 млн. проб. Каждый месяц такой проверкой охватывается 20 процентов военнослужащих ВМС. Сухопутные войска ежегодно проводят более 800 тысяч проб на наркотики.

Немало неприятностей вооруженным силам США приносит злоупотребление спиртными напитками (от 7 до 14% солдат, сержантов и офицеров). Особенно распространено это явление среди военнослужащих ВМС, морской пехоты: от 38 до 41% матросов и солдат.

Есть и неуставные взаимоотношения. Чаще всего они случаются на национальной, или, как принято говорить у американцев, на расовой почве.

Для поддержки дисциплины широко используется разветвленная сеть судов, охватывающая все структуры ВС, начиная от отдельной роты. Наиболее суровые дисциплинарные и уголовные наказания предусмотрены за политические убеждения. В армии главенствует подчинение приказу и командиру.

Так, за нарушение, предусмотренное «Кодексом» в разделе «О провокационных высказываниях» и «Подстрекательство к дезертирству и бунту», «Заговорщическая деятельность» и т.д., устанавливаются наказания вплоть до пожизненного тюремного заключения. Вся система судебных и административных мер нацелена на формирование исполнительного солдата, способного с высокой ответственностью выполнить приказ и распоряжение командира. Конечно, это не означает, что вся система укрепления высокой дисциплины в США и других странах НАТО строится на наказаниях. Они играют не последнюю роль в наведении должного порядка.

Вместе с тем в армии ведется многоплановая воспитательная работа, в ходе которой военнослужащий убеждается в необхо-

димости соблюдения дисциплины в интересах защиты американской демократии, американского образа жизни. В последнее время командование особенно активно стремится каким-либо образом либерализовать дисциплинарную практику [51].

В последние годы в различных странах **альтернативная служба** (то есть не военная, но обязательная) приобретает все большую актуальность. По признанию западных военных специалистов, наряду с расширением добровольно контрактной системы комплектования вооруженных сил во многих странах используются различные виды воинской повинности, допускающие службу без оружия. Это объясняется тем, что не все молодые люди морально готовы к выполнению задач, предусматривающих использование различных форм и методов вооруженного насилия. Имеется множество причин для обоснования отказа служить в армии с оружием в руках – от духовно-нравственных ограничений религиозного или политического характера до обыкновенного малодушия. В результате этого значительное число молодых людей уклоняется от военного призыва [109].

Данные обстоятельства вынудили военно-политическое руководство и парламенты различных государств, прежде всего европейских, создать институт альтернативных видов службы, что позволяет определенной части призывной молодежи выполнять гражданский долг в областях, не связанных с вооруженными силами. Во Франции, Германии, и Италии альтернативная служба была введена свыше 30 лет назад. Различные ее виды практикуются в странах Западной Европы.

Исключение составляют лишь Великобритания, имеющая полностью профессиональную армию, и Швейцария, вооруженные силы которой комплектуются на основе милицейской системы.

Многие зарубежные эксперты, занимающиеся данной проблемой, отмечают, что альтернативная служба возможна при наличии ряда объективных условий: полное или частичное комплектование вооруженных сил на основе закона о воинской повинности, избыток призывного контингента или невозможность его использования в интересах вооруженных сил, высокий уровень законности и правопорядка, значительная роль в обществе пацифистского движения и рост антивоенных настроений.

Призывники в этих странах, выбравшие альтернативную службу, делятся на две категории.

К первой относятся так называемые «отказники» – лица, официально подписавшие письменные заявления об отказе служить в вооруженных силах по религиозным, политическим или этническим мотивам. При прохождении альтернативной службы они ставятся в довольно жесткие условия: служат максимальный срок, лишены многих льгот, предоставляемых военнослужащим, выполняют наиболее трудоемкие и непрестижные работы.

Во вторую категорию включены военнообязанные, имеющие, как правило, высшее и специальное образование и открыто не отказывающиеся от выполнения воинского долга, но заявившие перед призывом о готовности проходить службу по своей специальности за рубежом в относительно неблагоприятных природно-климатических и социально-бытовых условиях. А так как они проходят ее обычно вне вооруженных сил и без оружия, то объективно входят в разряд лиц, выбравших альтернативную службу. Число граждан, относящихся к вышеуказанной категории, составляет, например, в Италии и Франции 10–12% общего числа призывников, в Германии до – 35%, Турции – 30% [100].

Разница в количественных показателях объясняется особенностями антивоенных общественных настроений, неодинаковой социальной значимостью военной службы в решении ряда экономических проблем, сложнейшей из которых является безработица, исторически сложившимися традициями и т.д.

Во Франции мотивированные заявления об отказе от военной службы рассматриваются министром обороны, где ежегодно до 25% заявлений кандидатов в «отказники» признаются необоснованными. Здесь статус лиц, отказывающихся нести службу с оружием в руках, был установлен в 1963 году и в последующем существенно не менялся. «Отказники» выполняют различные по своей значимости работы в государственных и общественных учреждениях под патронажем министерства социального обеспечения. Ежегодно до 7,5 тысяч призывников, не пожелавших брать в руки оружие, направляются в психиатрические лечебницы, дома престарелых, государственные службы социальной помощи к больным инвалидам и пенсионерам, где выполняют обязанности санитаров, сиделок, рабочих, разносчиков и другие работы, на которые даже в условиях безработи-

цы трудно найти желающих [109]. Франция имеет самую развитую систему вневоинской службы, предусматривающую наряду с отбыванием трудовой повинности службу на заморских территориях по оказанию помощи развивающимся странам в качестве специалистов (более 7 тыс. человек).

Таблица 5

Прохождение действительной и альтернативной службы в армиях зарубежных стран (Зарубежное военное обозрение. 1995. № 6. С. 7–9)

Страна	Численность ежегодно проходящих альтернативную службу, тыс. человек (% от годового призывного контингента)		Срок службы (в месяцах)	
	Всего	Отказники	Альтернатив.	Действ.
Франция	25–27 (10–11)	7,5 (3)	До 20	10
Германия	Более 100 (35)	Более 100 (35)	15	12
Италия	30–32 (11–12)	4–5 (до 2)	До 24	12
Турция	Более 150 (30)	Не учит	18	18

Наиболее широкое применение в европейских странах НАТО нашли такие виды альтернативной службы, как трудовая повинность, служба помощи развивающимся странам и служба в интересах обороны.

В Германии председатели комиссий назначаются министерством обороны из числа опытных юристов либо административных работников.

Несмотря на достаточно жесткие условия альтернативной службы в Германии, количество «отказников» неуклонно растет. За последние десять лет оно возросло практически в 2 раза и составило в 1993 году 130 041 человек (в 1983 – 68 343). Они направляются на работу в основном в сферу социального обеспечения и здравоохранения (более 90 тыс. человек).

Единственным видом вневоинской службы, засчитываемой в срок военной, является использование молодежи призывного возраста в области гражданской обороны, где созданы специальные подразделения по ликвидации последствий стихийных

бедствий, производственных катастроф и других чрезвычайных ситуаций.

В настоящее время в правительственных кругах Германии активно дискутируется вопрос о возможности использования «отказников» для службы в полиции, пожарных частях и учреждениях по охране окружающей среды.

Законодательство Италии, где отмечается рост числа молодежи, отказывающейся служить в вооруженных силах по идейным мотивам, предусматривает следующие виды альтернативной службы: двухгодичная в развивающихся странах (2–3 тыс. человек ежегодно); работа на гражданских должностях по нарядам местных органов власти (более 5 тыс.); прохождение службы на вспомогательных должностях в корпусе карабинеров, пожарной охране, полиции и жандармерии (всего 25 тыс.).

Особые формы вневоинской службы практикуются в Турции, для которой характерен избыток призывного контингента. В частности, в ходе призывной кампании районные комиссии проводят широкую агитацию среди призывников, имеющих высшее или среднее специальное образование, с целью привлечь их на работу в качестве учителей начальных классов в юго-восточных провинциях, охваченных войной с курдами. Добровольцы, которым гарантируются значительные льготы, после обязательной пятидневной военной подготовки передаются в распоряжение министерства образования. И хотя за отказ служить в армии предусмотрена уголовная ответственность, в настоящее время от призыва скрывается более 150 тыс. молодых турак, опасаящихся направления в район боевых действий.

Турецкое законодательство предоставляет призывникам возможность официально откупиться от военной службы. Размер выкупа 3,5 тысяч американских долларов (для работающих за рубежом турецких граждан – 8,5 тысяч). Тех призывников, которые не располагают такими суммами, обычно направляют на предприятия военной и горнорудной промышленности, а также на строящиеся объекты, где они выполняют тяжелую неквалифицированную работу (в пределах срока службы).

Многие политические деятели Европы считают введение альтернативной службы весомым завоеванием западной демократии. Авторитет системы вневоинской службы основывается на выполняемых ею различных социальных функциях, важнейшей из которых признается реализация таких демократических

прав, как свобода выбора и свобода убеждений. При этом высоко оценивается фактическое сокращение числа людей, уклоняющихся от несения службы по призыву. В то же время обеспечивается принцип справедливости, позволяющий призывать практически всех военнообязанных, даже при наличии избытка призывного контингента [109].

Замена для части призывников действительной военной службы трудовой повинностью расширяет возможности использования людских ресурсов (как правило, избыточных), обеспечивая высокую экономическую эффективность их применения. Наконец, это позволяет решать некоторые государственные задачи в оборонной и гражданской сферах.

В то же время имеется большое число противников альтернативной службы, которые рассматривают ее как один из способов позволяющих молодым людям избежать выполнения своего воинского долга. Судя по условиям прохождения альтернативной службы, закрепленным в военном законодательстве, правительства западных стран не стремятся поощрять официальных и скрытых «отказников». Наоборот, сроки прохождения службы увеличены в 1,5–2 раза. Кроме того, хотя оплата этого контингента и военнослужащих действительной военной службы практически одинакова, призывники, отказавшиеся брать в руки оружие лишаются возможности выбирать место службы, а также вид предстоящей деятельности [109].

Альтернативная служба, судя по мнению бывшего генерального инспектора бундесвера, должна рассматриваться как следствие слабости демократических государств, смирившихся со своим поражением в борьбе за призывников и пытающихся извлечь из этого хоть какую-нибудь пользу – сохранить частичный контроль над значительным контингентом молодых людей, не желающих служить в армии.

На наш взгляд, поражение в борьбе за призывников в нашей стране тоже достигло своего апогея и является свидетельством в целом отсутствия воспитания у подрастающего поколения таких понятий, как долг перед Родиной, народом, честь Российской армии, Российской демократии и т.д.

В настоящее время в отечественной и военной печати развернулась дискуссия о направлении и содержании проводимой в России военной реформы, причем особое внимание акцентиру-

ется на проблемах повышения эффективности, качества, надежности и боеспособности Вооруженных Сил (ВС) за счет совершенствования системы комплектования армии. Многие оппоненты придерживаются мнения, что наиболее перспективными является набор на военную службу по контракту, который включен в один из пунктов Концепции развития внутренних войск до 2005 года.

А.Е. Останкович [158] отмечает, что **контрактный способ комплектования армии в России уже осуществляется: совершенствуется законодательная база военной организации контрактного типа; ведется разработка руководящих документов и инструкций военного ведомства; когда государство переживает серьезные политические и экономические трудности, ведется поиск научно обоснованной концепции развития ВС.** Сложившаяся ситуация диктует необходимость глубокого изучения существующей международной практики военного строительства в условиях контракта.

Указанный автор считает, что наибольший интерес в этом плане представляет для России опыт военного строительства в США. Его практическая ценность для России объясняется следующим: американская армия является одной из самых многочисленных в мире и после второй мировой войны накопила богатый опыт ведения боевых действий.

США располагают разнообразной практикой решения задач комплектования наемных воинских формирований как в мирное, так и в военное время. Достаточные материальные ресурсы США позволяют осуществлять выбор направления военного строительства и способа комплектования ВС.

Переход к системе найма на военную службу в стране был связан с попыткой решения целого ряда социально-психологических проблем в армии и сопровождался значительными трудностями. Другими словами, опыт США позволяет учесть как достоинства, так и недостатки контрактной системы комплектования.

В США было пересмотрено основное функциональное предназначение ВС, которое заключалось теперь не в ведении широкомасштабной войны, а в достижении стабильности преимущественно путем проведения отдельных операций, не исключая применения в них оружия массового поражения (ОМП).

Необходимость замены традиционных вооруженных сил контрактными формированиями диктовалось в США и общесоциальными причинами. Смешанная система набора в период войны во Вьетнаме предусматривала наряду с вербовкой наемников выборочный призыв. Казалось бы, он в равной степени должен касаться представителей всех классов. Однако отсрочку или полное освобождение от военной службы реально могли получить не все. Как правило, к числу «льготников» относились представители имущих слоев общества. Несправедливый характер такой системы способствовал отрицательному отношению большинства населения к самой идее призыва на военную службу, что явилось одним из факторов обострения противоречий между общественностью и военно-политическим руководством США.

После того как президент Р. Никсон ввел принцип «лотереи», обеспечивающий достаточно жесткий и пропорциональный отбор рекрутов из всех слоев общества, прослойка имущих незамедлительно проявила беспокойство за жизнь и здоровье своих детей. Было оказано мощное давление на администрацию президента со стороны среднего и высшего сословия. В результате компромисса между лоббистами, антивоенным движением и администрацией война во Вьетнаме была прекращена. Но общественность требовала военной реформы, сокращения численности армии и справедливой системы набора на военную службу. Выход из создавшегося положения военно-политическое руководство США видело в переходе на контрактную систему комплектования армии. Кроме того, переход на контрактную систему комплектования был обусловлен необходимостью решения внутренних проблем военного ведомства.

Война во Вьетнаме послужила мощным стимулом роста в армии коррупции, наркомании и алкоголизма, преступности и дезертирства. В связи с масштабностью этих явлений в обществе стали говорить о развале армии, об утрате ею своего функционального предназначения. В этих условиях система найма военнослужащих по контракту рассматривалась как наиболее приемлемый способ преодоления кризиса военной структуры.

Многовековая теория и практика военной науки, выявляя преимущества и недостатки армии определенного типа, традиционно опирается на оценку боеспособности вооруженных сил.

Одной из важнейших ее составляющих по праву считается моральный дух войск.

Это особый фактор, оказывающий существенное влияние на степень боеготовности, уровень боевой выучки, эффективность применения техники и вооружения и в конечном итоге на успех ведения боевых действий. Это емкое понятие опирается, прежде всего, на категорию «мораль», которая определяет одну из форм общественного сознания, регулирующую поведение людей во всех областях общественной жизни. Мораль выражается в виде стихийно сформировавшихся и общепризнанных предписаний и оценок, подкрепленных силой массового примера, привычки, обычая, общественного мнения. Проблема морального духа изучается различными областями истории, социологии, этики, психологии, педагогики и др.

При изучении проблемы морального духа войск предпочтение отдается анализу ценностно-мотивационных основ военной службы через такие внешние проявления, как отношение людей к службе в армии, а также показатели морально-психологического состояния войск (дезертирство и самовольные отлучки, наркомания и алкоголизм, преступность и пр.).

Отношение людей к военной службе представляется одним из важнейших факторов, определяющих нравственно-этические нормы социального поведения военнослужащих, которые зависят от того, какие ценностные ориентации доминируют в сознании человека. Военная служба будет для человека призванием в том случае, если ее цели и задачи преобладают в его сознании над личными интересами или соответствуют им. **Важной особенностью такого отношения к службе является способность и готовность человека к самопожертвованию во имя интересов государства, нации, армии, т. е. во имя предполагаемого высшего добра [223].**

Как показали результаты социально-психологических исследований, при переходе к контрактной системе комплектования ВС большинство американских военнослужащих стали относиться к службе, как к профессии или ремеслу. Отчетливо проявились тенденции снижения морально-нравственных стандартов социального поведения, в связи с чем в начале 80-х годов в США наблюдалась вспышка активности по пересмотру этических кодексов поведения.

Переход к набору военнослужащих по контракту в США привел к «огражданиванию» армии. У военных формировался и укреплялся рыночный образ мышления, рыночные стереотипы, принципы ситуативной этики социального поведения.

Вопреки ожиданиям общественности позитивных перемен, замена традиционной американской армии контрактными вооруженными силами выявила целый ряд негативных явлений.

С одной стороны, военные стремились остановить процесс разрушения социального статуса военной службы. С другой – общественность воспринимала это как попытку исказить истинность рыночных ценностей военнослужащих (с сохранением ремесленной перспективы). Парадокс сложившейся ситуации состоял в том, что общество продолжало ожидать приверженности морально-нравственным принципам от военнослужащих, которые в своем поведении теперь уже руководствовались законами рынка.

Мотивацию поступления молодежи на военную службу удалось создать за счет стратегии «двойного рынка», в основе которой была заложена программа льгот для военнослужащих при получении ими образования. По сути это была продуманная система развития ближних и дальних перспектив для призывников. В дальнейшем она приобрела теоретическую базу, прошла опытную проверку и получила официальное признание. Перспективы, предусмотренные программой, опирались на личные интересы военнослужащих и заключались в следующем: новобранцу нравилась сама идея временного найма на военную службу с целью заработать деньги для продолжения обучения; молодежь осознавала, что созданные в армии условия по овладению гражданской специальностью повышают шансы на трудоустройство по истечении срока службы; более короткий период службы способствовал выносливости молодых военнослужащих и пониманию солдатом того, что прерывание контракта может повлечь за собой потерю существенных льгот при получении образования.

Практика показывает, что армии, где постоянно процветают алкоголизм, наркомания, дезертирство, самовольные отлучки, оказывались, как правило, неспособными вести эффективные боевые действия. Возникает вопрос: насколько контрактная система комплектования армии эффективна для решения этих проблем?

После перехода ВС США к такой системе проблема наркомании и пьянства в армии не утратила своей остроты. Статистические данные, приведенные в официальных источниках, а также отчетно-аналитические документы военного ведомства США свидетельствуют о некотором снижении уровня наркомании в американской армии контрактного типа по сравнению с дореформенным периодом, но все-таки сама проблема нередкой алкоголизации и наркотизации военнослужащих осталась.

Переход к контрактному способу комплектования ВС США не решил и такие проблемы, как дезертирство, самовольные отлучки и преступность.

Военное ведомство США предпочитает умалчивать о них в целях поддержания авторитета военных и создания у американцев иллюзии благопристойности армейской жизни. Однако средства массовой информации стран, где дислоцируются части и подразделения ВС США, неоднократно приводили данные, свидетельствующие о достаточно высоком уровне преступности среди американских военнослужащих и постоянном его росте. Наиболее распространенными видами преступлений являются насилие над личностью и торговля наркотиками.

Контрактная система комплектования ВС США не смогла решить основных социально-психологических проблем армии. Более того, уровень ее боеспособности после реформирования несколько снизился.

С одной стороны, она способствует существенному повышению профессионализма военнослужащих. Возможность многократного продления контракта и его условия позволили американскому военнослужащему длительное время заниматься исключительно профессиональным самосовершенствованием, что является очевидным достоинством контрактной системы.

С другой – сама природа контракта послужила мощным фактором изменения ценностно-мотивационных основ военной службы, привела к снижению морально-нравственных стандартов социального поведения военнослужащего, доминированию личных интересов наемника над государственными и армейскими ценностями, что более значимо в оценке качества военнослужащего [158].

Во Вьетнаме на касках многих наемников было написано: «Мы убиваем вьетконговцев, потому что нам за это платят»... Это жизненное кредо наемника является концентрированным

выражением морального облика военнослужащего, который формируется в условиях контракта.

Может ли армия, укомплектованная такими наемниками, быть боеспособной, эффективной и надежной у нас в стране? Покажет время.

Данные за и против контрактной системы приведены так подробно не только, чтобы просто решить, нужен ли контракт в России, но и чтобы доказать, что **если контрактная система не искореняет таких явлений, как дезертирство, самовольные отлучки и другие признаки дезадаптивного поведения, то это подтверждает наши выводы о психотравмирующем влиянии социальной изоляции, которая не может быть профилактивирована и искоренена только одними социальными мерами. Нужен комплекс социально-правовых и медико-психологических мер, которые бы удовлетворяли как материальные, так и духовно-нравственные потребности солдат и в условиях контрактной службы, в какой бы стране солдат ни служил.**

Но, учитывая свой опыт контрактной системы комплектования, военно-политическое руководство США сделало определенные выводы и в настоящее время, осуществляя программу строительства и совершенствования вооруженных сил, уделяет большое внимание морально-этическим вопросам, духовно-нравственным сторонам службы.

Основой морально-этического воспитания личного состава ВС США в настоящее время являются идеи американизма, преданности президенту и национальному флагу, а также военные традиции армии. В пропаганде престижа воинской службы, ее романтики, преимуществ добросовестного отношения к воинскому долгу большую роль играют средства массовой информации, принадлежащие как министерству обороны, так и другим ведомствам, а также реклама вооруженных сил в национальном масштабе. К этой работе широко привлекаются различные общественные организации и движения. Чтобы стимулировать добросовестное отношение к выполнению воинского долга, предусмотрена система морального и материального поощрения. Кроме того, существует жесткий порядок дисциплинарной, материальной и уголовной ответственности военнослужащих.

Единого документа, который бы объединял все нормы, правила, принципы и требования поведения американских военнослужащих, нет. В 1955 году появился исполнительный указ № 11222 президента США Д.Эйзенхауэра о кодексе поведения военнослужащих, но касался он только двух аспектов – боевых действий и плена. Существующий в настоящее время в вооруженных силах морально-этический кодекс формируется на двух основах: исторической, охватывающей прежде всего военные традиции и обычаи; психологической, включающей комплекс конкретных морально-этических норм поведения, а также юридической, разъясняющей ответственность за их нарушение.

Официальные американские издания, регламентирующие деятельность личного состава (руководства для офицеров каждого вида вооруженных сил, устав AR 600-5 «Стандарты поведения» и другие), выделяют целый комплекс традиций, определяющих морально-этические аспекты поведения военнослужащих и выполнения ими поставленных задач. Ниже перечисляются наиболее важные из этих традиций, сохраняется американская последовательность их изложения [129].

Служба обществу. Эта традиция исходит из того, что военнослужащий является «слугой общества». В мирное время он постоянно готовится к защите страны, а в период войны непосредственно участвует в боевых действиях. Вооруженные силы рассматриваются как главная опора общества в обеспечении национальной безопасности США.

Выполнение поставленных задач считается первоочередным требованием, предъявляемым к военнослужащим. Так называемый «военный подход» к решению задач подразумевает воспитание у военнослужащих таких морально-психологических качеств, как энтузиазм, решительность, напористость, агрессивность и другие.

Руководство (командование). Офицеры должны уметь планировать, ставить задачи, этично строить отношения с подчиненными и быть стабилизирующей частью воинского коллектива. В то же время предполагается их умение психологически спокойно воспринимать приказы старших начальников.

Верность (лояльность) означает преданность военнослужащих – от лояльности к президенту (главнокомандующему) и командирам до доверия подчиненным новобранцам. В руководстве для офицеров сухопутных войск США подчеркивается,

что «даже малейшее подозрение в нелояльности может поставить под сомнение полезность любого военнослужащего, поскольку ему уже нельзя доверять».

Дисциплинированность основана на принципе единой дисциплины для всех категорий военнослужащих независимо от звания и должности. Как образно выразился один из сенаторов США при обсуждении в конгрессе военного бюджета на 1994 финансовый год, «без дисциплины любая армия не стоит и цента из кармана налогоплательщика».

Готовность отражает постоянное наличие у военнослужащего одного из высших качеств – быть всегда готовым к выполнению боевых задач, а также к внезапному изменению обстановки, обязанностей и задач. Данная традиция связывается также с проявлением гибкости и быстроты мышления, умением понять и реализовать новые подходы к решению боевых задач.

Взаимодействие и взаимопомощь – это искусство совместной работы (деятельности) военнослужащих, необходимое для достижения общей цели.

Постоянное поддержание имиджа порядочного человека. Военнослужащие традиционно соблюдают корректность, вежливость в общении, избегают вульгарности и грубости. Не допускаются финансовые махинации, оговоры и ложные показания.

Политическое невмешательство. Вооруженные силы США осуществляют военное обеспечение национальной политики независимо от политической партии, стоящей у власти (демократов или республиканцев), собственных взглядов и позиций.

Рассмотренные традиции систематически и в массовом масштабе закрепляются в сознании военнослужащих через систему соответствующих военных структур (службы по работе с личным составом, по связям с общественностью, военно-юридическая, военных священников), а также через сеть военно-исторических учреждений типа специализированных музеев,

В настоящее время в США функционирует свыше 80 музеев по истории вооруженных сил, оружия и военной техники, памятных мемориалов, например мемориалы корейской и вьетнамской войн в Вашингтоне. Традиции становятся неотъемлемыми элементами морально-этического кодекса поведения и деятельности американских военнослужащих.

Юридическую основу кодекса составляют следующие документы: присяги (отдельно для каждой категории личного состава – офицеров, рядовых и курсантов военно-учебных заведений), кодекс поведения военнослужащих и единый кодекс военной юстиции. Содержание этих документов направлено на формирование представления об «идеале национальной военной службы, образе жизни, что необходимо для обеспечения безопасности страны, защиты ее народа и конституции». Ниже приводятся общие положения морально-этического кодекса, включающие нормы поведения в боевых условиях и в случае пленения и юридическую ответственность [129].

1) Служба в вооруженных силах является честью и долгом гражданина Соединенных Штатов. В руководстве для офицеров сухопутных войск США указывается, что «в тот день, когда большинство наших граждан перестанет рассматривать службу в вооруженных силах как честь и гражданский долг, наша гордая страна окажется страной людей, не способных или не желающих бороться за свои принципы и за сохранение свобод».

2) Каждый военнослужащий обязан поддерживать и защищать конституцию страны от внешних и внутренних врагов, сохранять ей верность и преданность, подчиняться приказам президента и командиров в соответствии с воинскими уставами и единым кодексом военной юстиции.

3) Личный состав вооруженных сил следует присяге и предлагает все силы для быстрого и успешного выполнения возложенных на него обязанностей и решения боевых задач независимо от своих личных взглядов на характер национальной политики или на отданные приказы. Последние должны выполняться беспрекословно, с максимальной отдачей моральных и физических сил, знаний и умений, без колебаний и сомнений. В уставе AR 600-5 подчеркивается, что «исполнять каждую обязанность и приказ надо так, как будто именно от этого зависит вся ваша репутация».

4) Военная профессия является не частным делом, а общественным (гражданским), так как американский народ содержит вооруженные силы для своей защиты и защиты своей страны, ее суверенитета. Поэтому он вправе требовать от офицеров и солдат поддержания высоких стандартов поведения и исполнения военных обязанностей. Военнослужащие должны проявлять себя как граждане и патриоты своей страны. Под патриотом пони-

мают того, «кто проявляет готовность к самопожертвованию, обеспечивает благоденствие страны и защищает свободы и права граждан».

5) Командиры и начальники всех степеней несут полную ответственность за все стороны жизни и деятельности подчиненного личного состава – за высокий уровень его боевой подготовки, постоянную боевую и мобилизационную готовность, оснащение необходимым оружием и военной техникой в соответствии с потребностями, а также за морально-психологическое, физическое состояние и интеллектуальное развитие.

6) Личный состав в своей практической деятельности руководствуется комплексом конкретных морально-этических норм: следовать принципам справедливости и честности, взаимного доверия и уважения независимо от национальной принадлежности, социального положения, вероисповедания и образования (исходя из принятой концепции «все военнослужащие – сестры и братья»); не поощрять фаворитизм; не допускать использование служебного положения в корыстных целях.

Морально-этический кодекс предъявляет к военнослужащим следующие требования:

– уметь сохранять хладнокровие в любой обстановке; обладать способностью к компромиссным решениям; проявлять лояльность к партнерам; соблюдать корректность и вежливость;

– избегать резких и грубых замечаний; не действовать через голову вышестоящего командира;

– избегать политизации выполняемых обязанностей и решаемых задач; не допускать лести и восхваления командиров и начальников; строго соблюдать дисциплину и порядок, утвержденные соответствующими воинскими уставами и наставлениями; не допускать употребления наркотиков и злоупотребления алкоголем.

Рассмотренные выше общие положения морально-этического кодекса военнослужащих США, по оценке американских специалистов, способствуют «созданию в вооруженных силах условий для пристойной жизни, обстановки непримиримости к злу и разложению» (устав AR 600-5).

Ниже мы приводим нормы поведения американских военнослужащих в боевых условиях и в случаях пленения.

Военнослужащий должен быть готов отдать жизнь во имя защиты своей страны, он должен отвечать за свои действия и придерживаться принципов, сделавших свободными его страну.

Военнослужащий не должен попадать в плен по собственной воле. В случае пленения он обязан оказывать сопротивление, не сообщать сведений, составляющих военную тайну, и не участвовать в действиях, наносящих ущерб его стране и товарищам. Например, делать устное или письменное заявление, дискредитирующее страну или ее союзников. В интересах сохранения жизни военнослужащему разрешается отвечать на вопросы, касающиеся его имени, воинского звания, даты рождения, личного номера. При проведении боевой подготовки военнослужащих большое внимание уделяется имитации условий нахождения в плену.

Следует отметить, что эти нормы приобрели для вооруженных сил США особое значение еще и потому, что в ходе локальных конфликтов после второй мировой войны значительное число американских военных оказалось в плену. Так в период корейской войны численность пропавших без вести военнопленных превысила 8000 человек.

Юридическая ответственность военнослужащих США за нарушение морально-этических норм регламентируется единым кодексом военной юстиции и охватывает широкий диапазон – от дисциплинарных взысканий до предания военному суду и увольнения из вооруженных сил.

Несовместимыми со званием офицера считаются следующие действия: официально ложное заявление или преднамеренно ложная жалоба, отказ от уплаты денежного долга, просмотр чужой корреспонденции без разрешения, грубость, оскорбительное поведение, издевательство и глумление в отношении других военнослужащих, состояние сильного опьянения и нарушение порядка в общественном месте, отказ без достаточных оснований в помощи другому военнослужащему или его семье (статья 133).

Любой военнослужащий, употребивший «высокомерные слова» в отношении президента, вице-президента, конгресса, министра обороны, а также другого министра, губернатора либо властей штата, где он несет военную службу или временно находится, должен быть наказан в соответствии с решением военного суда (статья 88).

Важно отметить, что в вооруженных силах США разработана система мер наказания за проступки на расово-этнической почве. За такие проступки рядовому предъявляется обвинение в подстрекательстве к беспорядкам, младшие командиры и офицеры младшего и среднего звена привлекаются к ответственности за поведение, не совместимое с их статусом по званию. Если имело место расистское поведение подчиненного, то старшие офицеры могут быть обвинены в непринятии административно-воспитательных мер со всеми вытекающими отсюда последствиями вплоть до увольнения из вооруженных сил.

Американские военные специалисты считают, что эффективность существующего морально-этического кодекса зависит от его правильного восприятия и повседневной реализации личным составом. Анализ официальной зарубежной статистики показывает, что и в прошлом и в настоящем в вооруженных силах США отмечаются отклонения и прямые нарушения положений этого кодекса, особенно в кризисных ситуациях.

В целом морально-этический кодекс военнослужащих направлен на поддержание необходимого уровня морально-психологического состояния личного состава вооруженных сил и повышение их боеспособности в интересах национальной безопасности США.

И в других странах, в частности в **Иране**, при реорганизации вооруженных сил вопросы идеологической и психологической подготовки личного состава были выдвинуты на первый план, при этом они решили использовать изначальную религиозность этого народа, сделав крен в сторону ее усиления.

Основной задачей политико-идеологических органов считается воспитание личного состава вооруженных сил в духе преданности существующему строю, беспрекословного подчинения духовенству, готовности не щадя своей жизни вести борьбу за веру и реализацию идей экспорта исламской революции в соседние страны. Главным средством решения этой задачи избрана исламизация армии, активное повседневное религиозное воспитание личного состава, нейтрализация промонархических и демократических элементов, ограждение вооруженных сил от политической жизни. Участие военнослужащих в политической деятельности рассматривается как грубое нарушение дисциплины и строго наказывается. «Если солдат занимается политикой, то это уже не солдат, политика для армии хуже гашиша» [3].

В основу морально-психологического воспитания положена высокая степень религиозности иранцев, которая при сравнительно низком образовании, особенно среди жителей сельских районов, составляющих основу солдатского и сержантского контингентов армии, создает необходимые условия для формирования определенных морально-боевых качеств.

Концепция верности своей религии используется и как один из аргументов укрепления воинской дисциплины, беспрекословного подчинения командирам и начальникам. В выступлениях представителей духовенства постоянно проводится мысль, что «шахидом» может стать только четко выполняющий приказ и распоряжения воин, так как лишь повиновение командиру соответствует нормам шариата.

Основными формами идеологической работы являются беседы и лекции, на которые отводится до 8 часов в неделю, а также ежедневные намазы (молитвы) в составе подразделений. По пятницам в масштабе частей проводятся продолжительные так называемые пятничные намазы, на которых выступают высокопоставленные представители духовенства. Они превратились из религиозно-культовых в политико-религиозные мероприятия, в ходе которых правящее духовенство внедряет в массы военнослужащих свои политические лозунги, мобилизует их на решение очередных задач. Во время молитв и лекций наряду с чисто религиозными темами обязательно затрагиваются вопросы повседневной жизни, дается целенаправленное разъяснение и трактовка актуальных внутренних и международных проблем. Любые занятия, проводимые с военнослужащими, начинаются с чтения Корана. Несоблюдение намаза расценивается как нелояльность к режиму.

Созданный в вооруженных силах Ирана политико-идеологический аппарат представляет собой хорошо продуманную, строго централизованную и одновременно разветвленную систему органов. Она дает возможность шиитскому руководству быстро реагировать на изменения обстановки и эффективно осуществлять религиозную идеологическую подготовку военнослужащих, доводя их верность и преданность исламу до фанатизма. И это позволяет в конечном счете поддерживать дисциплину и порядок в их армии.

Военно-церковная служба является одним из наиболее авторитетных, прошедших испытание временем воспитательных ин-

ституты в германских вооруженных силах. Право военнослужащих на удовлетворение религиозных потребностей было закреплено еще в конституции Веймарской республики, без изменений перенесено в конституцию ФРГ [141].

В августе 1956 года в ФРГ была подготовлена директива об организации военно-церковной службы в войсках, а в июле 1997 года принят закон «О духовном обслуживании армии», в соответствии с которым деятельность военно-церковной службы стала финансироваться в основном из государственного бюджета. Руководство этой службой возложено на евангелических и католических военных епископов. Министерство обороны ФРГ не оказывает давления на военно-церковную службу при решении религиозных вопросов, однако в административном отношении исполнительные религиозные органы подчиняются лично министру обороны.

Военные священники не являются кадровыми военными и в мирное время не обязаны носить военную форму. По своему правовому статусу они приравниваются к государственным чиновникам. Священники заключают контракт с министерством обороны сроком на шесть–восемь лет (его продление допускается не более чем на четыре года), а затем возвращаются к прежнему месту исполнения своих обязанностей. Исключение делается только для военного генерального декана, военного генерального vicария и начальников отделов в исполнительных религиозных органах, а также для деканов военных округов и их заместителей, срок службы которых не ограничивается.

Евангелический военный епископ, назначаемый Советом евангелической церкви по согласованию с федеральным правительством ФРГ, представляет совету ежегодный военный отчет о деятельности военно-церковной службы. Он назначает на должности всех евангелических священников бундесвера и контролирует их деятельность. Ежегодно военный епископ встречается со своим католическим коллегой для обсуждения актуальных проблем военно-церковной службы. Кроме того, периодически происходят встречи епископов с министром обороны.

В обязанности евангелического военного епископа входит постоянное посещение воинских частей, а также контроль над изданием церковной литературы, в первую очередь «Солдатско-

го евангелического молитвенника», который выдается всем военнослужащим бесплатно.

Католический военный епископ назначается папской курией и его основные обязанности в целом такие же, как у евангелического епископа. После объединения Германии положения закона «О духовном обслуживании армии» были полностью распространены на военнослужащих-католиков, проходящих службу в новых федеральных землях.

В отличие от католических священников их евангелические коллеги на востоке Германии выразили недовольство рядом положений этого закона. В частности, по их мнению, военные священники не должны иметь статус чиновников, это ставит их в слишком большую зависимость от государства, превращает военно-церковную службу в «пронатовскую организацию». Требования восточногерманских евангелических священников нашли определенную поддержку и на западе ФРГ. Однако федеральное правительство решительно выступило против пересмотра закона «О духовном обслуживании армии» [141].

Священником бундесвера может стать любой немецкий священник, соответствующий определенным требованиям. В частности, он должен закончить теологический факультет высшего учебного заведения, иметь трехгодичный стаж службы в качестве священника, быть не старше 35 лет и выдержать трехмесячный испытательный срок, должен быть знаком со спецификой деятельности вооруженных сил.

Объектом воздействия военно-церковной службы являются все категории военнослужащих, гражданские служащие бундесвера, а также члены их семей. Каждый военный священник «возглавляет» общину численностью 1,5 тысячи человек. В гарнизонах с небольшим количеством личного состава на нештатной основе могут привлекаться местные священники. Они заключают с военным ведомством контракт, в котором оговариваются условия их деятельности и порядок их оплаты. В директиве министра обороны ФРГ определены формы деятельности военных священников: участие в работе советов по вопросам морали и нравственности, руководство группами верующих солдат, групповые и индивидуальные беседы с военнослужащими, участие в организации досуга солдат.

В общении с военнослужащими по призыву основное внимание уделяется проведению **занятий о «смысле жизни»**. Свя-

щенники сопровождают военнослужащих на учениях, при длительных выездах личного состава за границу, а в ВМС – при совершении дальних походов. Служители культа оказывают на офицеров и унтер-офицеров не только непосредственное, но и косвенное воздействие, в том числе через сплочение их семей. По выходным дням с семьями проводятся беседы на религиозные темы. Священник находится вместе с семьей военнослужащего в течение всей жизни, начиная с обряда венчания и кончая похоронами [141].

Деятельность военных священников распространяется также на военные госпитали, учебные и научно-исследовательские заведения бундесвера. Например, в Гамбургском и Мюнхенском университетах, а также в командной академии вооруженных сил преподают профессора и доценты-специалисты в области евангелической и католической теологии. В числе преподавателей Центра внутреннего руководства тоже есть священники. Имеется в ФРГ также НИИ военно-церковной службы.

Одной из функций военно-церковной службы бундесвера является участие в организации досуга военнослужащих. Этим занимаются не только священники воинских частей, но и две благотворительные организации – евангелическое и католическое общество по шефству над военнослужащими. Евангелическое общество имеет 40 клубов, католическое – 30, работу клубов финансирует государство. Еще одним из направлений деятельности военно-церковной службы является забота о детях военнослужащих, имеются католические детские сады.

Деятельность священников в бундесвере способствует укреплению дисциплины, более эффективной морально-психологической подготовке личного состава к возможному ведению боевых действий, формированию благоприятного психологического климата в воинских коллективах. Это приобретает особую значимость в современных условиях, когда уменьшается престиж военной службы, растет число «отказников» [141].

Каждое государство имеет свои многовековые религиозные традиции, накладывающие заметный отпечаток на жизнь и быт воинских коллективов. Специфика воинской службы, связанной с повышенным риском для жизни как в военное, так и в мирное время, а также значительные психологические нагрузки на лич-

ный состав приводят к росту числа верующих среди людей, носящих военную форму [141].

Независимо от особенностей стран и типов конфессий основная функция религиозной деятельности в зарубежных армиях заключается в удовлетворении духовных запросов военнослужащих и устранении возможных конфликтов между их сознанием и характером выполняемых задач. Более того, целенаправленное воспитание в наибольшей степени способствует укреплению воинской дисциплины, обеспечению политической лояльности, поддержанию морально-боевого духа в экстремальных условиях, особенно в военное время.

Боевые действия рассматриваются специалистами как сильнейшее психологическое испытание, которое способно морально надломить любого военнослужащего. В ходе боя не только солдаты, но и офицеры оказываются в непривычной обстановке, где существует риск для жизни, что чревато сильными нервными стрессами, реальной возможностью получить ранения и даже погибнуть.

В связи с этим зарубежные эксперты считают, что постоянное присутствие рядом священника чрезвычайно важно не только для тяжелораненых и умирающих, но и для всех, кто участвует в бою, и мы согласны с ними.

О значимости религиозного фактора свидетельствует наличие в вооруженных силах ряда государств специального института военных священников (капелланов), например **в ФРГ** их насчитывается около 300 человек, в **Польше** – 200, **Франции** – свыше 500, **Италии** – 180, **Республике Корея** – около 370. **В Испании, Португалии, Великобритании, Канаде, Дании и Норвегии** военные священники входят в штат практически каждой части, а в **Бельгии и Нидерландах** они служат во всех соединениях до бригады включительно. Специальное управление по делам религии создано в вооруженных силах Греции.

Большое внимание религиозному фактору уделяют органы так называемой «моральной ориентации» (воспитания), существующие в вооруженных силах **Марокко, Алжира, Ливии, Египта, Судана, Турции, Сирии, Ирака, Иордании, Саудовской Аравии, Кувейта, Катара, Бахрейна, ОАЭ и Омана.** Основная цель их деятельности – воспитание у личного состава готовности в любой момент выступить на защиту суверенитета и территориальной целостности своего государства, святынь и

духовных ценностей исламского мира, а также интересов «всех мусульман» [139].

Наибольшей численностью и разветвленностью характеризуется служба капелланов в США.

Американские специалисты считают, что **военнослужащий является «хорошо сбалансированной личностью» лишь тогда, когда обладает тремя взаимосвязанными качествами: физическим здоровьем, психологической стрессоустойчивостью и религиозными убеждениями.**

Причем то большое внимание, которое уделяется религиозному фактору, следует рассматривать не только как дань уважения национальной традиции и как преклонение перед богом, но и как дополнительный рычаг, значительно увеличивающий возможности мобилизации в нужный момент внутренних резервов, способствующий социальной стабильности армии и повышению ее боевой мощи.

Значительное место в религиозной работе занимает борьба с такими негативными явлениями, как воинские правонарушения, расовые и национальные конфликты, наркомания, сексуальные извращения, алкоголизм. Капелланы помогают военнослужащим избежать стресса и выйти из состояния депрессии, постоянно ведут воспитательную работу по предотвращению случаев самоубийств. В боевой обстановке на священников возлагается решение следующих задач: моральная и духовная поддержка воюющих, раненых, умирающих и военнопленных, содействие медикам в оказании первой помощи пострадавшим и их эвакуации, проведение богослужений во время погребения.

В Великобритании, например, планируется развернуть специальный центр подготовки капелланов и даже ввести соответствующие должности на подводных лодках [139].

Так как в нашей стране еще не накоплен опыт работы и сотрудничества с религиозными организациями, анализ литературных данных по этому вопросу позволяет заключить, что, привлекая их к работе с личным составом, **можно использовать в решении следующих проблем:**

– в борьбе с такими негативными явлениями, как воинские правонарушения (неуставные взаимоотношения – «дедовщина»), расовые, национальные и межличностные конфликты, наркомания, сексуальные извращения, алкоголизм; профилактика стрессовых реакций и выхода из состояния депрессии; предот-

ращении случаев самоубийств, дезертирства с мест несения службы; в боевой обстановке на священников можно возложить задачи морально-психологической поддержки воюющих, раненых, умирающих и военнопленных, содействие медикам в оказании первой помощи пострадавшим и их эвакуации, проведение богослужений во время погребения;

– удовлетворения духовных запросов военнослужащих и устранения возможных конфликтов между их сознанием и характером выполняемых задач;

– укрепления воинской дисциплины, обеспечения политической лояльности, поддержанию морально-боевого духа в экстремальных условиях, особенно в военное время;

– укрепления семейно-социальных отношений, проведение досуга; повышения культурно-образовательного уровня и др.

Решение этих проблем в настоящее время актуально не только в подразделениях ВВ, но и в ОВД. Проведенное нами изучение организации психологической и воспитательной работы в милицеских подразделениях ГУВД г. Москвы в 1997 г. показало, что сотрудники отдела воспитательной работы, взяв себе в обязательство сотрудничество с православной церковью в связи с увеличением количества самоубийств среди личного состава, не знали, как это сделать. Не знали, с чего начать, так как нет опыта конкретно систематизированной организации такой работы с обеих сторон. Нет официальных документов, регламентирующих такое взаимодействие, его концептуальную линию, конкретные цели, задачи. Нет активных форм международного сотрудничества для внедрения опыта работы вышеуказанных стран.

Не учтены и некоторые моменты, на которые следует обратить внимание в процессе реформирования силовых ведомств:

Во-первых, наряду с формированием интеллектуального потенциала необходимо обратить внимание на всестороннюю комплексную, может даже унифицированную подготовку кадров:

психофизическую (высокая психологическая устойчивость к стрессам), выносливость к тяжелым физическим нагрузкам;

специализированную боевую подготовку, тактико-техническую с владением современными высокими технологиями в направлении обеспечения степени личной и общественной

безопасности сотрудников силовых ведомств. В своих исследованиях мы частично касались этих вопросов [231].

Во-вторых, об использовании возможностей церкви в процессе реформирования силовых ведомств. Учитывая опыт зарубежных стран, следовало бы и нам попробовать использовать морально-нравственные принципы религий, сложившиеся в течение тысячелетий и основанные на народном опыте, для укрепления воинской дисциплины и обеспечения психологической устойчивости к стрессовым ситуациям.

В-третьих, нужно учесть опыт мировой практики, которая идет по пути создания профессиональных ассоциаций (союзов), основными задачами которых являются в первую очередь защита профессиональных, моральных, материальных и иных интересов личного состава, а также организация культурного досуга и воспитательно-оздоровительных мероприятий.

В-четвертых, учесть мировой опыт по созданию альтернативной службы во внутренних войсках и МО.

ГЛАВА III
**ОБЩИЕ МЕХАНИЗМЫ РАЗВИТИЯ СОСТОЯНИЙ
ПСИХИЧЕСКОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ И
ПОСТТРАВМАТИЧЕСКИХ СТРЕССОВЫХ РАССТРОЙСТВ В
ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ**

**1. Условия оперативно-служебной деятельности,
предрасполагающие к развитию состояний
психической дезадаптации
(обзор литературы)**

М. Burner [245] считает, что человек, подвергаемый отрицательным психическим, химическим и физическим воздействиям, очень редко имеет возможность избежать их или бороться с ними и зачастую у людей возникают моменты, характерные для реактивного психоза, развившегося в ситуации стресса. Автор полагает, что психопатологическая реакция на стресс выходит за рамки обычной реакции организма. Она представляет собой психическое заболевание, «внешнее» проявление которого захватывает ближайшее окружение индивидуума и сказывается на его социальных связях.

М. Reiser [278] полагает, что неправильная адаптивная реакция организма на стресс способствует появлению различных болезней, включая душевные расстройства, болезни почек, сердечно-сосудистой системы, ревматизм, аллергию и т.д. В то же время автор делает заключение, что важна не природа стресса, а восприятие человеком события и его эмоциональная реакция на него. Он отмечает, что работа полицейского специфична тем, что в ней встречается много стрессовых ситуаций и полицейские рискуют приобрести болезни адаптации. Хотя новички полицейской службы имеют приблизительно средний уровень интеллекта, эмоциональной стабильности и желания служить обществу, каждый обладает индивидуальным уровнем переносимости стресса, который, будучи несбалансированным, при большой интенсивности ведет к истощению. В связи с этим Верховный суд штата Коннектикут учредил закон, по которому семьям полицейских, умерших от сердечного приступа, незави-

симо от того, где они в это время находились, выплачивается денежная компенсация. В этом штате отмечается необычайно высокий уровень заболеваемости полицейских гипертонической болезнью и сердечно-сосудистыми заболеваниями. Автор считает, что многие источники стресса в работе полиции связаны с ролью, которую она играет в обществе.

Полицейский в США является символом власти в обществе и одновременно мишенью значительного числа проявлений злобы и негодования. Он часто работает в опасной и даже угрожающей обстановке, в которой действительно возможны ранение и смерть. Полицейские призваны вмешиваться в разного рода аварии и другие критические ситуации, где всегда имеются потерпевшие. Процесс адаптации к этой роли требует от полицейских США очень больших энергетических затрат и приводит к постстрессовым расстройствам [278].

Так же как и у нас в России, отношение полицейского к действительности формируется таким образом, чтобы защититься от перегрузок путем переоценки системы отношений и ценностей. Стрессовые ситуации у полицейских возникают на разных организационных уровнях их деятельности: межличностные конфликты, давление сверху и снизу на исполнителей среднего звена; чувство беспомощности, возникающее на работе от перегрузок; конфликты, связанные с системой продвижения по службе, отсутствие возможности непосредственно участвовать в принятии решений.

На наш взгляд, отношение личного состава МВД к действительности формируется аналогичным образом, потому что в настоящее время нет надежных форм правовой, социальной и медико-психологической защиты сотрудников от развития стресса и постстрессовых осложнений.

Наш опрос практических работников отделений милиции показал, что отработке техники выживания даже оперативными работниками уделяется очень мало внимания. Причина – «некогда, времени нет, людей не хватает», «занимаемся больше бумажной волокитой», да и материальных средств нет для тренажерных залов, для тиров, которые должны быть в милицеевских подразделениях, не говоря уж о комнатах психологической разгрузки. **В московском подразделении ОМОН для тренировок занятий на каждого бойца выделяется в год 100 патронов, сотруднику ФБР – 8000 в год.**

К примеру, в США и граждане, и полицейские знают, как вести себя при общении друг с другом. И правила эти незыблемы. Обучение вмешательству в критические ситуации и управлению межличностными отношениями во время конфликта имеет огромную популярность во многих агентствах полиции. Кроме того, уделяется большое внимание планированию отдыха для восстановления сил, правильному сбалансированному питанию и диете, которые имеют значение для восстановления химических реакций. Очень важна консультативная работа психолога, программа нервно-мышечной релаксации. Контролируя физическую реакцию полицейских, они позволяют сравнить изменения состояния кожного покрова, кровяного давления, частоту пульса, температуру тела до и после участия в стрессовых ситуациях и доводить их до нормы путем тренировок [198].

М. Reiser [278], ссылаясь на наблюдения американских ученых, отмечает, что чувство страха в ситуациях с неодинаковой степенью опасности можно уменьшить при помощи обучения. Полицейский должен знать, что его ожидает и что ему делать в случае опасности, знать факторы опасности и их последствия, он должен быть строго и четко обучен технике выживания. Техника безопасности у них доводится до автоматизма.

По взглядам американских специалистов [34], вопросы воздействия поражающих факторов химического оружия, а также обстановки, складывающейся в условиях его применения, на психику и поведение военнослужащих представляют в настоящее время особый интерес. Проводились исследования воздействия на людей (вследствие утечки) сублетальных доз нервно-паралитических отравляющих веществ (ОВ). Отмечено, что при воздействии ОВ (зарина и зомана) поведенческо-психологические симптомы, а также некоторые психические расстройства у пострадавших удерживались в течение 1,5 – 2 месяцев после отравления, что значительно превышало период восстановления биологических показателей до нормы. Среди наиболее выраженных медико-психологических симптомов отмечались депрессия, эмоциональная неустойчивость, антисоциальная мысль и действия, беспокойство, безотчетный страх. На войсковых учениях с применением ОВ у 20% участников выявились психологические расстройства, включая тревожное состояние и панику, в результате чего они прекратили выполнять поставленные задачи. Кроме того, некоторые военнослужащие

снимали противогазы из-за якобы сильного перегрева, проявляли крайне резкое недовольство из-за невыносимой жажды, вспоминали ужасы боевых действий, в которых участвовали в прошлом, чувствовали сильную слабость и страх смерти. В ряде случаев отмечались симптомы параноида и бреда преследования. У лиц, отстраненных по указанным причинам от участия в учениях, наблюдались такие явления, как дрожь во всем теле, состояние суженого сознания, страх, стремление убежать, скрыться за пределами, так как они считали зону учений опасной. По оценке американских специалистов, от 10 до 20% военнослужащих в условиях химической войны могут получить поражения только из-за несовершенства средств противохимической защиты, что приведет к заметному ослаблению боеспособности частей и подразделений и резко усилит и без того высокие в боевой обстановке стрессовые нагрузки [49].

Негативные психоневрологические реакции на использование ОВ и средств противохимической защиты способствуют значительному снижению возможности личного состава противостоять противнику, защищаться от воздействия средств поражения. Поэтому командиры частей и подразделений должны четко представлять характер поведения и особенности психоневрологических реакций подчиненных, связанных с применением ОВ и опасностью их использования. Вспомним в связи с этим угрозы чеченского военного террориста С. Радуева о применении химического оружия.

На наш взгляд, основным направлением, где личный состав различных подразделений МВД может получить опыт правильного использования ОВ, рациональных действий при выполнении поставленных перед ними задач, правильного использования средств противохимической защиты, является совершенствование боевой подготовки с использованием учебных ОВ. При этом необходимо проводить с личным составом предварительную психотерапию, профилактирующую вышеуказанные психические расстройства, наблюдавшиеся в результате учений у американских военнослужащих.

В настоящее время очень мало исследований, посвященных изучению правовых и психологических проблем, с которыми сталкиваются люди, пережившие воздействие одного из «невидимых» «стрессоров» – угрозы радиационного поражения. Психическая травма при аварии на АЭС связана с воздействием на

психику человека факта невозможности сенсорного (ощутимого) контроля повреждающего влияния радиации. Специфика этих стрессоров, к которым относятся также и факторы химической и биологической угрозы, определяет особенности их психологического воздействия.

Как показали исследования (Александровский Ю.А., Румянцева Г.М. и др., 1989; Кондрашенко В.Т., Сорокина Т.Т., Королев В.Д., Донской Д.И., 1991; Краснов В.Н., Юркин М.М., Ветров С.Д., 1996 и др.), катастрофа на ЧАЭС имела многосторонние последствия, особенно на нервно-психическую сферу пострадавших.

Некоторые исследования [202, 203, 153] показали, что особенности и механизм развития посттравматических стрессовых расстройств, выявленных у ликвидаторов аварии на ЧАЭС, во многом отличаются от индивидуально-личностных нарушений, возникающих при других видах психической травмы. Характер этих нарушений во многом определяет и особенности последующей социальной адаптации жертв «невидимой» психической травмы.

Наиболее часто встречающимся и прогностически неблагоприятным для здоровья последствием Чернобыльской аварии для личного состава МВД и других слоев населения является психологическое состояние, характеризующееся как «комплекс жертвы» [202]. Это связано с психоэмоциональным напряжением, обусловленным проявлением последствий облучения, пассивным ожиданием социальной помощи и разочарованием при ее отсутствии или недостаточности. Кроме того, у некоторых сотрудников – ликвидаторов последствий аварии на АЭС может сформироваться особое состояние психической сенсibilизации, т.е. повышенной чувствительности к любому новому стрессовому воздействию, ассоциирующемуся с первичной психической травмой – аварией на АЭС. Сенсibilизация характеризуется снижением адаптивных возможностей, длительной социально-психологической напряженностью, увеличением невротических форм стрессовых расстройств и избеганием защитных форм поведения. Может так случиться, что сотрудник отказывается от лечения и психологической коррекции, чтобы не участвовать в процедуре ликвидации последствий других ЧС [202, 203]

Г.М. Румянцева, С.Д. Ветров [182, 47], изучая пограничные психические расстройства у эвакуированных жителей Припяти, обнаружили, что глубина психических нарушений не уменьшается по истечении 9 лет, а авария на ЧАЭС остается значимой психической травмой.

Угроза возможности новых аварий или применение противником современных средств поражения и методов ведения современных войн вызывают естественные чувства тревоги, страха, панического настроения в связи с предполагаемой или реальной угрозой для жизни, здоровья самого сотрудника или его родных и близких, а также общим состоянием окружающих его людей, находящихся в состоянии аффекта. Преодоление отрицательных психологических последствий, возникающих в подобных ситуациях, – основная задача психологов МВД, участвующих в ликвидации последствий различных ЧС. Обеспечение социальных гарантий и правовой защиты сотрудников – задача государства.

Последствия различных экстремальных ситуаций хотя и тесно связаны первоначально с психофизиологическими реакциями организма, но затем больше приближаются к патологическим реакциям. Возможно, это связано с отсутствием психопрофилактики, с накоплением усталости в организме. Что, в свою очередь, способствует проявлению психогенетических дефектов и развитию ПТСР.

В связи с появлением ракетно-ядерного оружия американские военные психиатры полагают, что частота реактивных состояний среди воинских контингентов составит до 25% от численности личного состава, подвергшегося воздействию средств массового поражения.

По итогам 1993 года среди ликвидаторов последствий аварий на ЧАЭС зарегистрировано 8006 инвалидов (2,2% – I группы, 58,6% – II группы; 32,9% – III группы). Следует отметить, что психические расстройства в структуре инвалидности составляют 15,12%. Поэтому одной из наиболее актуальных и сложных проблем в определении медико-социальных последствий Чернобыльской катастрофы является комплексная оценка ущерба здоровью ликвидаторов, включающая как прямые радиационные эффекты, так и другие факторы участия ликвидаторов в восстановительных работах на Чернобыльской АЭС.

Комплекс факторов аварии на ЧАЭС вызвал у большого числа пострадавших невротические реакции на уровне психической дезадаптации, которые отмечены у 30% обследованных. И это притом, что средний возраст ликвидаторов составлял 38,3 года +5,3, их биологический возраст оказался равным 55 годам + 4,2 [202, 203].

При изучении психиатрических последствий землетрясения в Армении обнаружены следующие реакции у населения [144, 94]:

аффективно-шоковые с резким двигательным возбуждением (быстро ходят или бегают без видимой цели, размахивают руками, издают некоммуникативные звуки, что-то выкрикивают, восклицают, смеются или, становясь агрессивными, начинают драться и плакать, не способны на организованные действия и т.д.);

ступор в форме обездвиженности, оцепенения (люди сидят неподвижно, ссутулившись, скорчившись, с устремленным в никуда взглядом);

астенический синдром (раздражительность, вялость, желание полежать, расстройства сна, потеря аппетита, обморочные состояния).

М.М. Решетников с коллегами [179, 180], изучив психологические последствия уфимской катастрофы, обнаружили переживание страха и ужаса у 98% обследованных, растерянность – у 62%, слабость и «предобморочное» состояние – у 20%; 54% обследованных обнаруживали соматические и вегетативные проявления стресса. По мнению этих авторов, до 30% прибывших оказывать помощь пострадавшим (в том числе и сотрудники МВД) сами оказались психологически не подготовленными и непригодными для проведения каких-либо работ. В 1989 году среди населения, пострадавшего при уфимской катастрофе, выявлено: астено-депрессивных расстройств – 56%, психогенного ступора – 23%, аффективно-шоковых расстройств – 17%, бреда и галлюцинаций – 3%.

В странах Запада профессия полицейского относится к одним из самых опасных для жизни, с высоким уровнем профессионального стресса (см.: Психосоциальные факторы на работе и охрана здоровья. М.; Женева, 1989). Там профессиональный стресс полицейских рассматривается как «критический инцидент».

Д. Митчел [270] дает этому понятию такое определение: «Критический инцидент – это всякая встречающаяся на практике ситуация, вызывающая необычайно сильные эмоциональные реакции, которые могут отрицательно повлиять на выполнение служебных обязанностей непосредственно на месте событий либо позже».

R.A. Blak [246] считает примером критических инцидентов следующие ситуации:

гибель товарища по службе при исполнении служебных обязанностей; лишение жизни человека при исполнении обязанностей; ведение огня на поражение; самоубийство товарища по службе; увечье или травма товарища;

гибель маленьких детей и множество других человеческих жертв; задержание преступника; участие в операциях по освобождению заложников и ведение переговоров с преступниками;

все операции подразделений специального назначения, когда присутствует реальная угроза жизни; свидетельство фактов коррупции, взяточничества и других противоправных действий со стороны полицейских; отстранение от службы и угроза увольнения; повреждение или полное разрушение укрытия, индивидуальных средств защиты.

Автор во всех случаях считает необходимым проведение психологической разгрузки и коррекции, а в некоторых ситуациях – отдых от несения службы с предоставлением краткосрочных отпусков. Последнее практикуется во многих подразделениях полиции, где применение оружия как самим полицейским, так и против него считается стрессогенной ситуацией.

J.G. Stratton [280] и др. выявили значительную распространенность стрессовых расстройств у полицейских, применявших оружие на поражение, участвовавших в «инцидентах с перестрелками». По их данным, свыше 60% обследованных отметили значительное воздействие этих ситуаций на их психику, 35% не испытали каких-либо видимых отрицательных последствий.

E. Nielsen [274] отмечал отсутствие эмоциональных нарушений в 20% случаев, в остальных 80% было выявлено наличие выраженного дистресса, обусловленного участием в «инцидентах с перестрелками».

W.W. Lippert [268], исследуя психологическое состояние полицейского, который застрелил человека, обнаружил много

психологических симптомов: исчезновение из памяти обстоятельств инцидента, кошмарные сновидения, ожидание негативной реакции людей на свой поступок, желание оправдаться перед людьми, чтобы его не считали убийцей; потребность в сочувствии и поддержке начальника; проблемы опасения за безопасность членов семьи (сведение счетов); потеря веры в себя и в свою работу; страх перед возвращением на службу.

Работ, посвященных психологическим последствиям участия полицейских в ликвидации последствий крупных природных, экологических или техногенных катастроф, в доступной нам литературе довольно мало по сравнению с «инцидентами с перестрелками». У нас же в стране, наоборот, почти нет работ, специально посвященных стрессам милицейских работников, связанных с уличными перестрелками, и больше работ, посвященных стрессам после массовых бедствий социального, природного или техногенного характера. Чрезвычайные ситуации криминального характера в нашей литературе с точки зрения их стрессогенности почти не анализируются.

W.A. Foreman [249], анализируя аварию самолета, рухнувшего на супермаркет, где находилось около 50 тыс. посетителей, из которых 7 человек погибли, 80 получили ранения, через 6 месяцев обнаружил посттравматические расстройства у 50%, через 12 месяцев – у 71%, и через 12 месяцев – у 43% полицейских, участвовавших в ликвидации последствий аварии. Автор отмечает, что подразделение, принимавшее участие в ликвидации пожара, сопровождавшегося массовыми жертвами и большим количеством обгоревших или изувеченных трупов, может в последующие 3–5 лет потерять до 20% всей численности личного состава за счет увольнения лиц с нарушенной психической адаптацией.

C.E. Fritz, E.S. Marks [251] анализировали психологические последствия разрушительного урагана в Арканзасе и выявили реактивные состояния у мужчин и женщин в виде состояния возбуждения и заторможенности, подавленности и спутанности сознания.

Одно из первых отечественных психологических исследований было выполнено на материале крымского землетрясения 11–12 сентября 1927 года Л.Я. Брусиловским с коллегами [34]. Ими был описан комплекс эмоциональных расстройств и вегетативных реакций, выявленных при этом землетрясении. Они

пришли к выводу, что необходимо заранее предвидеть эти ситуации и готовиться к борьбе с нервно-психическими травмами населения.

И.О. Котенев [110–113], анализируя психологические последствия воздействия на личный состав ОВД такого стрессогенного фактора, как катастрофа на железнодорожном переезде станции Арзамас-1, приводит следующие данные: острые состояния психической дезадаптации как реакции на ситуацию наблюдались у 70% обследованных лиц. В 10% случаев – растерянность, непонимание происходящего; в 27% – испуг, переживание сильного страха; у 33% обследованных – и страх, и растерянность.

На основании этих и других результатов автор вводит понятие «стресса чрезвычайных обстоятельств», обозначающего прямые психологические последствия, наблюдаемые непосредственно «на месте» происшествий, аналогичные зарубежным «стрессам критических инцидентов» [246, 256, 275] в отличие от ПТСР, характеризующих в основном отдаленные или отставленные психопатологические последствия.

В подтверждение автор приводит пример поведенческой реакции: сотрудник П., 31 год, ехавший в автобусе примерно в 2 км от места происшествия, увидев яркую вспышку и поднявшееся облако дыма и пыли, бросился на пол автобуса (за ним последовали и остальные пассажиры). При этом со страхом ожидал повторных взрывов, «внутри все похолодело», испытывал слабость и нервную дрожь во всем теле.

На наш взгляд, приведенный пример более соответствовал бы понятию «острое стрессовое расстройство» (ОСР). Оно по своей сути тоже посттравматическое, но разворачивается и проходит все физиологические стадии за более короткий срок благодаря быстрой и интенсивности событий и наличию «тонких мест», которые быстро «рвутся» в организме конкретного человека.

Длительное по времени воздействие на человека стрессогенных факторов тоже способствует развитию посттравматических стрессовых расстройств, которые клинически не так ярко выражены, но формируются в результате прохождения всех стадий стресса и могут быть отнесены к хроническому, профессиональному стрессу, который при определенных обстоятельствах может привести человека к постепенной незаметной инвалиди-

зации. И врачам, не совсем понимающим сложности службы в системе МВД, непонятно, почему сотрудник не по возрасту так физически изношен и не всегда адекватно реагирует на окружающие раздражители.

На основе своих исследований И.О. Котенев [110] делает вполне обоснованные выводы:

1. Степень психической дезадаптации и величина отрицательных психологических последствий несения службы в экстремальных условиях существенно зависят от типа ЧО, половозрастных особенностей, уровня опасности службы, длительности пребывания в регионе события, мотивированности сотрудника, индивидуального прошлого опыта работы в экстремальных ситуациях, индивидуально-личностных качеств (личностной тревожности).

2. Высокий уровень психологического стресса оказывает отрицательное воздействие на бое- и работоспособность работников милиции, снижает их адаптационные возможности в экстремальных условиях. В то же время у части личного состава умеренно выраженный стресс может оказывать мобилизующее воздействие, заметно повышая и работоспособность, и результативность деятельности.

Видимо, та часть личного состава, у которой выявлена такая реакция на стресс, находилась на первой стадии стресса, когда организм многих людей мобилизует свои резервы на борьбу со стрессом. И это внешне выражается повышенной активностью, но затем при длительном пребывании в этих условиях наступает истощение психических и физических возможностей и ясность психоэмоциональных реакций сменяется повышенной нервозностью, раздражительностью, неадекватностью и другими более сложными психопатологическими проявлениями.

Далее автор проблему воздействия чрезвычайных обстоятельств на личный состав подразделений полиции за рубежом и в нашей стране справедливо считает недостаточно изученной во всех ее аспектах (теоретическом, методическом, накопления эмпирических данных и т.д.), в то время как вопросы оказания психологической коррекции представлены в зарубежной литературе достаточно полно и заслуживают внимания.

G.H. Gudjonsson, K.R.S. Adlam [256] анализировали ситуации, вызывающие стресс у сотрудников английской полиции. Исследовали три группы сотрудников: а) констеблей-стажеров;

б) сержантов постоянного состава; в) сотрудников полиции относительно высоких чинов.

Авторы, исследуя жизненные ситуации, вызывающие стресс, отмечают, что английские сотрудники полиции менее подвержены стрессам по сравнению с их американскими и австралийскими коллегами и что имеются значительные различия между группами английских полицейских в зависимости от должности и опыта работы. Стрессы, связанные с бюрократическими преградами, особенно четко проявляются в группе старшего офицерского состава. Для рядовых полицейских характерно импульсивное, ищущее сенсаций поведение, но более опытные офицеры отличаются высокой степенью самоконтроля. С увеличением опыта и ранга «страх неудачи» и «страх негативной оценки» увеличиваются, в то время как «страх ранения» уменьшается.

Оценка величины стресса проводилась по 100-балльной шкале, где 100 – самая высокая степень стресса, 0 – полное отсутствие, 50 – принимается за среднюю величину стресса – возбудителя, который приходилось испытывать. Все сотрудники полиции были тестированы. Испытуемым было сказано, что исследование связано с изучением профессиональных стрессов и индивидуальной реакции на них, гарантируется секретность и анонимность результатов. В результате обследования были обнаружены следующие величины стресса.

У 44 стажеров среднеквадратическое отклонение (ско) = 8,4; у 42 сержантов ско = 11,7; у 33 старших офицеров ско = 9,4. Результаты других 25 обследованных позиций представлены в приложении 2. То, что сотрудники полиции старших чинов указали на меньшую подверженность стрессам относительно исследованных 25 позиций, чем констебли и сержанты, авторы объясняют несколькими факторами:

1) возможно, они с меньшей охотой, чем младшие сотрудники полиции, сообщают о своих реакциях на стресс;

2) лучше знают, как справляться с профессиональными стрессами;

3) возможно, в данном им перечне не было вопросов, которые характерны для работы сотрудников полиции старших чинов.

Авторы [256] подчеркивают, что ни в одной сфере деятельности, кроме полиции, не существует такого отношения к про-

блеме стрессов: сотрудники не обнаруживают их (отрицают), а полицейская администрация игнорирует решение этих вопросов. Этому есть два объяснения.

Первое: сотрудники полиции в основном выносливы, невозмутимы, сильны и обладают исключительными способностями переносить трудности. Отсюда стрессовые проблемы рассматриваются ими как nepозволительная слабость.

Второе: сотрудники полиции могут неохотно раскрывать проблемы, связанные со стрессами, думая, что это отрицательно повлияет на продвижение по службе, особенно те, которым присущи тщеславие и карьеризм и которые, возможно, подвержены страху неудачи и негативной оценке событий.

Авторы [256] далее отмечают, что стресс средней степени может оказывать позитивное влияние, например делать полицейского более энергичным и лучше подготовленным к оперативным действиям. **Сильный и продолжительный стресс в основном оказывает пагубное влияние на умственное и физическое состояние** и, вероятно, ослабляет эффективность процесса службы. Более того, жены и дети сотрудников не могут быть изолированы от этих последствий.

T. Pierson [275] показал, что стресс критического инцидента (СКИ), или CIS – по-английски, поражает до 87% всех работников аварийного обслуживания, страдающих от долговременной эмоциональной травмы, которая неблагоприятно сказывается на их пригодности к службе и вызывает серьезные проблемы в их личной жизни. Самый частый тип события, вызывающего реакцию CIS, имеет место, когда полицейский вынужден применить оружие независимо от того, насколько это оказывается законным. Большинство полицейских ощущают чувство вины или раздражения после фатального столкновения. Полицейские психологи назвали эти часто встречающиеся эмоциональные проблемы «травмой после применения оружия». Агентства, разрабатывающие процедуры помощи полицейским после смертельных случаев применения оружия, знают, что полицейским должна быть оказана помощь. Но многие из этих агентств не понимают, что такие случаи, как массовые беспорядки, бедствия, смерть полицейского или другие смертельные случаи среди детей и взрослых, могут вызвать СКИ.

Иногда физические симптомы, замешательство, ослабление мышления и эмоциональная травма, испытываемые отдельным

полицейским, могут самим полицейским интерпретироваться как ненормальные. Автор считает, что полицейские, не знаящие, что это такое, постепенно обнаруживают личностные изменения (особенно одинокие, которым не с кем поделиться). Выполнение некоторыми своих служебных обязанностей может ухудшиться до такой степени, что могут понадобиться дисциплинарные меры. В действительности это подсознательный крик о помощи. Если ее не оказать, это может привести к подозрительности, депрессии и в крайних случаях к самоубийству.

T. Pierson [275] считает, что для минимизации СКИ необходимо:

1. Принять тот факт, что СКИ существует и что подавляющее большинство сотрудников испытывают его воздействие в течение своей карьеры. Это позволит администраторам организовать тренинг по СКИ.

2. Если полицейские поймут, что такое СКИ, они найдут смелость излить свои эмоции и не бояться критики или осмеяния.

3. Начальники должны быть обучены распознаванию потенциальных симптомов СКИ среди подчиненных и знать возможности помощи им после больших событий. Необходимо предусмотреть проведение собеседований психиатром и ветеранами, которые полностью владеют таким методом. Цель формального собеседования – позволить полицейским, испытавшим СКИ, поделиться своим опытом и чувствами и затем убедить молодых, что эти чувства естественны. Приказ персоналу посетить эти занятия желателен, но тем, кто идет на собеседование, должны быть объяснены две вещи: не будет никакой попытки со стороны собеседующих критиковать их и заставлять выступать без желания.

В Америке имеется специальная программа, разработанная Международной ассоциацией криминальной полиции, содержащая комплекс различных методик обучения владению собой в критических обстоятельствах. В основу программы положена серия реально встречающихся конкретных чрезвычайных ситуаций, при которых победа может принадлежать только более подготовленному человеку. Динамическая тренировка направлена не только на развитие силы, но и на развитие способности быстро принимать правильное решение в условиях напряженных и быстро развивающихся событий. При этом **особое**

внимание уделяется такому поведению, при котором сила представляет собой сгусток энергии, обеспечивающий эффективное влияние на поведение людей. Программа способствует развитию таких волевых качеств, которые не требуют видимого проявления силы [23]. В частности, предусматриваются следующие виды тренировок:

1. Обучение ловкости и сноровке. Обычно полицейские тренируются применять силу только в случае угрозы нападения. Они обучаются целому набору силовых приемов, пригодных для ситуаций даже при встрече с лучше вооруженным противником. Полицейский должен быстро оценить, какое средство лучше применить, чтобы изменить ситуацию в свою пользу, не применяя силы. Обучение ловкости и сноровке позволяет полицейскому найти баланс между набором слов и действий без применения оружия и использования силовых методов, опасных для жизни человека.

2. Правовое обучение. Программа обучает толкованию федерального закона США, в частности четвертой поправки к Конституции, и законов штатов, касающихся применения силовых методов воздействия и принципов разумного применения силы:

а) полицейский имеет право потребовать от лица, применяющего насилие, прекратить свои противоправные действия;

б) он должен убедиться, что в складывающейся ситуации нельзя не применить силу, чтобы заставить нарушителя выполнить требования полицейского;

в) он должен убедиться, что в складывающейся ситуации применяемая им сила должна принести нарушителю наименьшую боль и страдания;

г) если преступные действия или угрозы достаточно серьезны, силовое воздействие может применяться в полной мере.

3. Подготовка сценариев тренировок. Они готовятся на основе часто встречающихся или повторяющихся время от времени типичных жизненных ситуаций. Многие сценарии предусматривают быстрые силовые действия при угрозе ножом или другими средствами и быстрое снижение уровня применяемой силы, если правонарушитель бросает нож и угрожает полицейскому кулаками. Эти сценарии включают не только физические действия, но и меры психологического воздействия.

4. Критика и проигрывание сценария заново. После воспроизведения полицейским каждого сценария его действия обсуждаются. При обнаружении ошибки он повторяет свои действия с учетом упущений.

Все эти методики во многом позволяют полицейским приблизиться к овладению искусством принятия правильного решения в экстремальных ситуациях, что имеет немаловажное значение и для повышения стрессоустойчивости и выживания, ибо уверенность в себе есть противоядие страха.

В настоящее время, в условиях современной социальной перестройки нашего общества, служба сотрудников МВД во многом является сходной по стрессогенности с аналогичными в странах Запада и способствует постепенному формированию у них постстрессовых расстройств (МКБ-10). Возможно, в более тяжелой форме, так как у нас в настоящее время нет обязательных унифицированных программ повышения стрессоустойчивости и обучения технике выживания в экстремальных условиях, как нет и программ психолого-психотерапевтической подготовки и социально-правовой защиты.

Эмоции напряжения в экстремальных условиях у сотрудников остаются зачастую неотраженными и, накапливаясь, вызывают у одних усталость, апатию, депрессию, у других – агрессивность и злобность. Это послужило для нас основанием для разработки методики «Высвобождения гнева» (см. гл. 4). Условия функционирования в крупных городах в настоящее время нашей криминальной милиции, возможно, во многом превосходят по уровню стрессогенности многие города западных стран, но этот вопрос требует самостоятельного изучения.

2. Стресс и его клинико-психопатологические проявления

Психолого-психотерапевтическая подготовка специальных подразделений МВД не менее важна всякой другой, ибо ее главная цель – преодоление тревоги и затем страха при выполнении специальных операций. Даже самые эффективные приемы и экипировка по последнему слову техники не помогут тому, кто боится врага. Тревога и страх – это внешнее проявление в поведении человека его эмоционально-стрессовой реакции на экстремальную ситуацию. В тех случаях, когда тревога переходит

в страх и достигает силы аффекта, она навязывает человеку «аварийное» поведение и подавляет все другие психические процессы: исчезает способность логически мыслить и правильно оценивать ситуацию, действовать рационально и ловко.

В психическом состоянии сотрудников, переживающих сильный страх, как показали опыт войны в Чечне, ликвидация последствий землетрясений в Ташкенте и Спитаке, могут иметь место такие нарушения, как бегство, оцепенение, ступор, агрессия, сумеречное состояние сознания и др. [34, 96, 97]. Но следует подчеркнуть, что такие психические нарушения случаются у людей, имеющих предрасположенность к психическим реакциям или длительно пребывающих в экстремальных условиях, при наступлении третьей стадии стресса – истощения.

Г. Селье [187], говоря о предрасположенности организма человека к различным осложненным реакциям, подчеркивал, что «где тонко, там и рвется».

Ю.А. Александровский (7) указывает на универсализм механизма невротических реакций при нарушении биологического гомеостаза. Невротические реакции и состояния являются преимущественно реакцией на психическую травму, приводящую к дезадаптации социального положения личности (истощающие психические нагрузки или резко воздействующие стрессовые факторы).

Автор считает, что между неврозами и реактивными состояниями, протекающими без выраженных психотических нарушений, вероятно, нет принципиальных различий. Они развиваются в ответ на психогенную ситуацию, нет прогрессивности. Болезнь может расширяться, но не углубляться. Сохраняется критическое отношение к поведению и действиям.

Наблюдение 1. Боец ОМОН, К., 24 года, в первые дни приезда в Грозный на передовой почувствовал головную боль, головокружение и чувство давления и тяжести в груди. Обратился к врачам. Обнаружено повышение АД170/95. Нарушился сон. Снились кошмары, сцены боя и казалось, что вот-вот погибнет от рук противника. Был госпитализирован. Через месяц лечения вернулся в строй.

Если иметь в виду, что на службу в МВД поступают в основном психически и физически здоровые лица, прошедшие психологический отбор, то у них вероятность частого возникновения психотических реакций снижается. Чаще всего можно

наблюдать **переживание панического страха**, которое варьирует в широком диапазоне оттенков, и самая распространенная реакция – **это тревога**. Практически тревога в той или иной степени бывает у всех людей, функционирующих в экстремальных условиях и испытавших интенсивное воздействие стрессогенных факторов на себе.

Наблюдение 2. Военнослужащему ВВ, Д., 26 лет, через неделю после пребывания в Чечне с участием в боевых действиях, стало казаться, что за ним следят, хотят забрать в плен и обратить в мусульманство. При этом он изменился внешне, стал настороженным, постоянно проверял все укромные места, искал скрытых врагов, не ложился спать, пока не осматривал все соседние помещения, бойцы стали насмехаться. Командир был вынужден показать его психиатру, после чего бойцу были назначены «успокаивающие таблетки», по-видимому транквилизаторы. От госпитализации и возвращения к месту основной службы отказался. Через месяц актуальность переживаний постепенно стерлась, страх исчез, появилась критика к пережитому. Был снова допущен к несению службы с оружием.

Американские психологи, наблюдавшие за военнослужащими в период второй мировой войны, отметили, что без тревоги правильно и свободно действовали только четверть воинов. У остальной части выявились выраженная тревога и страх за свою жизнь, и потому они погибали значительно чаще, чем те, кому удавалось избавиться от страха.

По данным В.Н. Борина [29], результаты медицинского и психодиагностического обследования сотрудников сводных отрядов Санкт-Петербургского ОМОН и ППСМ свидетельствовали о том, что очень многие из них нуждались в психологическом консультировании или других психокоррекционных воздействиях. Более пристального внимания требовали лица, неоднократно побывавшие в зоне вооруженных конфликтов. На основе данных обследования и осмотра врачами-психиатрами поликлиники ГУВД г. Санкт-Петербурга была выделена группа лиц с выраженной астенизацией и повышенной тревожностью, нуждающихся в амбулаторном лечении.

Повышенная тревожность личности может приводить к тому, что человек порой реагирует на слабые стрессогенные факторы так же, как если бы они были более сильными. У неко-

торых личностей тревожность выступает как один из компонентов характера, как свойство темперамента [193].

Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью, которые могут возникнуть у любого человека только в экстремальных условиях деятельности. У лиц, не склонных к личностной тревожности, реактивная тревожность возникает при накоплении утомления в этих условиях.

Высокая реактивная тревожность вызывает иногда нарушения тонкой координации и внимания. Прямо коррелирует с появлением диссонанса или конфликта между тремя биоритмами человека: физическим, эмоциональным и интеллектуальным, определяющими пик активности соответственно тела, чувств и ума. Отсутствие срывов по этим трем параметрам – гарантия сбалансированной и надежной деятельности человека.

Эмоциональные срывы внешне проявляются притупленностью эмоций, когда трудно устанавливать близкие и дружеские связи с окружающими, недоступностью выражений радости, творческого подъема, спонтанности или эмоциональной и вербальной агрессивности, приливами гнева и ярости.

Физические и интеллектуальные срывы нельзя наблюдать у человека по отдельности. Еще И.М. Сеченов писал, что **за каждой мыслью у человека скрыто движение**, поэтому мы их объединили и назвали психомоторными.

Психомоторные срывы – это **немотивированная бдительность**, когда человек постоянно находится в напряженном движении, следит за всем, что происходит вокруг, хотя ему в конкретный момент опасность не угрожает. При малейшей неожиданности делает стремительные движения, резко оборачивается, принимает боевую позу; нарушается сон, после которого человек не испытывает облегчения и готовности к физической и интеллектуальной работе. Такие состояния наблюдались у ветеранов вьетнамской войны и были описаны Б. Колодзиным [98], С.Р. Figley [252] и другими американскими учеными.

В итоге такого функционирования в напряженных условиях у человека формируются **психосоматические заболевания**: артериальная гипертония, ломота в спине, спазмы желудка, головные боли, ишемическая болезнь сердца, затем инфаркты и инсульты, неврозы и психозы, обострения уже имевшихся ранее хронических заболеваний.

В условиях экстремальности наиболее заметны **изменения в поведении**, связанные с нарушениями **деятельности мозга – психики**.

С целью определения уровня реактивной тревожности у сотрудников органов внутренних дел в экстремальных условиях деятельности мы обследовали воронежское и московское спецподразделения ОМОН, принимавшие участие в боевых операциях в Чечне, по шкале самооценки Спилбергер–Ханина [194]. Данный тест является надежным и информативным способом оценки в момент реактивной тревожности. Привлекательность его для нас объяснялась и необходимостью быстрого обследования в условиях боевых операций, когда ответы на вопросы тестов большого объема весьма проблематичны.

Обследование ОМОН проводилось в три этапа: за две недели до отъезда в Чечню, во время боевых действий и через две недели после возвращения. Воронежский ОМОН обследован только после возвращения, по истечении двухнедельного отдыха. Результаты обследования представлены в табл. 6.

Таблица 6

Результаты измерения уровня реактивной тревожности по Спилбергеру – Ханину у московского и воронежского спецподразделений ОМОН

Уровень тревоги по Спилбергеру–Ханину	Московский ОМОН			Воронежский ОМОН
	До отправления в Чечню, %	В Чечне, %	После двухнедельного отдыха по возвращении, %	После двухнедельного отдыха по возвращении, %
1. Низкий	9,0	2,7	22,8	2,0
2. Средний	82,0	53,9	60,0	49,0
3. Высокий	9,0	43,4	17,2	49,0

Обращает внимание то обстоятельство, что средний уровень тревоги сохраняется на всех трех этапах у довольно большого количества обследованных: у москвичей 82% бойцов сохраняли его до отправления в Чечню; 53,9% – в самом очаге экстремальности и, что кажется на первый взгляд парадоксальным, после отдыха – 60%. Если сравнить показатели московского ОМОН после 2-недельного отдыха с аналогичными воронежского ОМОН, то у последних низкий уровень тревоги всего у 2% бойцов, у 49% уровень реактивной тревожности остается высоким, еще у 49% – средним. У москвичей низкий уровень тревоги после отдыха обнаружен у 22,8% обследованных, что статистически значимо ($p < 0,01$) превышает показатели воронежцев, хотя количество лиц со средним уровнем реактивной тревожности остается высоким (60%).

Можно было бы предположить, что, возможно, воронежцы плохо отдыхали или испытали больший стресс, чем москвичи. Мы полагаем, что на стабильно сохраняющийся высокий и средний уровень тревожности как тех, так и других после отдыха повлияло предупреждение о необходимости повторного отправления данных отрядов в Чечню.

Что касается московского ОМОН, участвовавшего в боевых действиях в Чечне, то 97,3% протестированных показали средний и высокий уровень реактивной тревожности (соответственно 53,9% и 43,4%).

По литературным данным и повышение, и понижение степени тревожности по сравнению с ее средним уровнем приводит к снижению результатов деятельности и надежности в экстремальных условиях [55].

Низкий уровень тревожности может быть связан с истощением адаптационной энергии и наступлением депрессивных реакций. У представителей московского ОМОН возросло количество лиц с низким уровнем тревоги до $22,8 \pm 1,3\%$ что достоверно выше, чем до отправления в Чечню ($p < 0,01$). Довольно большое количество лиц остается со средним и высоким уровнем тревоги после отдыха ($60 \pm 1,6\%$ и $17,2 \pm 1,4\%$). Данное обстоятельство настораживает и говорит о том, что этот контингент ОМОН нуждается в психологической поддержке и защите, возможно, и в проведении массивной психотерапии.

При высоком уровне тревожности стабильность деятельности в экстремальных условиях находится под резко негативным влиянием, преодолеть которое позволяет лишь очень большое напряжение внутренних компенсаторных механизмов. Нарастание выраженности тревожных расстройств приводит к тому, что они сменяются страхом, т.е. ощущением конкретной угрозы. Однако в зависимости от конкретных компенсаторных возможностей каждой личности включаются механизмы, обеспечивающие устранение различных степеней тревоги. Эти механизмы зачастую идут от удовлетворения духовных потребностей до восстановления внутреннего гомеостаза (равновесия организма на клеточном уровне).

Л. А. Китаев-Смык [94] отмечает, что «страх смерти» может иногда конкурировать по силе выраженности со страхом угрожающей десоциализации, и приводит следующий пример: «Во время парашютного прыжка парашютист К. оказался после раскрытия купола парашюта висящим вниз головой из-за того, что одна его нога запуталась в стропях. Приземление в таком положении, как правило, заканчивается смертью парашютиста. К., естественно, знал об этом и сразу оценил такую угрозу... Удостоверившись, что нет свидетелей его «плачевно-позорного» положения, К. не только успокоился, но испытал даже радостный эмоциональный подъем. После этого он, по его словам, стал относительно спокойно развязывать узел из строп парашюта, завязавшийся на его ноге. Будучи аналогичным образом подвешенным впоследствии в наземных условиях, К. только за счет огромных усилий освободился от узла на ноге. Во время прыжка он якобы не ощутил таких усилий при освобождении ноги от строп». Л.А. Китаев-Смык считает, что чувство тревоги или страха, имевшее место в ожидании опасности, может трансформироваться в другие эмоциональные состояния: в «торжество» предстоящей победы, в переживание веселья или лихости, в агрессивно-гневливое состояние и т.д.

Вероятно, психологи и психотерапевты могли бы участвовать в процессе сознательной трансформации тревоги и страха в эмоциональные состояния со знаком плюс.

Среди интервьюированных нами в московском подразделении ОМОН 70% констатировали, что во время боевых действий в Чечне кроме «страха смерти» испытывали «страх позора перед товарищами» при неудачах, 14% испытывали желание быть

награжденными или «героями», когда заведомо рассчитывали на успех. Многие (25% опрошенных) отметили, что в ходе адаптации к условиям военных действий «чувство тревожности и страха», которые были при первых столкновениях с опасностью, постепенно редуцировались. Эту категорию бойцов командиры характеризовали как «смелых, волевых». Их бесстрашие в таких ситуациях, видимо, обусловлено овладением своими эмоциональными реакциями, волевым усилием, когда страх перерастает в «бесстрашие» и в уверенность в себе.

В данном случае к одной из ведущих потребностей личности бойца ОМОН мы относим стремление добиться успеха: одержать победу над врагом; не опозориться перед товарищами, перед командирами; заслужить социальное поощрение.

«Преодоленный страх, отвага, безотчетная самоотверженность разбудили у них силу души, личную энергию, стойкость характера. Их большинство. И хотя они героически или просто выполняя свой долг воевали в непонятной, попросту говоря, несправедливой войне, все же они были перед смертельной опасностью. Перед ними был враг, несущий лично им смерть. Пусть этот враг отстаивал свою свободу. Но им-то, солдатам, он нес смерть» – так пишет о «Чеченском синдроме» Л.А. Китаев-Смык, сам побывавший на этой войне (Возвращенцы // Московский комсомолец. 1996. 10 окт.).

Однако на этой войне имели место такие факты, когда отдельные спецподразделения, не выдержав огневого противодействия противника, понесли большие человеческие потери, самовольно оставляли поле боя.

Связь между реагированием людей в стрессовых условиях и особенностями их нервной системы показана в серии исследований В.А. Вяткина [53]. Рассматривая стресс и последующую адаптацию организма как целостную реакцию личности на экстремальные условия, автор выделяет три иерархических уровня: первый, высший уровень – это мотивы и отношения личности к экстремальным ситуациям; второй – психодинамические и нейродинамические свойства личности и темперамента; третий – психофизиологическое состояние (вегетативные сдвиги).

Каждый человек реагирует на ситуацию по-своему, в зависимости от потребностей и опыта. П. Фресс [215] отмечал два вида причин стресса в чрезвычайных ситуациях:

1) недостаточные адаптационные возможности (новизна, неопытность, внезапность);

2) избыток отрицательной мотивации (перед – или после действия, в социальном поведении, в конфликтах).

Выдающиеся русские и советские психологи и психофизиологи (И.П. Павлов, А.А. Ухтомский, П.К. Анохин, А.Н. Леонтьев, Н.Ф. Добрынин, В.Н. Мясищев, Д.Н. Узнадзе, С.Л. Рубинштейн и др.) считали источником активности личности в различных ситуациях регулирующую функцию сознания и понимание значения и смысла ситуации и своей деятельности в ней. Смысл, по их мнению, связывает мотив деятельности с ее целью, и в этом источник активности или пассивности человеческой деятельности. В этой связи становится понятным, почему некоторые спецподразделения в Буденновске отказались от дальнейшей службы. По их мнению, во-первых, они выполняли несвойственные им функции, которые им были навязаны без предупреждения; во-вторых, они не видели смысла в самой войне, хотя первоначально и выполняли приказ.

Моральный дух личного состава МВД подрывался и средствами массовой информации, которые преподносили действия боевиков как борьбу «за попранные права и свободы», а действия российской стороны – как агрессию «побеждаемой» стороны, хотя последние территориально продвигались все время вперед. Данный факт очень сильно подрывал моральный дух и решимость наших солдат и офицеров сражаться за территориальную целостность своей Родины.

Довольно сомнительной была в этих чеченских операциях частая ротация офицерского состава (45 суток), тогда как солдаты ВВ МВД находились в зоне боевых действий постоянно. Эта большая разница в сроках способствовала психологическому рассогласованию, нарушению сплоченности воинских частей (усталость одних и «временность» других), неоправданным потерям в живой силе, психологическому надлому молодых солдатских душ, возникновению чувства озлобленности, презрения солдат к офицерам.

Наконец, сыграло свою психологически отрицательную роль и то, что ВВ МВД и подразделения ОМОН, СОБР, ОСН не предназначены и не обучены ведению длительных боевых действий. Этим объясняется и высокая степень психотравматичности ситуации в Чечне.

Как отмечает Л.Д. Гиссен [55]: «Существенным стрессогенным фактором могут стать реакция окружающих лиц и публики, представления о социальном поощрении или порицании». Таким образом, в начале вооруженных столкновений средства массовой информации отрицательно влияли на смыслообразующую функцию сознания молодых солдатских душ, не подготовленных к такого рода «операциям» ни идеологически (как это делалось при советской власти), ни психологически, как это должно делаться всегда. И то, что деморализовало наших солдат, спланивало сепаратистов. Но не следует скрывать и то, что непосредственной психологической подготовке чеченцев уделялось целенаправленное внимание.

Изучение чеченского опыта показало, что отличительной особенностью их отрядов, способствующей сплоченности и боеспособности, была продуманная организация отдыха боевиков. Отряд находился в зоне боев, как правило, две недели. Этот срок, согласно исследованиям стрессовых состояний, признан наилучшим для оптимального расходования людьми своих адаптационных резервов в экстремальных условиях. После двух недель боев отряд отходил на отдых в горы, где группа сохранялась в составе, не расставалась с оружием и окружалась всеобщим восхищением местных жителей.

Психологически правильно чеченскими командирами использовалась спланивающая сила исламского вероучения «кровь за кровь», которая идеологически поддерживала боевитость и агрессивность населения и боевиков.

Для поднятия духа и укрепления сплоченности боевиков командиры использовали мусульманскую «трансцендентальную медитацию» в виде ритуально-обрядового танца «зикр». Отбивание ритма танца, совместное пение непонятных для них арабских слов – «мантр» и быстрое хождение по кругу способствовало вхождению этих лиц в транс и идеологически спланивало их.

Анализ психофизического состояния московского подразделения СОБР ГУВД после участия в первомайских событиях показал, что полученные некоторыми участниками психические и физические травмы настолько тяжелы, что для их восстановления ранее предусмотренных приказами сроков недостаточно. Не используя все возможности восстановления, отправлять молодых людей на пенсионное содержание было психологиче-

ски неверно. Это вызывало у остальных чувство обреченности и комплекс жертвы. Поэтому мы считаем, что необходимо продумать систему социальной и медико-психологической реабилитации для лиц, получивших психофизические травмы.

Н.В. Андреев, Н.Г. Хохлова [11], анализируя работу московского ОМОН с психологической точки зрения, отмечают, что проявления стрессовых реакций фиксировать неспециалисту (командиру или другому руководителю) сложно. Поэтому зачастую измененные состояния психики сотрудников остаются незамеченными и не вызывают опасений и, следовательно, отрицается необходимость квалифицированной психологической помощи и профилактики подобных состояний у личного состава.

Таким образом, **выраженный высокий уровень реактивной тревожности сотрудников московского и воронежского ОМОН, особенно после отдыха, говорит о высокой степени психотравмирующего фактора, требующего психотерапевтической помощи извне (вмешательства психологов и психотерапевтов, а также социально-правовой помощи со сторон юристов).**

Обнаружение высокого уровня реактивной тревожности в подразделениях ОМОН, участвовавших в чеченской войне, – это сигнал, говорящий о формировании и развитии у сотрудников состояний психофизической дезадаптации, а в некоторых случаях и ПТСР.

3. Посттравматические стрессовые расстройства и проблемы адаптации и реадaptации к социальным условиям

Анализ последствий боевых действий в Великой Отечественной войне в нашей стране, в войне США во Вьетнаме и в Корее способствовал построению клинического понятия «посттравматических стрессовых расстройств» («Post-Traumatic Stress Disorders»), (МКБ-10), [252, 257, 243, 244, 261, 263, 264, 265, 283–286].

Эти расстройства описаны многими психиатрами под разными названиями. Например, Э. Крепелин [115] описал их в 1920 году как психогенные заболевания (невроз страха, военный невроз, травматический невроз, психогенная депрессия) и

т.д. Далее, в 1927 году П.Б. Ганнушкин описал форму «нажитой психической инвалидности» у молодых людей, которых революция выдвинула на ответственные посты, не имевших ни знаний, ни опыта, но работавших в очень напряженных условиях, не считаясь со временем, силами, здоровьем.

Такие постстрессовые расстройства описаны позже А. Kardiner [263, 264] и М. Horovitz с соавторами [260].

Ю.А. Александровский (7), говоря о ПТСР, отмечает, что клинический уровень этих расстройств характеризуется вариантами психической дезадаптации, сопровождающейся пограничными состояниями.

Эти формы расстройств, острых и хронических, объединяет один момент – пусковой стрессогенный, в остальных, как и при других психических заболеваниях, имеется неспецифический полиморфизм симптоматических проявлений. Нет в этих описаниях патогномоничных психиатрических и психологических признаков, характерных только для ОСР и ПТСР на клиническом уровне. Что касается нарушения психосоциальной адаптации, на которую ссылаются многие [198, 111, 98], они бывают при других психических заболеваниях. Поэтому эти постстрессовые расстройства, которые в Международной классификации болезней (МКБ-10) выделены как ПТСР, клинически разными авторами называются по-разному: боевые психические травмы (БПТ) [50, 151], посттравматический стрессовый синдром (ПТСС), психогении [115], посттравматические стрессовые реакции и т.д. На самом деле, по Г. Селье, развитию ПТСР на физиологическом уровне у всех людей, подверженных влиянию стрессогенных факторов, **предшествуют одинаковые изменения со стороны «ретрансляционной сферы» организма – гипоталамус – гипофиз – надпочечники.**

Специфический характер стресса определяется совокупностью постоянных симптомов, важнейшими среди которых являются: **увеличение коркового слоя надпочечников с уменьшением в них липоидов и холестерина, возникновение язв желудочно-кишечного тракта, инволюция тимико-лимфатического аппарата с характерными сдвигами (лимфопения, эозинопения, полиморфно-ядерный лейкоцитоз).** Тем не менее при пристальном изучении историй жизни и болезни подверженных стрессогенным влияниям людей можно распознать клинико-психологические признаки, обязательно

связанные с пусковым стрессогенным моментом и характерные только для конкретной ситуации и конкретного человека. Это в итоге позволит распознать у человека посттравматическое стрессовое расстройство.

С.Р. Figley [252], Б. Колодзиным [98] были описаны некоторые признаки ПТСР, позволяющие дифференцировать эти расстройства: 1) факт пережитой стрессогенной ситуации; 2) наплывы воспоминаний об имевших место жизненных ситуациях, комплекс вины за выживание перед погибшими, кошмарные сновидения; 3) стремление избегать эмоциональных нагрузок, неконтактность с окружающими; 4) комплекс неврастенических расстройств с преобладанием повышенной раздражительности, нарушение концентрации внимания; 5) формирование антисоциального поведения, алкоголизация, наркотизация, стигматизация отдельных патохарактерологических симптомов и др.

Главный недостаток этих попыток дифференциальной диагностики заключается в том, что все эти авторы отбрасывают патогенетические психофизиологические механизмы стресса, которые лежат в основе развития этих расстройств. Они описаны досконально Г. Селье и затем его последователями.

Но сложность проблемы заключается в настоящее время не в распознавании данной патологии, а в том, что люди, пережившие стрессы, в силу разных реакций каждого организма попадают к разным специалистам: кто с язвой или гипертонией к терапевту, кто с прободением язвы к хирургу, кто с реактивными состояниями к психиатру и т.д.

Изучение проблем обеспечения психологической стрессоустойчивости сотрудников МВД позволило нам выделить несколько групп сотрудников в зависимости от сфер их деятельности, способствующих более интенсивному формированию у них посттравматических стрессовых расстройств.

Первая группа – личный состав, функционирующий постоянно в условиях экстремальности, подвергающийся длительное время действию стрессоров этих условий (перечислен в разд. 3 гл. I). Это специальные подразделения МВД (ОСН ВВ, СОБР, ОМОН и др.).

Вторая группа – сотрудники, довольно часто участвующие в ЧП криминального характера и подвергающиеся достаточно интенсивному воздействию стрессоров этого ряда. К этой категории относятся УР, РУОП, конвойная служба.

Третья группа – сотрудники, функционирующие в напряженных условиях повседневной занятости, от которых в работе постоянно требуются сосредоточенность, вдумчивость, повышенное чувство ответственности, продуманность плана действий, ответственность за принятые решения. К данной категории относятся руководители всех рангов различных подразделений, работники ГИБДД, ИУ, участковые инспектора и др.

Ю.А. Александровский считает, что несоответствие имеющихся у человека социальных и биологических возможностей для переработки информации, скорости ее поступления и количества может явиться одним из важнейших условий возникновения пограничных форм психических расстройств.

До сих пор мы говорили о том, как люди реагируют на стрессогенные факторы окружающей обстановки. Но в настоящее время практика показывает, что очень важен для нас вопрос переключения со стрессовых переживаний и тревожности в экстремальных условиях на обычный ритм жизни. Хотя его и нельзя назвать спокойным, но можно назвать повседневным, привычным, отчасти прогнозируемым.

Во время проведения исследований на базе ОМОН ГУВД г. Москвы за помощью обратился офицер-фельдшер К.

Катамнез. 24 года; женат, имеет годовалого ребенка, который родился, когда отец находился в Чечне (**был в Чечне неоднократно**). С момента последнего возвращения прошел один год. Во время боевых действий был на передовой, выносил раненых с поля боя, оказывал им первую (доврачебную помощь), а после этого еще ассистировал на операциях ("видел много крови, умирали на руках»). Бывало так, что до двух суток не спал, помогал спасать людей. При этом сам никогда не испытывал страха за свою жизнь, хотя «пули свистели мимо уха». А если выдавалась возможность, не мог подолгу уснуть и всегда думал о том, как и чем он сможет завтра помочь раненым и больным (не хватало перевязочного материала и медикаментов).

В момент обращения жаловался на почти одни и те же сновидения, которые вот уже много месяцев постоянно мучили его: кровь, крики о помощи, оторванные руки, ноги, трупы... и ощущение собственной вины и беспомощности. Просыпался всегда усталым, разбитым. Ощущение того, что кого-то не успел спасти, не покидало в течение дня. Был неуверен, суетлив, работа не отвлекала от внутренней тревоги. Чтобы снять это

состояние, стал «понемножку, выпивать», после, чего «плавно вливался в группу постоянно выпивающих после Чечни сотрудников» и тревога как-то теряла свою актуальность, настроение улучшалось. Но «сны все равно повторялись, если не пил». Возникла боязнь, что станет алкоголиком, но из-за сновидений выпивает ежедневно, «да и в коллективе не хочет быть белой вороной». В разговоре понимает, что это не выход из положения. К психиатрам не обращается официально, так как боится, что «спишут, а мне нужно вырастить ребенка, да и жена не работает, мне их нужно прокормить». В беседе других жалоб не предъявляет, ищет помощи. Физических жалоб тоже нет, но отмечает, что «чаще стал простуживаться».

В психическом статусе продуктивной психопатологической симптоматики не выявлено и при последующих осмотрах. По-прежнему выявлялись нарушение сна, тревога, чувство вины и субдепрессивный фон настроения, снимаемый употреблением спиртных напитков.

При обследовании методикой ММРІ в психологическом профиле выявлены изменения в виде высокого пика на 7-й шкале (выше 80 Т), который сочетался с высокой 2-й шкалой. Был выявлен профиль, характерный для тревожно-депрессивного состояния **2178**"-. В связи с тем, что 7-я шкала может отражать как генетически обусловленную тревожность, так и реактивную, ситуационно обусловленную, сопутствующие повышения других шкал профиля указывают на механизмы, защищающие личность от состояния мучительной напряженности, тревоги. Повышение профиля по 1-й шкале выявляет усиление невротического самоконтроля и соматизацию тревоги, 2-я шкала отражает степень осознания психологических проблем и вынужденного отказа от реализации своих намерений.

Сочетание 78" в данном случае, по-видимому, выявляет механизм интеллектуальной переработки и ограничительного поведения, направленного на избегание неуспеха, проявляющегося явлениями навязчивости, и отражает проблему заниженной самооценки, чувство собственного несовершенства, повышенное чувство вины. **Это является признаком хронической дезадаптации** [193], что выявлялось и при клиническом обследовании.

После психологического обследования был осмотрен повторно, но клинически выраженной психастенической симпто-

матики не выявлено. В расчете на быстрый и легкий эффект, не требующий дополнительных затрат времени и сил, К. были назначены транквилизирующие препараты поочередно (тазепам, феназепам, фенибут и др.), что не дало ожидаемого успеха из-за излишней сонливости, которая мешала работать. Кроме того, эти препараты усиливали тягу к употреблению спиртных напитков и оказывали алкоголезамещающий эффект. Приглушая неврозоподобную симптоматику, они делали его практически неработоспособным.

Эффект был получен после обучения методике расслабления с элементами трансцендентальной медитации (ТМ) на фоне психотерапии в бодрствующем состоянии. Помимо этого К., следуя рекомендации, занялся бегом и физическими тренировками. После 2-месячных регулярных самостоятельных занятий сон нормализовался, тревога исчезла. Сам К. считает, что «вернулся в свои обычные рамки», «стал радоваться жизни», «получает удовлетворение от выполненной работы», «пережитое в Чечне куда-то ушло, померкло и не беспокоит, уже не тревожит душу», «сейчас он думает о дополнительном заработке, нужно воспитать сына». Что самое утешительное, изменения, выявленные на ММРІ, тоже пришли к норме через пять месяцев после начала занятий, психические переживания полностью потеряли свою актуальность.

Нами было обследовано 550 человек московского подразделения ОМОН через 8–12 месяцев после возвращения из Чечни на предмет их психофизического состояния. Психологическое тестирование по методу Спилбергера – Ханина, ММРІ (СМИЛ) проведено у 380 человек. Нагрузочные исследования – артериальное давление, тип реакции на нагрузочную пробу и электрокардиограмма (ЭКГ) – определялись до и после нагрузки у 170 человек.

По результатам обследования хорошую адаптацию к нагрузке обнаружили 33,3% сотрудников, удовлетворительную – 42,6%, напряженную – 17%, неудовлетворительную и патологическую – 7%. У 12,3% сотрудников обнаружена нормальная ЭКГ, у 32,7% – выявлены индивидуальные особенности, у 45,6% – функциональные отклонения, у 9,4% – пограничные и патологические изменения. После анализа этих данных совместно с психофизиологами МУ МВД были даны следующие рекомендации:

в изменении режима жизни не нуждаются 36% сотрудников;
в общей физической подготовке с акцентом на выносливость нуждаются 43,2%;

в активном отдыхе с назначением водных процедур и общеукрепляющей терапии нуждаются 8,2% сотрудников;

в дополнительном отдыхе с щадящими физическими нагрузками, интенсивным лечением с консультацией кардиолога и терапевта нуждаются 12,6%.

При этом средний возраст обследованных лиц составлял 28,4 ± 1,2 года.

При проведении обследования 380 сотрудников после возвращения из Чечни по методике СМИЛ психологические отклонения свыше 70 Т баллов были обнаружены у 17% обследованных, из них при этом ведущими были у 10% 9-я и 2-я шкалы, у 5% – 9-я и 3-я, и у 2% – 9-я и 7-я шкалы. По 4, 8, 9, 2 и 7-й шкалам соответственно у 27,2%; 19,5%; 17,6%; 13,9%; 9,6% сотрудников наблюдалось повышение свыше 50 Т баллов.

Первая группа (10%), у которой 9-я и 2-я шкалы СМИЛ были выше 70 Т баллов, характеризовалась повышенной активностью в своих действиях, которая сочеталась с легкой утомляемостью, быстрой истощаемостью и перепадами настроения в сторону резкого снижения вплоть до тревожно-депрессивных состояний. Иногда состояния повышенного настроения сочетались со стремлением к лидерству, неоправданной бравадой, моторной подвижностью и речевой продукцией. Одного из этой группы бойцов ОМОН командир характеризовал как «чумного, но такой активный – не остановишь, то просится на дежурство по трое суток подряд, то ходит чернее тучи, ничего не хочет делать, между прочим, после Чечни стал такой, там близкого друга потерял, погиб у него на глазах». Для этой группы были характерны высказывания типа черныбыльских «комплексов жертвы». Озабоченность проблемами непризнанных заслуг. В состояниях сниженного настроения многие выказывали чувство вины перед погибшими товарищами.

Вторая группа (5%), у этой группы 9-я и 3-я шкалы были выше 70 Т баллов, характеризовалась активностью, завышенной самооценкой, не критичностью ко многим своим упущениям в работе, эмоциональной незрелостью и эгоизмом. Эти лица проявляли легкомысленное отношение к серьезным заданиям, за что получали взыскания от командования. Когда руши-

лись их планы легко понравиться окружающим, они проявляли определенную агрессивность на фоне повышенной нервозности, драматизировали события. В этой группе было наибольшее количество лиц, которые по собственному желанию несколько раз побывали в Чечне. Эти лица в состояниях психической дезадаптации были склонны легкомысленно участвовать в событиях сомнительного характера, которые могли дискредитировать облик сотрудника ОВД, при разоблачении отрицали негативную информацию, искренне не понимая ее серьезности.

Третья группа (2%), у этой группы 9-я и 7-я шкалы были выше 70Т баллов, характеризовались тревожностью в сочетании с постоянной активностью и непродуманностью поступков. После конфликтных ситуаций эти лица легко сожалели о свершившемся факте и часто таким образом избегали наказания, но без определенных выводов. Для них было характерно выраженное чувство вины перед погибшими товарищами, прокручивание этих воспоминаний, высказывания сомнений в правильности своего поведения «тогда в Чечне на поле боя». Многие из этой группы опасались за свое психическое здоровье в будущем, спрашивали, могут ли они «сойти с ума» и составить раньше остальных. Но потом, быстро забыв о своих тревогах, заявляли о готовности совершить подвиги и отомстить за погибших.

Ведущей шкалой в большинстве этих групп является 9-я шкала, которая, по данным Ф.Б.Березина [16] с соавторами, принадлежит лицам, характеризующимся оптимистичностью, общительностью, способностью к высокой активности, непринужденностью в общении, охотно вступающим в контакты и при этом производящим впечатление людей приятных, веселых, отличающихся широкими интересами и энтузиазмом. Но при резко выраженных пиках профиля на 9-й шкале, как отмечают эти авторы, поведение может становиться неадаптивным в связи с чрезмерной и плохо направленной активностью, эмоциональным возбуждением, раздражительностью, обидчивостью и недостаточной сдержанностью. Деятельность в этих случаях может оказаться неэффективной либо в связи с тем, что она не доводится до конца из-за переключения внимания на другие объекты, либо в связи с тем, что преувеличение своих возможностей позволяет планировать ее на заведомо нереальные сроки.

По данным Л.Н. Собчик [193], такие изменения в психологическом профиле (какие выявлены выше) отражают состояние выраженного стресса, а противоречивое **сочетание высокой 9-й и 2-й шкал выявляет гиперкомпенсаторную задействованность разных защитных механизмов** и повышенную активность личности в поисках выхода из сложной ситуации, несмотря на растерянность, сниженный фон настроения и сужение зоны контактов. В то же время у этих лиц интересы, поведение и поступки могут быть непрогнозируемы и неуправляемы, а эгоцентризм и независимость крайне заострены.

Настораживает, что прошло около года после участия в вооруженном конфликте, а психологические изменения сохранялись, хотя и не доходят до степени психотических.

Обращает внимание еще то, что там, где имелись изменения в психологическом профиле, соматических могло и не быть, но там, где имелись соматические изменения, как правило, имелись и психологические изменения. То есть **психосоматические изменения**, по-видимому, **носят более глубокий патологический характер** и говорят о формировании посттравматического стрессового расстройства.

Н.В. Андреев [7], изучая психологические профили сотрудников ОМОН, выделил 5 групп: 1 группа – ведущие шкалы 9-я и 3-я; 2 – 9-я и 4-я; 3 – 9-я и 6-я; 4 – 9-я и 7-я; 5 – 1-я и 3-я и 1-я и 4-я.

Как отмечает Л.Н. Собчик [193], в ситуации стресса лица с ведущей 9-й шкалой в профиле проявляют избыточную, но не всегда целенаправленную активность, при этом могут подражать авторитетной для них лидирующей личности. Эти лица тяготеют к деятельности, где могут реализовать физическую и социальную активность, тягу к общению, доминированию, стремлению быть на виду. Эти данные позволяют нам сделать вывод, что в ситуации стресса и формировании посттравматического стрессового расстройства происходит как бы заострение ранее умеренного пика и **патологизация черт профиля**. Коррекция поведения этих людей в данном случае должна быть направлена на реализацию их физической и социальной активности. Следовательно, необходимо вести ее в направлении повышения уровня самоконтроля и самосознания, а также по пути направления спонтанной активности в социально полезное русло. Целесообразно этих лиц чаще использовать на учениях,

привлекать их к усиленным физическим тренировкам в целях снятия агрессии, к динамическим, подвижным, активным видам деятельности.

Изучение проблемы вьетнамских ветеранов показало, что одно из самых распространенных постстрессовых проявлений – **высокий уровень мышечного напряжения и связанные с ним болезненные явления: колики, спазмы, головные боли** [98]. Причем сам человек может этого не осознавать и длительное время находиться в таком состоянии и воспринимать его как «нормальное». Поэтому мы считаем, что основные принципы повышения психологической стрессоустойчивости и адаптации к экстремальным условиям и реадaptации после них должны быть направлены на снижение физических и психосоматических проявлений стресса в организме через поддержание внутреннего равновесия в целом путем применения различных видов релаксации (расслабления) организма.

Изменения в организме под воздействием сильного стресса (особенно, если стресс присутствует в течение длительного времени) снижают защитные силы, т.е. **при высоком уровне стресса развивается слабость иммунной системы**. Человек становится уязвим для целого ряда заболеваний – вирусных, онко-логических, аутоиммунных, не говоря уже о тех психосоматических болезнях, развитию которых способствует сам механизм воздействия стресса. Злоупотребление алкоголем, наркотиками, курение и бесконтрольный прием лекарственных веществ также способствуют ослаблению иммунной системы, нарушению психосоматического и психосоциального равновесия, когда человек становится очень агрессивным, конфликтным и может совершить преступления.

Проанализировав состояния сотрудников московских специальных подразделений ОВД и ВВ, участвовавших в боевых операциях в Чечне, мы условно разделили сотрудников с посттравматическими стрессовыми расстройствами на несколько категорий:

1. Компенсированные личности, которые нуждаются в легкой психологической поддержке на уровне дружеской и семейной. Эти сотрудники легко адаптируются к повседневным требованиям жизни и ведут себя незаметно.

2. Личности с декомпенсацией легкой степени, которые нуждаются как в дружеской психологической поддержке близ-

ких людей и окружения в коллективе, так и в профессиональном вмешательстве психолога и психотерапевта. Это сотрудники, у которых нарушено психофизическое равновесие в физической, мыслительной или эмоциональной сферах, и это действует в целом на их взаимоотношения с окружающими людьми. У данной категории лиц бросается в глаза чрезмерная эмоциональная возбудимость, конфликтность или другие проявления внутренней дисгармонии. Адаптация нарушена, но при определенных условиях восстанавливается без осложнений. Эти лица могут служить в ОВД и во ВВ, если позволяет возраст.

3. Личности с декомпенсацией средней степени, которые нуждаются во всех видах помощи, в том числе и в фармакологической (медикаментозной) коррекции состояния. У данной категории сотрудников психофизическое равновесие нарушено более заметно и грубо, имеются явные психические нарушения на уровне пограничных: постоянное чувство страха, выраженной тревоги или агрессивность в случаях, когда обстоятельства не являются жизненно важными, т.е. прослеживается заметная неадекватность реакций на жизненные ситуации. Поэтому названная категория сотрудников не должна допускаться на работу, связанную с хранением и ношением оружия, пока не пройдет комплекс реабилитационной терапии и не восстановит свое психофизическое равновесие. Физический статус этих лиц может быть нарушен легкими ранениями или контузиями. При восстановлении адаптации такие сотрудники могут продолжать службу на прежней работе или могут быть переведены на более спокойную работу по собственному желанию.

4. Личности с декомпенсацией психофизического состояния тяжелой степени, с выраженной дезадаптацией, требующей длительного лечения и восстановления. Эту категорию мы разделили еще на несколько:

а) с выраженными нарушениями психического состояния, нуждающиеся во вмешательстве психиатра;

б) с выраженными физическими травмами, инвалидизирующими их (ранения, связанные с потерей функций отдельных органов), сопровождающимися развитием в связи с этим комплекса неполноценности, депрессии, суицидальных мыслей и др.;

в) с выраженными психосоматическими нарушениями, имеющими сложный генез, связанными с получением тяжелых физических и психических травм, – нуждающиеся в помощи,

как психиатра, так и других специалистов (хирурга, невропатолога, косметолога и др.).

У всей этой категории лиц нарушена адаптация, значительная часть их нуждается в более длительных сроках восстановления, чем это предусмотрено ведомственными нормативными актами. Поэтому многие, не уложившись в отведенные сроки, вынуждены уходить в отставку, что еще более усложняет в наше сложное время социальных катаклизмов их адаптацию и реадaptацию вне системы МВД. Как и во все времена, сложная психологическая и психиатрическая симптоматика болезненных нарушений даже на грани пограничной патологии имеет окраску своего времени – сложных экономических и политических условий функционирования МВД и МО.

Мы хотим подчеркнуть высокую, зачастую не соответствующую значимости ситуации **агрессивность и озлобленность участвовавших в боевых действиях**. Это, можно сказать, симптоматика, ранее не включенная в синдромологию посттравматических стрессовых расстройств. Это не «раздражительность» и не «вспышки гнева», а именно высокая агрессивность со стремлением к разрушительным действиям, имеющая зачастую печальные последствия для обеих сторон.

Наблюдение 1. Чудовищное преступление произошло в ночь с 15 на 16 октября 1995 года в поселке Славянка, края, где дислоцировался полк, выведенный из Чечни. Сержант этого подразделения Н. вечером решил навестить свою знакомую, которая жила неподалеку вместе с трехлетней дочкой. У знакомой в гостях оказались двое мужчин, с которыми Н. решил сразу выяснить отношения. В результате – четыре трупа: знакомая, ее дочка и двое гостей. Вызванная соседями милиция без труда задержала сержанта. Сержант признан вменяемым, против него возбуждено уголовное дело. По мнению командира и работников МВД, это кровавое преступление – **результат, как они выразились, «чеченского синдрома»**.

В госпитале им. Вишневого в Москве лечились десятки «чеченцев». Кто год, кто полтора, а кто почти два. Вот несколько кратких выписок из их историй болезней.

1. «Саша Г., 24 года, офицер внутренних войск МВД, напоролся на засаду в Грозном. Тяжелое минно-взрывное ранение, ампутация обеих ног, лишь через несколько месяцев, после усиленного лечения, удалось восстановить зрение и слух».

2. «Сергея Д., 21 год, офицер милицейского подразделения РУОП, тяжелое минно-взрывное ранение. Ампутация правого глазного яблока. Левый глаз видит на 80% и очень устает от напряжения».

3. «Александр К., 20 лет, сержант ВВ МВД, огнестрельное ранение левой кисти, ампутирована левая нога».

4. «Алексей Д., 20 лет, рядовой МО, тяжелое ранение правого виска. Ампутация правого глаза».

Об этих бойцах писала пресса [124]. Их родителям и близким приходится плакать по живым, а сами раненые все переносят тяжелые депрессии.

Наблюдение 2. История болезни еще одного офицера, которого арестовали в госпитале им. Бурденко. Бывший начальник разведки, заместитель начальника штаба одного из военных корпусов, З. отличился при захвате федеральными силами г. Грозного и заслужил высшие оценки точным сбором разведанных для поддержки операции. Значительную часть службы провел на Кавказе, в самое горячее время был в Баку, потом в Грузии участвовал в ликвидации военных баз Мхедриони, был ранен. После возвращения из Чечни в мирном Волгограде он приступил к сбору разведанных о чеченской диаспоре и ее агентуре, объясняя это угрозой кровной мести и слухами о том, что чеченцы «приговорили» весь корпус. В сентябре 1995 года попал в госпиталь им. Бурденко в Москве для шунтирования сосудов сердца. Но через десять дней, после проведенной успешно операции на сердце, был арестован. Следствие придерживается следующей версии. Когда он лежал в госпитале, зять одного из известных генералов спросил разведчика, не может ли он помочь одному знакомому, на которого «наезжают». Найдя такого человека, З. передал ему деньги и другую информацию от «обиженного», а позже и пистолет, зарегистрированный **на свое имя** (З.). Но как выяснилось позже, кодекс чести киллера оказался весьма растяжим. Прокутив полученные деньги и установив, что его будущая жертва – весьма состоятельный человек, киллер предложил ему выкуп за себя и продолжать жить дальше. При передаче денег киллер был задержан с поличным. Такова история глазами следствия.

Сам офицер, признавая внешнюю канву событий, дает свое объяснение случившемуся событию. По его версии, история о заказном убийстве – это еще и история человека, психика кото-

рого оказалась сломана армейской службой и абсурдной чеченской войной. Любому, даже неопытному юнцу в данном деле понятно: действия З. были с самого начала самоубийственны и при любом повороте дел его должны были разоблачить и арестовать. Можно ли в здравом уме отдавать пистолет, номер которого зарегистрирован и вписан в удостоверение личности кому бы то ни было?! Что толкнуло боевого офицера на такой шаг?! Вот что на одном из допросов говорит сам З.: «...видел, как одни изнывают от изобилия, а другие должны тянуть полунищенское существование. Страна, разделившая общество на родных детей и пасынков, уготовила последним роль своих защитников. Это сильно сказалось на моем психическом состоянии, толкнуло на необдуманный гнусный поступок. К сожалению, я это понял поздно, но я понял, в какую пакость я влез и какие могут быть последствия. Больше всего меня беспокоило то, что я участвую в грязном деле, совершенно не зная, что за человек пострадает. Угнетало то, что это может быть высокопорядочный человек. Я не мог понять те мотивы, которые толкнули меня на это. Ведь даже в период боевых действий я в противника стрелял лишь тогда, когда другими способами нейтрализовать его не удавалось. Лучше бы я умер на операционном столе».

Дело суда – решить, что в этих объяснениях лукавство, а что издержки типичной нынешней социальной психологии, когда незнакомый бизнесмен оказался чуть ли не классовым врагом, а заказчик его убийства – другом, человеком, заслуживающим сочувствия и соучастия. На наш взгляд, здесь, наряду с типичными в настоящее время психологически понятными рассуждениями, налицо симптомы посттравматического стрессового расстройства. Видно, что начальник разведки продолжал воевать и в мирной жизни, он не мог адаптироваться к ней, он не лукавил, когда говорил, что его «... психика сломана армейской службой и абсурдной чеченской войной». Его абсурдный поступок с пистолетом – еще одно доказательство присутствия выраженного *психического компонента адаптационного синдрома*, который проявляется на грани нормы и патологии. Изменения со стороны сердца, которые требовали операции шунтирования в таком возрасте (45 лет), говорят о повышенных стрессовых нагрузках, которые постоянно испытывал начальник разведки. Это *соматический компонент адаптационного син-*

дрома. А вместе – *психосоматическая реакция организма*, который прошел все стадии стресса и у которого сформировалось посттравматическое стрессовое расстройство. Налицо один из основных признаков этого расстройства – нарушение социально-психологической адаптации.

Пограничные изменения в психике и поведении человека не всегда заметны даже для психиатра, о них зачастую можно говорить и анализировать постфактум. В настоящее время уже необходимо определяться, кто должен заниматься в системе государства социальной реабилитацией и проблемами повышения стрессоустойчивости сотрудников МВД, ушедших в отставку по инвалидности и оставшихся служить дальше после длительного функционирования в экстремальных условиях.

В США существует государственная программа психотерапевтической помощи ветеранам вьетнамской войны. Она носит название «Программа содействия социальной адаптации» [98]. Однако опыт работы по ее реализации показал, что правильные действия требуют нарушения искусственных границ, которые были поставлены в программе: болезненные явления, порожденные экстремальной ситуацией, следует лечить нестандартными методами, выйдя за пределы искусственной схемы «социальной адаптации». У человека, длительное время находившегося в экстремальных условиях, усваиваются непривычный для обычных людей образ мыслей и манера поведения. В результате и в психике человека происходят глубокие изменения. Травмирующие обстоятельства по природе своей таковы, что от их воздействия не удастся уберечься никому. Например, людей, проявляющих в быту крайнюю осторожность и осмотрительность, называют параноиками, но если смотреть на их поведение, помня о «минах-ловушках», которые появились и в нашей современной жизни, то граница между «разумными» и «неразумными» опасениями воспринимается неоднозначно. Для человека, побывавшего на войне и видевшего, как на этих минах-ловушках погибали ежедневно его товарищи, естественно и в обычной жизни проявлять повышенную бдительность, порой приводящую многих в недоумение. То, что с одной точки зрения кажется неразумным страхом, с другой – представляется обоснованной осторожностью.

Б. Колодзин [98] предлагает при составлении программ социально-психологической реабилитации и реадaptации лиц,

прослуживших длительное время в экстремальных условиях, считать, что для истинного выздоровления вовсе не требуется перечеркнуть часть своей жизни ради соответствия чьим-то меркам, а нужно всего лишь научиться расслабляться естественными путями и, внося изменения в свою жизнь, действовать не вопреки своей индивидуальности, а в союзе с ней.

Автор считает, что, если истинная причина отклонений в поведении лиц с ПТСР связана с прошлыми переживаниями и в основе нездоровых поступков лежит подсознательная потребность заглушить душевную боль, такой рефлекс подавления не помогает, а загоняет неприятные чувства вглубь и это постоянно сопровождается эмоциональным напряжением и напряжением мышц тела.

Выявлено, что, если человек постепенно привыкает подавлять в себе отрицательные чувства (гнев, ненависть, ревность, подозрительность), он одновременно теряет способность испытывать положительные эмоции (любовь, доброту, дружелюбие, доверие). Последний факт может отрицательно сказаться на желании человека полноценно жить и стремиться к лучшей участи [98].

Поэтому нельзя просто предлагать людям забыть прошлое, так как воспоминания обычно связаны не только с тяжелыми, травмирующими событиями, но и с такими, в которых укреплялись силы, мужество, уверенность в себе, побеждался страх, закалялся характер.

Однако уже сейчас в нашей практике множество примеров нарушенной реадaptации личного состава ОВД и ВВ после войны в Чечне.

Наблюдение 3. Четверо бойцов ОМОН имели награды за Чечню: один – медаль «За отвагу», другой – «За заслуги перед Отечеством». Один из них на руках, с риском для жизни, вынес девочку-чеченку из огня, другой – грудью прикрыл одного из руководителей российского масштаба от осколков. В общем, там они стали героями. Но, вернувшись домой на службу, они совершили преступление. Объединившись, все четверо использовали свои служебные удостоверения, служебный транспорт, форменную одежду для грабежа. По принципу «грабь награбленное»; они не боялись, что жертвы их выдадут, выбирали таких «клиентов», которые сами боялись «засветиться». Выступая в суде, один из милиционеров сказал: «Мы бедных не трогали,

мы брали только тех, у кого карманы «лопались» от валюты. Мы знали, что все это нажито нечестным, нетрудовым путем. Так что наша совесть в какой-то мере чиста».

Областной суд приговорил двоих организаторов группы к 10 годам лишения свободы с конфискацией имущества, одного – к 5 годам и одного – к 4 годам лишения свободы. Командир ОМОН считает приговор слишком жестким: «Первым двум можно было по два года дать, а вторых вообще отпустить... Чечня ребят поломала».

Прав ли командир, который сам провел в Чечне целый год, был ранен и дважды контужен, тоже имеет награды, – трудно сказать, но то, что у этих ребят в Чечне сформировался определенный стереотип поведения, который они не смогли направить в другое, более достойное, благородное русло, не вызывает сомнения. Тот стереотип поведения с элементом агрессивности, который сложился у них в Чечне, закрепился еще и потому, что тогда принес им успех и в какой-то степени признание – их наградили. Там они действовали в команде, здесь они тоже организовали группу и действовали как бы против общего врага, наживающегося «нечестным путем». Там один из бойцов спас девочку-чеченку, беспомощную вытащил из огня, а тут они говорили: «Мы бедных не трогали...» Там у них врагами были воины-чеченцы, здесь они выбрали «новых русских». А тот немаловажный факт, что у одного из бойцов, который осужден на 10 лет, семья состояла из одиннадцати человек, тоже заслуживает внимания.

При проведении учебных занятий с сотрудниками ОМОН им были приведены вышеописанные примеры, на которые рядовые бойцы ОМОН, воевавшие в Чечне, отреагировали почти все однозначно: им всем – «защитникам Родины» – одинаково обидно и больно получать «такие гроши» и «смотреть, как другие безнаказанно грабят людей и смеются над нами». Это, конечно, эмоциональная реакция, но тем не менее для того, чтобы она не закрепились в подсознании сотрудника, необходимо снимать эти реакции.

Право ли государство, которое определило милиции такую зарплату, да и не очень регулярно выплачиваемую? Если учесть, что за 1996 год работниками МВД изъято в доход государства 877 млрд. рублей, валюты – 4,6 млн. долларов, 477 кг золота, 45 кг платины, ценных бумаг на 126 млн. рублей.

Таковы социально-психологические условия реадaptации бойцов чеченской войны.

В настоящее время психиатры относят к последствиям участия в военных событиях личного состава МВД и МО нарушение адаптации к мирным условиям жизни. Вот почему многие после отставки выбирают себе профессии, связанные с риском: в лучшем случае – охрану, в худшем – рэкет и другие виды противоправного поведения.

Длительное напряжение может способствовать более интенсивному проявлению агрессивного рефлекса. Оглядываясь назад, на вьетнамско-афганский опыт, можно сказать, что люди, не сумевшие достичь психофизического равновесия, попадали часто в места лишения свободы именно из-за выраженной агрессивности. Учитывая опыт их реадaptации, настоящей истинной адаптацией сотрудника следует считать такую, когда он научен отдавать должное всему, что узнал на своем жизненном пути, и умеет пользоваться этими знаниями; сохраняя информацию о своем прошлом, может правильно связать его с настоящим и с будущим.

Психофизическое равновесие – это способность человека функционировать в определенном диапазоне, наиболее благоприятном для него самого и окружающих. Оно поддерживается в организме гомеостатической системой, физиологические механизмы которой предназначены для поддержания функций организма в определенном биохимическом балансе, начиная с клеточного уровня.

Для того чтобы подразделения ОВД и ВВ функционировали в определенном режиме, им необходимо также и **социальное равновесие**, механизм которого поддерживается сложным взаимодействием мотиваций сотрудника, социальных условий его деятельности (зачастую они могут быть экстремальными) и, безусловно, нормами права, гарантирующими социальную защиту.

Научить человека быть в равновесии – означает научить его занимать такую позицию, чтобы нелегко было «сбить его с ног», несмотря на все жизненные трудности. Издревле известно: чтобы сохранить душевное равновесие, человеку нужно обрести духовно-психологические и нравственные устои, чтобы превозмочь все невзгоды, нужны дополнительные знания и средства. Человек должен был понять то главное, что определяет не

только его личную судьбу, но и судьбу его народа, природы, космоса – высшие законы бытия. Его знание давало мудрость и силу, диктовало определенные духовные и этические нормы человеческих отношений. Сейчас задачи психологов, юристов, психотерапевтов, которые должны будут заняться проблемами реадaptации участников чеченской войны, – помочь сотрудникам сохранить или найти эти устои.

В наблюдениях из жизни нижегородского ОМОН и начальника разведки видно, что эти люди нуждаются в психолого-психотерапевтической помощи. Этим бойцам, вернувшимся с войны, необходимо было разобраться и понять, что они, пережившие страх смерти, не должны предавать в мирных условиях «честь мундира». Преступление, совершенное ими, – это преступление людей, кто по совести и долгу должен соблюдать законы и оберегать людей от беды и несправедливости, потому, видимо, решение правосудия так сурово.

Войны, крупные катастрофы, стихийные бедствия, имея пролонгированный характер воздействия, меняют образ жизни людей, их характер. Тип этих изменений раскрывают исследования ветеранов разных войн: в Ливане, во Вьетнаме, в Персидском заливе, в Афганистане.

Для всех ветеранов с посттравматическими нарушениями стало характерным отчуждение от общества, в которое они вернулись, которое им казалось сильно изменившимся и незнакомым. Для них реальным жизненным миром продолжал быть мир военных действий. Они заново продумывали свои боевые операции, порицали себя за неверные, по их мнению, решения и действия. Попытки поговорить с окружающими о своих успехах и ошибках не встречали понимания. В сновидениях бывших воинов постоянно возникали картины боев, они видели убитых и раненых [98].

Иными словами, в сознании ветеранов жили два мира со своими особыми законами, и более живым у некоторых из них оказывался мир войны, препятствующий полноценной адаптации к социальным условиям.

Для преодоления этих состояний и негативных позиций ветеранов просили оказать поддержку своим соратникам – писать им письма, давать советы, контролировать процесс адаптации. В результате сами «консультанты» начинали более активно решать свои жизненные проблемы, развивалось их самосознание,

менялись мировоззренческие установки. Помощь другим оказывалась самопомощью [98, 273, 274, 278, 284, 279].

Ю.А. Алесандровский [7], анализируя механизмы психической дезадаптации при пограничных психических расстройствах, пришел к выводу, что психическая адаптация человека **есть результат взаимодействия подсистем целостной самоуправляемой системы организма**. И возникновение состояния психической дезадаптации происходит при нарушении функциональных возможностей всей адаптационной системы в целом, а не отдельных подсистем. Наши наблюдения тоже подтверждают эти выводы.

Резюмируя вышеприведенные литературные данные, сведения, полученные по контингенту ОМОН ГУВД г. Москвы, и клинико-поведенческие параметры наблюдений, можно подтвердить, что одним из основных клинико-психологических проявлений посттравматического стрессового расстройства является **нарушение психосоциальной адаптации как результат нарушения равновесия на всех уровнях целостной системы организма**:

а) нейро-гуморальном; б) соматическом; в) психосоматическом, патопсихологическом – в результате длительного (хронического) воздействия стрессогенных факторов (длительная изоляция в армии и СИЗО и условия длительных боевых действий в Чечне).

Названные уровни формирования могут послужить, соответственно, и для выявления и диагностики ПТСР. На этом построена концептуальная основа подготовки личного состава МВД к функционированию в экстремальных условиях и обоснованы пути повышения стрессоустойчивости (табл. 7).

Нейро-гуморальный уровень соответствует первой фазе стресса (фазе тревоги, фрустрации, мобилизации внутренних ресурсов организма), обусловленной мощным выбросом адреналина в кровь. В поведенческом плане этот уровень нарушения может проявляться резкой активностью, подвижностью, энергетическим подъемом; у некоторых людей – суетливостью, неоправданной возбужденностью, невозможностью на чем-то сосредоточиться или выраженной тревогой и паническим страхом. В это время можно обнаружить изменения в крови (лимфопения, эозинопения, полиморфно-ядерный лейкоцитоз, высокий уровень липоидов, холестерина и сахара, согласно исследованиям

Г. Селье и его последователей) и психологических тестах. 62% сотрудников имели выраженный уровень тревоги перед отправлением в Чечню (табл. 3). Об этом же говорят выраженность клинико-поведенческих показателей военнослужащих и подследственных в условиях изоляции в первом периоде пребывания (рост ауто- и гетероагрессий, дезертирств, психосоматических отклонений и др. (табл. 1, 2), эти изменения могут происходить в доэкстремальном и экстремальном этапах подготовки (табл. 7).

Соматический уровень соответствует фазе адаптации и может протекать незаметно, как бы скрыто, патологии внутренних органов формируются, об этом говорит увеличение количества соматических нарушений на третьем периоде пребывания в условиях изоляции. Это подтверждают данные динамики признаков дезадаптации: количество соматических отклонений высоко в начале и в конце пребывания в изоляции (табл. 1, 2, Глава 3). Человек, казалось бы, привыкает к условиям экстремальности и внешне может себя ничем не проявлять: может активно выполнять свои служебные обязанности, продвигаться вверх по служебной лестнице, быть социально активным. Но равновесие в организме удерживается с трудом и через некоторое время, если действие стрессогенных факторов будет продолжаться, наступает истощение адаптационной энергии, дефицит компенсаторных возможностей личности. Опять возникает тревога, но уже на более ослабленном фоне, качественно на другом уровне. То есть начинаются прорывы в органах и системах, болезни. Начинаются сначала они там, где имеются генетические дефекты или просто в силу длительного или повторно действия стрессогенных факторов.

Патопсихологический поведенческий уровень нарушения равновесия наиболее ярко и заметно проявляется в фазе истощения нарушенными формами адаптации, формированием асоциальных форм поведения, противоречащих понятиям о профессиональной чести и долге сотрудников, резко заметной физической активностью, гневливостью и злобностью. Агрессивность поведения может быть направлена на окружающих, иногда совершенно, на первый взгляд, немотивированно (активно-оборонительный тип поведения), неадекватно узко – «тип тоннельного видения проблемы». Это подтверждается немотивированной агрессией военнослужащих, у которых демобили-

зация «была на носу». Агрессия может быть направлена на себя (суицидальное поведение) и выражаться в глубокой депрессии. Самоуничтожающая стратегия поведения (патологическая форма самозащиты) может выражаться депрессией, пьянством, употреблением наркотиков, выбором рискованных и опасных способов зарабатывания денег (что подтверждается поведением бойцов ОМОН и военнослужащих после Чечни). Обо всем этом свидетельствуют и участвовавшие самоубийства военнослужащих и дезертирства солдат – результат воздействия стрессогенных факторов длительной изоляции (табл. 4. Глава 3). В случаях, когда имелась скрытая генетическая предрасположенность, поведение может выйти за рамки нормы. Все эти изменения в поведении происходят на пограничном уровне, когда при простом общении в форме беседы их трудно квалифицировать как патологию даже психиатру.

Психопатологические проявления стресса достаточно много анализируются в литературе [42, 71, 114, 144, 174, 179, 180, 200, 221, 227, 280], но их недостаток в том, что они игнорировали патогенетические механизмы развития стресса, хорошо изученные Г. Селье и его последователями.

Анализ поведенческого уровня показывает, что **недостаточность в настоящее время системы социальной реабилитации, унифицированных методов психологической, правовой и социальной защиты личного состава МВД, длительно служившего в экстремальных условиях, способствует выработке и закреплению собственных защитных стереотипов поведения** (как показано в приведенных историях жизни и болезни), порой носящих явно не правопослушный характер. Развитию механизмов такого поведения способствует, в свою очередь, нарушение адаптационных процессов в организме на всех уровнях. Эти формы психической дезадаптации нуждаются в активном вмешательстве извне, соответствуют экстремальному и постэкстремальному этапам подготовки (табл. 7).

Таблица 7

Концептуальные механизмы развития стресса и адаптации и общие направления реабилитации в экстремальных условиях функционирования

Уровни воздействия стресса на организм человека	Стадии развития стресса по Г. Селье	Поведенческие формы приспособления (адаптации) сотрудников	Общие направления реабилитации и реадaptации (восстановления равновесия)
1. Нейро-уморальный (изменение уровня гормонов в моче, крови, изменения в крови)	Стадия тревоги	Резкая активность поведения или растерянность, тревога и депрессия	Социально-психологическая и правовая защита
2. Соматический (болезни внутренних органов)	Стадия адаптации	Приспособление к стрессу, снижение активности, относительно спокойное, адекватное поведение	Духовно-психологические
3. Психосоматический, патопсихологический (множественные поражения органов и систем)	Стадия истощения	Возобновление активности в виде дезадаптивных форм поведения (немотивированная злоба, агрессия, самоуничтожающий тип поведения), выраженные психические расстройства	Психокоррекционно-терапевтические, медицинские, саморегулятивные

Обобщение полученных данных позволило разработать примерные схематические патогенетические механизмы развития посттравматического стрессового расстройства, представляя которые, психолог или психотерапевт могут воздействовать на эти уровни уже не только симптоматически, но и направленно психопрофилактически доступными им приемами и методами.

При применении данной концепции в клинических условиях вполне возможна точная диагностика (увеличение в крови свободных жирных кислот, триглицеридов, холестерина, адреналина, увеличение мышечного напряжения, снижение иммунного потенциала и др.) и патогенетическое лечение.

ГЛАВА IV МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ КОНЦЕПЦИИ ПСИХОПРОФИЛАКТИКИ И ОБЕСПЕЧЕНИЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

Восстановление и поддержание психофизического равновесия в организме на всех уровнях, способствующее социальной адаптивности поведения, и есть восстановление стрессоустойчивости. Оно подчиняется сложным физиологическим, духовно-психологическим и социально-психологическим процессам, воздействующим на человека на мотивационно-сознательном уровне. Поддерживать это равновесие сил на всех уровнях самостоятельно очень сложно или невозможно, для этого нужны специальные методы психотерапии, психокоррекции, самосовершенствования.

1. Социально-психологические и правовые механизмы устранения профессиональных факторов риска психических расстройств

Системный кризис в стране привел к резкому падению социальной защищенности, уровня и качества жизни россиян. В этой связи проблема социально-психологической и правовой защиты сотрудников ОВД и военнослужащих ВВ приобретает чрезвычайное государственное значение. Длительное функционирование в условиях экстремальности фактически ограничивает права и свободы сотрудников МВД, поэтому они нуждаются в конкретных мерах, направленных на их компенсацию в виде льгот, привилегий и социальных гарантий. И как бы ни менялась общественно-политическая система в стране, особое место сотрудников ОВД и военнослужащих ВВ в обществе, определенное значимостью службы, оставалось бы высоким и престижным благодаря социально-правовым гарантиям и признанию его государством.

Основные социальные гарантии, правовые льготы, компенсации для сотрудников органов внутренних дел определены Конституцией Российской Федерации, Законом РСФСР «О милиции», УК РФ, КоАП РСФСР и другими законами, Положением о службе, рядом указов Президента, постановлениями правительства, приказами МВД России и рядом дополнительных региональных льгот, устанавливаемых законодательными и исполнительными органами власти субъектов Российской Федерации и местного самоуправления. Провозглашенные этими актами социальные права оказались недостаточными для обеспечения достойного статуса материального положения сотрудников в переживающем глубокий экономический и политический кризис обществе.

Р.У Концелидзе [101–103] считает, что правовая защищенность – это состояние гарантированности правового статуса,

которое имеет место после создания и закрепления гарантий защиты в правовых нормах до их применения, а также состояние, которое наступает после применения юрисдикционным органом установленной гарантии по конкретному делу и издания по нему акта применения права. Правовая защищенность – это наличие действующих гарантий, а правовая защита, кроме гарантированности, включает в себя еще и деятельность по установлению или применению этих гарантий. Иными словами, правовая защищенность личности является составной частью процесса ее правовой защиты.

Автор, рассматривая правовую защиту как процесс, имеющий начало и конец, приходит к выводу, что образуется следующая цикличность его развития:

нормотворческая деятельность уполномоченных органов по изданию норм права, в которых закрепляются гарантии защиты правового статуса личности, устанавливаются полномочия субъектов правоотношений, порядок осуществления защиты прав, а также ответственности в случае их нарушения (**первый этап правовой защиты**);

действие правовой нормы в отношении абстрактного субъекта правовой защиты, в результате чего данные общественные отношения оказываются в состоянии абстрактной правовой защищенности (**второй этап правовой защиты**);

правоприменительная деятельность государственных органов по реализации правовых гарантий, а также принятию индивидуальных правоприменительных актов, т.е. наступление реальной правовой защищенности (**третий этап правовой защиты**).

Правовая защита сотрудников милиции в зависимости от органов, осуществляющих защиту, может реализовываться в четырех формах: правотворческой, судебной, административной и общественной.

Уровень правовой и социальной защищенности сотрудников милиции прямо влияет на эффективность правоохранительной деятельности в различных направлениях:

от него зависит, в частности, степень реализации одной из основных внутренних функций государства по охране правопорядка, прав и свобод граждан;

он служит необходимым условием, элементом и объективной предпосылкой для практического решения оперативно-служебных, кадровых и иных задач личного состава МВД;

недостаточный уровень защищенности сотрудников милиции приводит к их пассивности и нерешительности в деятельности по выполнению возложенных на них функций, к резкому снижению их стрессоустойчивости. В результате этого действия правоохранительных органов теряют наступательный характер, а это не только наносит вред авторитету государства, но и нередко является условием превращения самих сотрудников в объекты посягательства со стороны преступников.

Высокий уровень гибели сотрудников ОВД и военнослужащих ВВ, случаи самоубийства в последние годы, получение телесных повреждений объясняются не одной причиной – слабой правовой защищенностью, об этом говорилось и в предыдущих главах. В целом можно условно выделить целый ряд факторов риска развития психической дезадаптации, которые действуют во взаимосвязи.

Социальные, обусловленные кризисными явлениями в социально-экономической (прогрессирующее снижение материального положения), политической, духовно-нравственной и иных сферах жизнедеятельности общества. Их можно определить как опосредованные, поскольку они преломляются через мотивационную сферу сознания сотрудников и оказывают влияние на их поведенческие реакции и стрессоустойчивость.

Психологические: отсутствие целенаправленной подготовки, методической базы, соответствующих специалистов. Отсюда низкая психологическая стрессоустойчивость, незнание приемов психологической самозащиты, переход к саморазрушающим приемам защиты.

Профессиональные: непосредственные причины, обусловленные качеством профессиональной подготовки. И в первую очередь – качеством боевой, огневой – в целом технико-специальной подготовки; несовершенством и нехваткой вооружения, средств активной обороны и индивидуальной защиты; наличием других несовершенных гарантий личной безопасности, которые в экстремальных ситуациях вызывают развитие высокой степени тревоги и страха и снижение стрессоустойчивости; недостатками в организации несения службы, низким уровнем дисциплины и др.

Правовые: неэффективным функционированием механизма реализации установленных гарантий правовой защиты.

Анализ человеческих потерь ВВ МВД в чеченской войне показал:

1. Поражения (как у убитых, так и у раненых) в области, защищенные средствами индивидуальной защиты (голова, грудь, живот), составили в целом 37% от боевых потерь. Определяющим фактором влияния на их величину явились две причины: 1) отсутствие или неиспользование средств индивидуальной защиты; 2) массовое использование противником значительного количества снайперов (снайперская война). Это подтверждается высоким процентом (34%) у погибших поражений в области головы.

2. Большое количество человеческих потерь, отнесенных к разряду небоевых. По статистике, каждый третий раненый получил ранения или травму в результате личной неосторожности, небрежного обращения с оружием и боеприпасами или по другим причинам, не связанным с непосредственным участием в боевых действиях. Эта проблема связана со слабой подготовкой и обучением личного состава, низким состоянием воинской дисциплины и недостаточной требовательностью командиров и начальников к соблюдению уставных требований и мерам безопасности при обращении с оружием.

3. Значительное количество потерь, связанных с санитарно-бытовыми недостатками: обустройства, а также организации хозяйственных работ, отчего напрямую зависел уровень заболеваемости личного состава, особенно инфекционными болезнями, – до 40% всех потерь (вирусный гепатит А). Эпидемиологическая обстановка осложнялась отсутствием коллективных средств очистки воды, холодильного оборудования полевого типа, табельных средств для приготовления и раздачи кипятка, для мытья посуды в полевых условиях.

4. Существенное влияние на уровень заболеваемости оказало поступление в войска большого количества призывников с пониженным питанием и недостаточной массой тела. В 1995 году в войсках выявлено 15 189 военнослужащих с дефицитом массы тела. Основная причина – недоведение положенных норм питания до личного состава из-за недофинансирования войск. Во многом уровень заболеваемости зависит от того, как солдат накормлен, обут, одет.

Названные и иные непосредственные причины гибели и ранений личного состава МВД зависят от уровня правовой и социально-психологической защищенности.

Социальная защищенность находится в органическом единстве с государственно-правовой трактовкой социальной политики, которая, основываясь на закрепленных в правовых нормах гарантиях социальной защиты, призвана обеспечить реализацию одного из основных принципов правового государства – социальную справедливость. Основное назначение социальных прав заключается в том, что они должны обеспечивать удовлетворение социальных, жизненных потребностей общества.

Социальная защита сотрудников ОВД и военнослужащих ВВ осуществляется закрепленными в нормах права правовыми гарантиями защиты социальных прав. Следовательно, социальная защита сотрудников является одним из направлений их правовой защиты.

Закрепленные в законе гарантии социальной защиты личного состава системы МВД призваны компенсировать как тяжелые условия труда их профессии, так и установленные законом правоограничения, создавая общий баланс прав и обязанностей по сравнению с другими категориями рабочих и служащих [102].

В кодексе чести сотрудников полиции США сказано следующее: «Сотрудник полиции действует как официальный представитель государственной власти, которому вменяется в обязанность и доверяется работать в рамках закона. Полномочия и обязанности возложены на сотрудника законом...»

В ст. 1 Закона РСФСР «О милиции» сказано: «Милиция в РСФСР – система государственных органов исполнительной власти, призванных защищать жизнь, здоровье, права и свободы граждан, собственность, интересы общества и государства от преступных и иных противоправных посягательств и наделенных правом принуждения».

В настоящее время у нас сотрудники ОВД не чувствуют себя в правовом и социально-психологическом плане защищенными от унижающего их честь и достоинство положения, когда они защищают «права и свободы граждан... интересы общества и государства», а их самих защитить некому; когда они возвращают в казну государства сотни миллионов долларов, а сами получают нищенские оклады. Эта безнадежность способствует повышенной стрессогенности многих жизненных ситуаций, с

которыми сталкиваются сотрудники. Накопление таких жизненных моментов, с одной стороны, и постоянное участие в стрессогенных ситуациях, с другой, способствует формированию у них посттравматического стрессового расстройства и их инвалидизации. Например, сотрудник милиции, обнаруживший оружие у преступника, должен еще доказать, что это действительно так, иначе преступник может сказать в суде, что оружие (или наркотики) ему подложили.

Сотруднику ФБР в США в суде верят как непререкаемому авторитету, представителю государственной власти, чье слово не подвергается сомнению. У сотрудников милиции на сбор этих доказательств уходят не только время и физические силы, но и психологически сотрудник не чувствует себя лицом, охраняющим закон.

Случаи, когда сотруднику милиции пришлось применить оружие по независящим от него обстоятельствам, являются для него настолько стрессогенными, что многие нуждаются в массивной психокоррекции состояния, пока доказывается законность его действий.

В нашей стране сейчас вообще не учитываются возможности развития у сотрудников, применяющих оружие по долгу службы, острых посттравматических расстройств не только после и при функционировании в экстремальных условиях, но и после конфликтов и других психотравмирующих ситуаций, развивающихся на службе.

Наблюдение 1. Сотрудник ОМОН, К., 26 лет, стаж работы в ОВД 3 года, участвуя в специальной операции по задержанию преступников, заметил, что один из преследуемых достал внезапно пистолет и направил его на напарника, но К. опередил его и ранил смертельно. Пистолет противника оказался газовым. Против сотрудника было возбуждено уголовное дело, которое длилось около года. Его больше всего угнетало то, что у него не было средств на адвоката, официально его интересы не были защищены. Во время следствия К. был очень подавлен, а после признания судом его действий правомерными покончил жизнь самоубийством. Служивцы характеризовали К. в обычной жизни не склонным к депрессивным реакциям, открытым, жизнерадостным человеком, который всегда шел навстречу сотрудникам, всегда помогал и выручал из трудных ситуаций. Такого трагического конца никто из сослуживцев и домашних не ожи-

дал, все считали несколько подавленное состояние К. ситуационно обусловленным и временным. Со слов домашних, все ждали его на работе, относились с достаточным пониманием и сочувствием, ни в чем его никто не обвинил.

Дюркгейм в своей книге «Самоубийство» показал, что **процент самоубийств определяется степенью интеграции социальных структур: семья, место работы, церковь, политическая партия, государство или ведомство. Определяя причины самоубийств, он делает акцент на античеловеческой структуре общества, которая требует от человека цели, стоящей выше возможностей его психологической конституции.** Можно добавить применительно к нашим социальным условиям – и не обеспечивает условий для достижения этой цели.

Психологические исследования западных авторов устремлены на поиски частных причин социально-психологических проявлений стресса и находят эти причины в несовершенстве человеческой личности. Стремясь к удовлетворению своих биологических и социальных потребностей, человек не успевает адаптироваться к слишком быстро развивающимся социальным изменениям, что становится основанием для болезней стресса. Личный состав МВД, кроме этого, еще обязан нести ответственность в экстремальных условиях за жизнь и благополучие населения. Многие видят пути исправления этой ситуации в улучшении условий службы, здравоохранения и гуманизации общества.

В.М. Шамаров [234] считает, что актуальность правовой и социальной защиты сотрудников МВД в настоящий период обусловливается необходимостью:

а) социального обустройства сотрудников и членов их семей, чтобы во время несения службы мысли личного состава не были заняты бытовыми проблемами;

б) предупреждения среди сотрудников случаев служебного предательства, стяжательства, крохоборства, совершения правонарушений;

в) создания стабильного профессионального ядра сотрудников и сокращения текучести кадров;

г) формирования у сотрудников твердой уверенности в том, что законное использование ими своих властных полномочий во время оперативной, оперативно-розыскной и следственной

деятельности получит полную поддержку и правовую защиту руководства горрайоргана при необоснованных уголовных преследованиях, жалобах граждан, клевете в средствах массовой информации.

При выработке мер правовой и социальной защищенности военнослужащих французские специалисты исходят из того, что всестороннее обеспечение прав солдат и офицеров имеет большое значение для укрепления воинской дисциплины, улучшения морально-психологического состояния личного состава, а значит, и повышения стрессоустойчивости и боеспособности.

Социальная защищенность военнослужащих – понятие комплексное. Французские военные эксперты включают в него две главные стороны: политико-правовую и материальную. Основная трудность состоит в том, что предоставление прав военнослужащим как полноправным и инициативным членам общества не должно нарушать порядок и организованность в вооруженных силах, ослаблять дисциплину и ответственность каждого, кто вступил в их ряды [66].

Одним из критериев стрессогенности работы полицейских является увеличение количества суицидов среди полицейских. В 80-х годах число самоубийств во французской полиции стабильно держалось на уровне 35 случаев в год, на том же уровне, что и среди мужского населения Франции вообще. Однако в 90-х годах число суицидов достигло уровня 59 случаев в год, в 1995 году – 60 случаев, а в 1996 году в течение первых трех месяцев покончили жизнь самоубийством 23 полицейских, т.е. одно самоубийство происходило каждые четыре дня. Полицейские и их профсоюзные лидеры говорят, что чаще всего причиной является большое количество переживаемых стрессов, с которыми они не могли справиться. Самая большая проблема состоит в том, что полицейские во Франции не пользуются уважением ни правительства, ни простых граждан (полицейских часто забрасывают камнями, когда они несут патрульно-постовую службу вдали от здания полицейского участка). Многие полицейские испытывают большие финансовые затруднения и не способны оплатить счета, имея среднюю годовую зарплату в размере 24 тыс. долларов. Мораль полиции во многих городах низка [24]. Для сравнения: боец ОМОН с приличным стажем работы получал в 1999 году годовую зарплату в 1200 долларов.

Анализ количества самоубийств среди работников МВД в 1995 году по сравнению с 1994 годом по Российской Федерации показал тенденцию к росту во всех службах и подразделениях – на 28,3%. Наиболее распространенным способом совершения самоубийств является самоповешение (222 случая), в 133 случаях самоубийство совершено из табельного оружия. По данным материалов служебных расследований, в более чем 40% случаев самоубийства в той или иной мере связаны с семейно-бытовыми неурядицами из-за материальных недостатков, а каждое четвертое – совершено в состоянии алкогольного опьянения. Эти данные свидетельствуют о неустроенности как досуга, так и быта сотрудников. Установлено, что каждый четвертый случай самоубийств был связан с конфликтами на службе, а каждый пятый – совершен в рабочее время в служебном помещении. Данный факт вызывает особую тревогу, так как сам по себе является стрессогенным, оказывая негативное психологическое воздействие на сотрудников.

Высокий удельный вес самоубийств среди работников уголовного розыска, РУОП, конвойной службы, дежурных частей, участковых инспекторов подтверждает высокий уровень стрессогенности в этих службах. Рост самоубийств в этих службах – крик о помощи, которую нужно оказывать уже на государственном уровне.

В.И. Месников и С.А. Голобородько [133], говоря о суицидах, считают, что от этой страшной социальной болезни уходит из жизни сегодня почти каждый третий военнослужащий от общего числа погибших в армии и на флоте. Остается высоким число военнослужащих, погибающих от самоубийств и во ВВ МВД РФ. Авторы приводят данные о том, что кончают жизнь самоубийством в основном молодые люди (78%) в возрасте до 24 лет. Среди них 80% военнослужащих по призыву, две трети из которых солдаты и сержанты первого года службы. Покушений на самоубийство в 5–10 раз больше, чем самоубийств.

В последнее время ОВД ежегодно теряют более 400 лиц рядового и начальствующего состава, покончивших жизнь самоубийством. Распространенность самоубийств среди населения России составляет 42,3 случая на 100 тысяч, а уровень самоубийств среди сотрудников в 1996 году – 31,2 на 100 тысяч и за 6 месяцев 1997 года 17,8 – на 100 тысяч личного состава. Более низкий уровень суицидов среди сотрудников обусловли-

вается целым рядом причин: половозрастными особенностями личного состава, строгим кадровым отбором и медицинским освидетельствованием при приеме на службу, ежегодной диспансеризацией и т.д.

Среди жителей Москвы этот показатель выше, чем в среднем по России, и составил в 1995 году 48,9 на 100 тысяч населения. Среди личного состава ГУВД г. Москвы он был ниже, чем в целом по МВД России и в 1995 году составил 13,6 случаев на 100 тысяч, в 1996 году – 12,3, а за 6 месяцев 1997 года – 17,6 на 100 тысяч сотрудников, то есть почти достиг среднего по МВД России уровня. За 5 месяцев 1997 года было совершено 13 самоубийств (завершенных).

Тщательное изучение всех аспектов проблемы в целях совершенствования мер профилактики данного вида чрезвычайных происшествий свидетельствует, что наиболее высокий уровень (индекс) самоубийств **среди служб и подразделений ГУВД г. Москвы** отмечен в УВД по охране метрополитена – 4 случая (91,3 на 100 тысяч), в УВД ВАО – 4 случая (40,8 на 100 тысяч), УГПС – 5 случаев (27,8 на 100 тысяч).

Подавляющее большинство самоубийств совершено лицами рядового и младшего начальствующего состава и, как правило, в двух возрастных группах: от 31 до 40 лет (37,5%) и от 18 до 25 лет (25%). По стажу службы в ОВД среди суицидентов также выделяются две категории лиц: прослужившие более 15 лет (31,25%), а также от 1 до 5 лет (37,5%).

В большинстве своем изученная группа бывших сотрудников имела среднее (54,25%) или среднее специальное образование (23,48%), полученное вне системы МВД.

При поступлении на службу в ОВД 87,5% сотрудников прошли обследование в Центрах психологической диагностики, за время работы характеризовались положительно, не имели взысканий (93,75%).

В 50% случаев суицидальные акты были совершены в выходные дни по месту жительства, в 31,25% случаев – во время несения службы.

В течение суток выделяются два временных периода, в которые предположительно совершались самоубийства: с 6.00 до 12.00 часов (37,5%), а также с 18.00 до 24.00 часов (31,25%), остальные можно предположить с 12 до 18 часов.

Следует отметить, что наиболее распространенным способом являлось самоубийство через повешение (50,0%), в 31,25% случаев для реализации аутоагрессивной цели использовалось огнестрельное табельное оружие.

Около трети самоубийств были совершены в состоянии алкогольного опьянения.

Более половины погибших сотрудников на момент ухода из жизни были женаты (56,25%) и имели детей (68,75%).

Проведенное изучение материалов служебных проверок позволяет дать краткую характеристику типичных конфликтных ситуаций, казалось бы, побудивших сотрудников ГУВД г. Москвы принять решение о самоубийстве: 37,5% всех случаев суицида связаны с лично-семейными конфликтами (ревность, неудачная любовь, нарушение внутрисемейных отношений из-за злоупотребления спиртными напитками, отсутствия помощи в воспитании детей и ведении домашнего хозяйства, постоянной занятости на службе, недостаточной материальной обеспеченности и т.д.); 12,5% сотрудников страдали хроническими заболеваниями; в 50% случаев причины самоубийств при проведении служебных расследований не выявлены.

В 87,5% семьях сотрудников, совершивших самоубийства, была оказана материальная помощь (44,91% из средств ОВД, 41,82% из других источников).

Сравнительный анализ вышеприведенных данных по ГУВД г. Москвы, с аналогичными статистическими показателями по МВД России, анализ причин и условий совершения аутоагрессивных действий сотрудниками ОВД свидетельствуют – самоубийства являлись результатом их социально-психологической дезадаптации, резко усиливающейся в обстановке переживаемого микроконфликта. Ряду суицидов, совершенных в 1997 году, предшествовали события, свидетельствовавшие о необходимости отнесения сотрудников к «группе риска», чего своевременно сделано не было.

Наблюдения: 1) Подполковник внутренней службы Т., заместитель начальника одного из подразделений, покончивший жизнь самоубийством на рабочем месте, ранее наблюдался у врача-психиатра и проходил курс лечения в психиатрической больнице им. Ганнушкина (с февраля по март 1991 года), о чем руководству подразделения стало известно только при проведении служебной проверки по факту его смерти.

2) Только после попытки самоубийства в дежурном карауле рядового С., военнослужащего одного из войсковых частей, было принято решение об оказании ему психиатрической медицинской помощи, несмотря на то, что и ранее некоторые особенности поведения С. свидетельствовали о наличии у него душевного расстройства.

3) Так, младший инспектор по охране метрополитена, старший сержант милиции Л., совершивший суицид в феврале 1997 года, ранее, в декабре 1996 года, предпринял попытку совершить самоубийство путем пореза предплечий и живота, однако о данном факте ни медицинские работники, ни руководство не знали.

4) У сержанта внутренней службы Г., младшего инспектора подразделения А., незадолго до его самоубийства умерли отец и брат. Руководители знали о его подавленном психическом состоянии, однако эффективных мер профилактического характера не приняли.

5) Глубокие душевные переживания предшествовали самоубийству прапорщика В., старшего инструктора по вождению пожарной машины. При этом руководству отряда было заранее известно о возникновении у В. серьезных семейных проблем, обусловленных разводом его родителей и связанных с этим разделом имущества и жилой площади.

6) Милиционер отдела милиции УВД по охране метрополитена старшина милиции В. покончил жизнь самоубийством из табельного оружия на территории подразделения во время ссоры с женой. Командир взвода и командир роты знали, что придет супруга В. для выяснения отношений с ним, знали, что тот не ночевал накануне дома, однако мер для разоружения сотрудника и погашения конфликта не предприняли. Данный факт говорит не только об отсутствии морально-психологической помощи сотрудникам, но и о нарушениях порядка хранения и выдачи табельного оружия, ослаблении контроля со стороны руководителей подразделений за деятельностью подчиненных во время несения службы.

7) В одном из управлений внутренних дел без прохождения ОВВК и проведения спецпроверки 27.11.96 г. был принят на службу в качестве милиционера-стажера гражданин А. Он впоследствии, 2.01.97 г., совершил суицид, причиной которого якобы явились сильные душевные переживания в связи с поведе-

нием его матери – деградировавшей личности, создавшей в своем доме притон для алкоголиков.

В данном случае имеет место случай грубого нарушения требований об обязательном врачебном освидетельствовании лиц, принимаемых на службу в органы внутренних дел, и изучении кандидата по месту жительства.

НИЦ ПМО МВД РФ [157], на основании психофизиологической оценки особенностей профессиональной деятельности сотрудников 13 изученных служб ОВД, дал следующий ранжированный по степени убывания напряженности ряд, хотя эти данные несколько устарели в связи с последними событиями, обострением межнациональных и региональных конфликтов и кризисом в социально-политической сфере общества, в настоящее время этот ряд, возможно, поменялся:

1 – дежурные части милиции; 2 – участковые инспектора милиции; 3 – уголовный розыск; 4 – уголовно-исполнительная система; 5 – служба «02»; 6 – профилактика правонарушений среди подростков; 7 – пожарная охрана; 8 – отряды милиции особого назначения; 9 – борьба с экономическими преступлениями; 10 – муниципальная милиция; 11 – группа задержания; 12 – патрульно-постовая служба; 13 – вневедомственная охрана.

Степень убывания напряженности установлена ими анализом 28 параметров условий трудовой деятельности, что позволило охарактеризовать каждую службу: наиболее напряженной оказалась работа сотрудников дежурной службы, участковых инспекторов милиции и оперуполномоченных уголовного розыска.

Самую высокую напряженность в дежурной службе формируют такие параметры трудового процесса, как работа с видеотерминалами, значительно больше чем 4 часа, предусмотренными нормативными документами 1996 г. Поскольку режим труда в этой службе составляет 24 часа работы, то в период дежурства сотрудники этой службы получают и вводят информацию **в течение 10–12 часов** за смену. Особенно высока нагрузка на зрительный анализатор и нервную систему при различных стрессовых ситуациях (угон самолета, взрывы, проведение различных других операций), кроме того, высока степень ответственности и значимость ошибки, постоянный контакт с задержанными лицами.

У участковых инспекторов милиции и сотрудников уголовного розыска работа односменная, но рабочий день длится 10-12 и более часов, что говорит о напряженности и непредсказуемости оперативной обстановки. Постоянный дефицит времени является дополнительным раздражителем и способствует росту напряженности и накоплению усталости.

Наименее напряженный труд групп задержания, патрульно-постовой службы и вневедомственной охраны, несмотря на точные дежурства, объясняется тем, что у этих сотрудников меньше стрессовых ситуаций за время дежурства. Сотрудники вневедомственной охраны несут ответственность только за материальные ценности. Ведущим неблагоприятным фактором, влияющим на их здоровье, является ограниченная двигательная активность.

По данным А.А. Фроловой [214], риск развития пограничных психических расстройств милиционеров патрульно-постовой службы ППС на 33,5% выше по сравнению с общей популяцией и на 15,5% выше, чем у работников других опасных профессий (шахтеры, моряки и др.).

Стрессогенные факторы службы в ГУВД г. Москвы тоже оказались неоднозначны: напряженные условия несения службы; ненормированный рабочий день, способствующий накоплению усталости;

необходимость ношения и применения оружия; нездоровое микросоциальное окружение, порождающее у сотрудников состояния фрустрации;

интенсивное социально-имущественное расслоение и рост потребительских запросов;

страдание из-за невозможности обеспечить достойный по современным стандартам уровень жизни своей семьи;

рост социальной напряженности; нарастание разобщения, обостряющего чувство одиночества, разводы; состояние эмоциональной депривации; ощущение отчужденности окружающих (включая сослуживцев и руководителей служб и подразделений МВД), что не позволяют рассчитывать на их эмпатию, понимание, эмоциональную и социальную поддержку; плохая организация отдыха и досуга, что вызывает неотреагированность эмоций и др.

По данным МВД, в Чечне было убито 1280 сотрудников, а в мирных условиях в 1995 году покончили жизнь самоубийством 409 человек.

J. Westwood [286], описывая воздействие стрессовых ситуаций на психику полицейских, приводит следующие примеры из жизни английских полицейских.

1. «...Вчера коронер отдал последнюю дань уважения полицейскому констеблю, здоровье которого было полностью подорвано после того, как он побывал в руках убийцы-головореза. Констебль покончил с собой после более чем двухлетних страданий. На протяжении всего этого периода его постоянно мучили кошмары, после которых он чувствовал себя физически разбитым каждый раз, когда ему приходилось заступать на дежурство».

2. «...Молодой полицейский из моего подразделения совершил самоубийство. Его история еще более трагична, если только здесь уместно говорить о той или иной степени трагичности происшедшего. Этот полицейский был помолвлен, собирался жениться и не имел сколько-нибудь серьезных личных проблем. За спасение людей во время большого пожара, охватившего жилой дом, он был представлен к награде за храбрость. Казалось, у него было все, ради чего стоило жить, однако он переступил роковую черту, потому что не смог забыть криков погибшего в огне ребенка».

Очевидно, что оба эти человека не смогли примириться с пережитым. У них не хватило сил перебороть себя. Приведенные факты заставляют задуматься о необходимости оказания подобным людям как профессиональной, так и просто человеческой помощи. Далее автор говорит о том, что необходимо преодолеть укоренившееся представление о «настоящем мужчине», из-за чего многие стараются во что бы то ни стало скрыть от коллег свои страхи и огорчения. Может быть, было бы проще излить душу перед посторонними?

Далее он отмечает, что если внимательно посмотреть истории болезни полицейских, то можно увидеть, что большинство заболеваний вызвано стрессовыми нагрузками на организм. Основными жертвами стресса становятся сердце, мозг и желудок. Но на это еще не нацелены работники здравоохранения. Также достаточно остро для полицейских стоит проблема злоупотребления алкоголем. Начальники полицейских подразделений ста-

раются «замять» случаи пьянства, а затем потихоньку уволить виновных; однако никто из них не задает себе вопрос: почему же это происходит? Также полицейские курят больше, чем в среднем по стране. В конце автор делает следующие выводы:

1. Подготовка всех полицейских должна осуществляться с учетом формирования у них готовности к стрессовой ситуации. Люди, поступающие в полицейские органы, должны проходить тщательную проверку, целью которой является определение их возможностей с точки зрения противодействия стрессу.

2. При отборе и подготовке полицейских руководителей следует уделять гораздо больше, чем сейчас, внимания их способности преодолевать стрессовые ситуации и оказывать помощь в их преодолении своим подчиненным.

3. Федерация должна изыскать средства для организации «внутриведомственной» службы советов, которая бы гарантировала полную конфиденциальность, была доступной для всех сотрудников полиции и обеспечивала возможность проведения консультаций по наиболее сложным вопросам с приглашенными специалистами.

4. Необходимо укрепить и расширить пребывающую в настоящее время в плачевном состоянии систему профессионального здравоохранения, услугами которой пользуются. Если удастся соединить заботы о физическом и психическом здоровье людей в одно гармоничное целое (разумеется, при соблюдении полной конфиденциальности), это было бы шагом вперед.

Во многих странах пути повышения психологической стрессоустойчивости боевых офицеров предусматриваются определенными привилегиями. Например, в Пакистане – высокие должностные оклады, надбавки на случаи подорожания товаров и продуктов питания, на пошив обмундирования, командировки, дотации за выслугу лет и освоение новейшей техники. Офицерам предоставляются дома, квартиры, земельные участки. Ушедшие в отставку получают должности в госаппарате, в таможенной службе, в судах и в крупных фирмах [40].

В академии бундесвера то, что мы называем психологической защитой, называется «психологической обороной» [48].

Понятие «психологическая оборона» введено в бундесвере в действие в 1983 году и подчеркивает особую важность работы по выявлению мотивов, настроений тех групп военнослужащих и населения, которые индифферентно или враждебно относятся

к военной службе, чтобы более эффективно воздействовать на них в ходе идеологической обработки. Разрабатываются и проверяются методы наиболее эффективного психологического воздействия на те группы населения, которые критически настроены по отношению к бундесверу, чтобы снизить напряженность в отношениях между вооруженными силами и обществом, избежать конфронтации, расширить взаимный диалог. Изучаются также биологические особенности человека, его природные инстинкты, влияние физиологических потребностей и уровня их удовлетворения на поведение в экстремальных условиях. Личный состав бундесвера обучается осуществлению психологического воздействия на противника в интересах достижения успеха в экстремальных условиях.

Академия бундесвера готовит квалифицированных специалистов из офицерского и унтер-офицерского состава, направляемых после обучения в подразделения «психологической обороны». Эти специалисты занимаются сбором информации о социально-психологической обстановке, ее анализом и оценкой. Они имеют перечень сведений, нужных для оценки социально-психологической обстановки и принятия решения. Главными из них являются: психологическая совместимость в небольших подразделениях; признанные в обществе и вооруженных силах моральные ценности; структура и объем моральных и материальных потребностей, степень их удовлетворения; распространение информации в войсках (оперативность, полнота, отношение к получаемым сведениям и т.д.) и др. Так, в отношении моральных ценностей анализируется и оценивается около 20 показателей основной информации, в том числе наличие патриотических настроений в обществе и вооруженных силах, следование традициям, верность идеалам и воинскому долгу. Конкретная информация включает около 15 показателей, и среди них – наличие случаев дезертирства (когда произошли, по какой причине, какова реакция на них со стороны сослуживцев, чем закончились, и т.д.).

Особенностью деятельности академии в последнее время стало тщательное рассмотрение проблемы воздействия на эмоции человека литературы, музыки, изобразительного искусства. По мнению зарубежных психологов, «человеческая деятельность и мышление нуждаются в постоянном возбуждении, которое может вызываться с помощью внешних и внутренних им-

пульсов». Считается, что музыка способствует фантазии, делает человека более восприимчивым к социально-психологическому воздействию. Поэтому академия поддерживает отношения с творческой интеллигенцией страны, организовывает встречи с музыкантами, выставки картин художников, собрала и экспонирует большое количество икон русской православной церкви. Это собрание – одно из лучших в Европе.

Для формирования устойчивых положительных эмоций в социальной группе сотрудников, могущих повлиять на их стрессоустойчивость, очень важно обратить внимание не только на воспитание искусством, но и на бытовую сторону вопроса. Психологами установлено, что влияние среды обитания на эмоционально-психологическое состояние очень велико. Существует целый ряд факторов, ухудшающих настроение на бытовом уровне: несвоевременное и несбалансированное питание, недостаточное обеспечение водой, необходимой экипировкой, газетами, журналами, радио- и телеинформацией; загазованность и непрветриваемость помещений, плохая их освещенность, отсутствие отопления, сильный шум, вибрация все – это вызывает в организме физиологические сдвиги, а вместе с тем и отрицательные эмоции. Борьба с ними путем совершенствования технических систем жизнеобеспечения есть одновременно и борьба за улучшение социально-психологического климата в коллективе.

Для определения основных направлений повышения готовности подразделений ОВД и ВВ к выполнению оперативно-служебных задач по восстановлению конституционных норм в Чеченской Республике нами было проведено анкетирование личного состава, участвующего в проведении специальной операции на территории Чечни. Один из пунктов анкеты включал вопрос о влиянии на этот процесс материально-технического и тылового обеспечения сотрудников в тех условиях. Назвали **неудовлетворительными**:

- условия для размещения и отдыха – 20,6% сотрудников;
- организацию питания – 25,8%;
- организацию медицинского обслуживания – 4,5%;
- технический уровень средств связи – 11,6%;
- обеспечение средствами индивидуальной защиты – 5,1%.

Кроме того, на несоответствие тактико-технических средств вооружения и защиты условиям действия указали 10,3% опро-

шенных; на отсутствие опыта совместных действий указало 22,5%; на несогласованность действий ОВД и ВВ – 7%, с силами МО России – 45,1%; на слабое информационное обеспечение – 19,9% сотрудников.

Таким образом, социально-психологические факторы деятельности ОВД и ВВ могут выступить в качестве стресс-факторов при плохой их организации.

Один из командиров ВВ, говоря о том, чем стрессогенность ситуации боя в Чечне можно было бы уменьшить, сказал: **«Неплохо было бы экипировать своих солдат легкими, но очень прочными бронежилетами и касками, обмундированием и обувью из пуленепробиваемых материалов типа кевлара»**. Остается лишь завидовать цивилизованным странам, где все это давно применяется, потому что вес отечественных бронежилетов армейского образца вполне сравним с весом кольчуги Ильи Муромца. Бойцы ОМОН в беседе с ним подтвердили, что **вес некоторых бронежилетов достигает 32 кг**.

Вот как пишут о бойцах СОБР ГУОП МВД России: «...Один скрыл травму, желая не отстать от товарищей по оружию, другой, совершив тренировочную пробежку в полном, внушительного веса боевом снаряжении, повредил позвоночник. «Чудобогатыри», – говорил о своих солдатах Суворов. То же можно смело сказать о ребятах из этого отряда. В январе, когда им, готовым к атаке на Первомайское, дали «отбой», корреспондент поинтересовался весом снаряжения на них, на что ему было предложено почувствовать этот вес на себе. «Шлем «Маска-1» весил четыре килограмма, бронежилет «Зубр» – десять, разгрузочный жилет с автоматными дисками и гранатами – пятнадцать, автомат – четыре с половиной, потом еще мешок с патронной россыпью – восемь и за спиной гранатомет «Шмель» – двенадцать килограммов. В этой амуниции я смог простоять на месте не больше пяти минут, – казалось, у меня вот-вот сломается позвоночник. Это какую надо подготовку иметь, чтобы с таким чудовищным весом на плечах бегать, прыгать, стрелять, выносить с поля боя раненых?» [91].

В итоге вес всего снаряжения составляет 53 кг. Каким бы ни был подготовленным физически солдат, он слишком много энергии потратит на ношение этой экипировки. Вот как происходило восстановление потерянных калорий: офицеры СОБР ГУОП МВД России, вывезенные в Кизляр, были оставлены на

открытом поле, где единственным средством обогрева стал костер да работающий двигатель «квазика». Спали в автобусе, сидя по очереди, по часу, по два, делили один сухой паек на двоих. Горячую пищу не поставляли вообще, как и бойцам других спецотрядов, питьевая вода тоже была дефицитом. Боевики Радужева отдыхали в теплых домах, ели шашлыки из баранины [91].

В 1993 году в Америке утверждена программа Soldier Modernization Plan (SMP), которая разрабатывает пути наращивания боевого потенциала войск за счет резкого увеличения боевых возможностей и способностей отдельного военнослужащего. Американские специалисты считают: чем выше уровни всех видов подготовки, адекватного питания, медицинского обеспечения и экипировки, тем выше стрессоустойчивость и выживаемость военнослужащего.

Поэтому исследуются и оцениваются адекватность рационов питания военнослужащего в чрезвычайных условиях, биофизическая выносливость организма в новых тканевых материалах, физиологические преимущества индивидуальных микроклиматических систем, влияние шумов и взрывной волны при стрельбе из различных видов оружия. Изучаются процессы перегрева тела при продолжительном ношении противохимической одежды, возможность сокращения потерь от воздействия химического и биологического оружия посредством применения защитных препаратов и вакцин и т.д. Основным критерием обеспечения выживаемости является способность в течение трех суток участвовать в боевых действиях без дополнительного снабжения расходными материалами. При этом имеется в виду высококалорийный рацион питания (более 30000 ккал суточного рациона), индивидуальная система очистки воды, в том числе и морской, а также наличие портативного источника электропитания [122].

По оценкам экспертов Пентагона, в ходе войны в Персидском заливе было окончательно доказано, что кроме материального, тактико-технического, медицинского обеспечения имеется еще боевое оружие, называемое «психологические операции». Это оружие, которое не убивает, но поражает психологически и выступает важнейшим фактором повышения стрессоустойчивости и боеспособности войск, а также сохранения жизни солдат и офицеров по обе стороны фронта. Причем психологические операции становятся постепенно ключе-

вым «несмертоносным» элементом военной мощи США, который способствует успешному выполнению поставленных задач с минимальными потерями.

В широком смысле в США под психологическими операциями понимается спланированное использование средств, форм и методов распространения информации для оказания определенного воздействия на установки и поведение человека. Такие операции по своей сути являются социально-психологическими и состоят из политических, военных и идеологических методов, цель которых – изменение поведенческих и эмоциональных установок определенных людей в желательном направлении. Они проводятся в русле государственной политики национальной безопасности, а их военная сторона координируется с деятельностью соответствующих правительственных учреждений.

В узком смысле психологические операции применяются вооруженными силами США и других стран для деморализации и дезориентации противника. В этом случае они рассматриваются как специфическое оружие, с помощью которого повышается эффективность боевых действий и одновременно психологическая стрессоустойчивость военнослужащих.

В ходе войны в Персидском заливе в 1991 году благодаря психологическим операциям 70 тыс. иракских военнопленных сдались в плен. Силами и средствами психологических операций среди военнослужащих и населения Ирака было распространено более 29 млн листовок, 70% опрошенных военнопленных подтвердили, что именно они повлияли на их решение сдаться в плен. Военнопленные, регулярно слушавшие «Голос Залива» – передачи, подготовленные специалистами-психологами вооруженных сил США, отмечали, что их влияние на моральный дух иракских солдат было настолько серьезным, что им даже запрещали при себе иметь радиоприемники [122].

По итогам войны в Чечне можно сказать кратко, что практически целенаправленных психологических операций, видимо, не было подготовлено и проведено. Наоборот, были такие моменты, которые могли только деморализовать наших солдат и офицеров. Прошел по всем телеканалам без комментариев и разъяснений эпизод взятия новосибирских милиционеров боевиками. Этот эпизод породил много слухов и

домыслов, нелюбимых для личного состава МВД. Они лишь выполняли приказ «не стрелять». И приказ, и поведение новосибирских милиционеров были единственно верными на тот момент. «Это была патовая ситуация: у блокпоста образовалась огромная толпа безоружных людей – заложников, жителей Первомайского, столпившихся вокруг автобусов. Перестрелка между боевиками, милицией и высадившимися в нескольких метрах с вертолетов десантниками превратила бы эту толпу в кровавое месиво за считанные минуты. По существу, новосибирцы спасли собой в тот миг сотни жителей. И негодяй тот, кто посмеет бросить в них камень», – твердили нам повсеместно в Дагестане» [91]. Но психологически – камень был брошен. Боевики вели свои комментарии на радиоволнах. Наши средства массовой информации так и не дошли в то время до истины, «федералы» выглядели в глазах большинства населения как «непрофессионалы» или «труссы». И этот факт психологически очень сильно повлиял на наших сотрудников милиции и военнослужащих внутренних войск.

Анализ современной военной литературы и опыта чеченской войны позволяет заключить, что для обеспечения социально-психологической защищенности и выживаемости личный состав МВД необходимо подготовить к современным методам устойчивости к воздействию средств поражения с помощью новейшего технического оснащения.

В настоящее время на Западе и частично у нас имеется много активных и пассивных средств противодействия системам обнаружения и поражения: малогабаритные индивидуальные компьютеры, приборы связи и опознавания «свой – чужой»; комплекс чувствительных датчиков (оптических, акустических, тепловых), усиливающих и расширяющих возможности человека по контролю за обстановкой;

управляемые дистанционно робототехнические средства, всесторонне обеспечивающие решение задач радиационной, химической, биологической и инженерной защиты; устройства идентификации целей, обнаружения мин.

Понятно, что чувство технической защищенности повышает чувство уверенности в себе и способствует повышению стрессоустойчивости и боевого духа.

В настоящее время социально-психологический уровень трансформации стрессов наблюдается уже не в одном человеке,

а в группе, организации, коллективе – в массе людей. Например, во время событий в Первомайске и Кизляре, где терроризм имел характер массового социально-политического явления, в кровавый стрессогенный процесс было вовлечено огромное количество людей (такowymi в любую минуту могут оказаться и все учащающиеся межнациональные конфликты). Почти сутки продолжался кошмар для многих сотен мирных жителей небольшого дагестанского города Кизляр. Дагестан был вздыблен эмоциями, население было оскорблено бандитским нападением соседей, правомерно считая его ударом в спину. В ходе этих операций в Кизляре и Первомайске погибли 10 сотрудников МВД Дагестана [91].

Таким образом, актуальность правовой и социально-психологической защищенности личного состава бесспорна и по своей сути она должна представлять собой социально-правовой механизм разрешения сложившегося противоречия между законодательно определенным статусом сотрудников и их реальным социальным положением в обществе. Решение этой проблемы возможно посредством организации государственной системы социально-правовой и психологической защиты и обороны. Она должна быть нацелена на достижение такого состояния, когда будет всесторонне и надежно гарантировано высокое социально-правовое положение сотрудников в структуре общества и обеспечена **унифицированная система правовой и психопрофилактической защиты**.

Резюмируя сказанное, следует заключить, что необходимо в дальнейшем для повышения стрессоустойчивости сотрудников более детально разработать и утвердить федеральный закон о социально-правовой и психологической защите личного состава, в котором должны быть законодательно закреплены:

социально-правовые гарантии (право восстановления здоровья, компенсации морально-психологических потерь в случаях получения увечий, защита в конфликтных ситуациях, защита интересов престарелых и одиноких родителей и семьи, страхование жизни, здоровья, имущества);

социально-психологические пути обеспечения выживаемости и стрессоустойчивости в экстремальных условиях (обеспечение соответствующими современным требованиям технической культуры экипировкой, средствами технической защиты от повреждающего влияния стрессогенных факторов; медицинской

защиты – необходимые вакцины, сыворотки, медикаменты, сбалансированное питание);

право на практическую помощь юриста, адвоката, психолога и психотерапевта.

2. Духовно-психологические методы психопрофилактики и повышения стрессоустойчивости

В разные времена у разных народов военная профессия диктовала особые требования к психологической подготовке. Их суть состоит в таком преодолении тревоги и страха смерти, которые позволяли бы воину действовать с максимальной эффективностью. Люди давно научились естественный биологический страх смерти вытеснять сильными социальными, нравственными чувствами. Среди них чувство долга, чести, любви к Родине. Вспомним подвиг горстки спартанцев, героически защищавших от персидских полчищ вход в Фермопильское ущелье, или чудеса стойкости защитников нашего Отечества, которые без колебания отдавали жизнь «за веру, царя и Отечество», «за Родину, за Сталина» и т.д. За подобными примерами лежат определенные методы психорегуляции и психотехнические приемы, их механизмы приводятся в действие самыми разными пружинами [212, 65].

В одних случаях страх смерти преодолевается за счет волевого сверхусилия во имя личной славы и жажды подвига (европейские рыцари), в других – во имя высшего патриотического долга (массовый героизм русских воинов в Куликовской битве, в Бородинском сражении, советских солдат в годы Великой Отечественной войны). Наиболее ярким примером может послужить участие в Куликовской битве двух духовных лиц из охраны Сергия Радонежского, благословившего русское воинство на решающий бой. Первый из них начал битву без какого-либо защитного снаряжения, но не уступил первенство татарскому богатырю, второй прошел через кровавую сечу и стал свидетелем великой победы русских. Обучение монахов ратному делу, искусству рукопашного боя еще долго составляло традицию русской православной церкви. Огромное значение имела вера в лучшую (загробную или будущую) жизнь. Она приобретала

своеобразную окраску у языческих народов (скандинавских викингов, древних германцев, славян), у христиан и мусульман.

Героев нашей гражданской войны особенно воодушевляла вера в светлое коммунистическое будущее. Вообще непоколебимая вера в светлые идеалы помогала людям всходить на костры инквизиции, проходить через ад концентрационных лагерей, демонстрировать чудеса воинской доблести. В некоторых случаях страх смерти могло заслонить отчаяние смертников.

Древние китайцы сражались особенно яростно, оказавшись «в местности смерти», из которой уже не было выхода. Конечно, на действие тех или иных механизмов психорегуляции существенное влияние оказывали культурные и национальные факторы. Своеобразные психотехнические приемы, позволяющие в том числе преодолевать страх смерти, укоренились на русской почве. Отлитые в выражения «авось», «была – не была», «двум смертям не бывать – одной не миновать», они отражают распространенные установки сознания народа. Показательно, что русские витязи и былинные богатыри, воплощающие национальные идеалы, безбоязненно идут навстречу смерти. Они выбирают дорогу, где «убиту быть», и всегда выходят победителями.

Известны и другие способы вытеснения страха смерти, являющиеся плодами как высокого разума, так и самых низменных, корыстных инстинктов. Существует, например, чисто интеллектуальный (философский) способ решения проблемы, который выражен в афоризме: «Если мы есть – смерти нет, если смерть есть – нас нет» [212].

Однако известны случаи, когда страх смерти преодолевается неумной жаждой наживы. Вспомним хотя бы расхитителей чеченской нефти, ставших вечными пленниками этой войны, и особую категорию солдат-наемников, готовых служить тому, кто больше платит. К множеству других пружин, приводящих в действие механизмы психорегуляции, можно добавить и те, которые не ограничиваются использованием внутренних ресурсов психики, а связаны с применением разного рода искусственных препаратов, галлюциногенов и допингов. Некоторые скандинавские народности употребляли для поднятия духа настойку из мухоморов.

Однако самыми надежными методами, которые не дают таких отрицательных последствий, как при употреблении алкого-

ля и наркотиков, в реальной практике могут быть те или иные факторы психорегуляции, вербального (воздействие словом) и психофизического характера, хотя многие из них совмещаются. Важно другое. В основе названных и им подобных психорегулятивных установок сознания, методов, средств, приемов лежит преобладание интеллектуальной, личностно и эмоционально окрашенной мотивационной деятельности сознания. Она выстраивает «стратегию» психорегуляции по двум линиям:

либо на непреодолимой воле к жизни (которая оказывается выше чисто биологического инстинкта самосохранения);

либо на презрении к смерти.

Обе построены на тактике «борьбы», а не «бегства». Однако одна лишь интеллектуальная пружина еще не дает безусловной гарантии сохранения столь необходимого для воина психологического равновесия. Более того, экстремальная природа действий личного состава требует мгновенных бессознательных реакций, сметающих барьеры интеллектуальной рефлексии. Поэтому установки сознания должны получать очень прочное подкрепление в механизмах спонтанного «бессознательного» поведения, которое бы обеспечивало максимальную эффективность целенаправленных действий в экстремальных условиях.

Именно эта сторона психорегуляции в восточных боевых искусствах хорошо освоена и привлекла нас для формулировки концепции духовно-психологической подготовки личного состава ОВД и ВВ.

Сотрудникам МВД, действующим в основном в экстремальных условиях, **необходимо освоить не только технику боевых искусств, но и их универсальные принципы и основу, которая построена как на природных законах, так и на знании человеческой психики. Суть боя не в использовании приемов борьбы, а в умении сохранить ясное мышление и сознание, быстро и точно сориентироваться в применении современного бесшумного оружия или нейлоновой удавки и в любой неожиданной ситуации чувствовать себя физически крепким и уверенным человеком, не имея кевларового бронежилета. Это сила и выносливость, ловкость и быстрота реакций, смелость и находчивость. Это высокий боевой дух, позволяющий сохранять хладнокровие в условиях смертельной опасности. Это также умение восстанавливаться после боя без допингов.**

Кардинальное переосмысление боевых искусств как одного из путей духовного совершенствования человека. Именно такой подход открыл нашим современникам уникальность и культурную целостность традиций воинских искусств. Во многих видах борьбы коренным образом переосмысливалась боевая практика как особый путь духовно-нравственного совершенствования человека через систему средств гармонизации внутренней психической жизни, всей его жизнедеятельности в природе и в обществе. Таким путем боевые искусства превратились в путь самопознания и постижения высшего закона мироздания, чем и сняли противоречие между миролюбивым настроем и насильственной природой любых военных действий [212].

Существует принципиальное различие между состоянием сознания чиновника, удобно расположившегося в кресле, и состоянием сознания сотрудника ОМОН или спецназа ВВ во время проведения специальной операции по освобождению заложников или других операций, связанных с риском для жизни. Последние балансируют на грани жизни и смерти и поэтому должны уметь мобилизовать все ресурсы человеческих возможностей.

В экстремальных ситуациях даже слабая женщина, спасая своего ребенка, может поднять автомобиль. В условиях регулярной практики «медитации» подобные необычные достижения могли стать делом более привычным. К примеру, широко известный в единоборствах **тест – разбивание твердых предметов – не является испытанием лишь физической силы и техники. Это в равной степени и тест духовный, так как нужно достичь состояния транса, в котором не чувствуется боль. Данный тест – одна из форм активной кратковременной медитации, способствующей мгновенной концентрации всей энергии и высвобождения ее в нужный момент.**

Однако для этого нужны длительные тренировки, духовные и физические, и, конечно, непосредственное поднятие духа перед выходом сотрудников на ответственные и сложные операции.

Изучение патогенетических механизмов развития стресса и ПТСР, анализ множества существующей литературы о разных учениях (даосизм, буддизм, индуизм), включая школы «здорового образа жизни» (у-шу, карате, айкидо, дзюдо) и йоги [41, 74, 75, 169], по развитию духовности [41, 43, 72, 148, 162, 213,

222, 223] позволили нам прийти к заключению, что наилучшим путем достижения эффекта в борьбе со стрессовыми нарушениями личного состава МВД является использование психорегулятивных принципов в создании адаптированных к нашему образу мышления (менталитету) и жизни методик.

Данный анализ литературы позволил нам выделить два этапа в ходе расслабления или медитации.

Первый этап – расслабление, пониженная чувствительность к внешним объектам, отрешенность от них, а также от внутренних второстепенных переживаний. Умение отрешиться от постороннего – условие, без которого нельзя достигнуть состояния трансa. Но расслабление полностью нельзя ощутить без предварительного напряжения. Напряжение должно достигнуть максимума, и тогда расслабление наступит само по себе. Далее нужно просто созерцать и наблюдать нисходящее на вас расслабление, вы не думаете ни о чем, вы только чувствуете, как расслабляются множество частей организма. Имеется комплекс упражнений, нацеленных на цикл «напряжение – расслабление» [181]. Наиболее гармоничный путь, когда ум и тело направлены на одну цель – достигнуть «пустого сознания», очищения мозга. Если одновременно равномерно и глубоко дышать, то происходит освобождение от подавленных эмоций, одновременно с продуктами распада и углекислотой. При регулярных занятиях наступает следующий этап.

Второй этап – просветление, озарение, прозрение, экстаз, который можно назвать более понятно – этапом здравого мышления. На этом этапе наступают основные эффекты медитативных упражнений:

1) выработка чувства глубинного спокойствия, восстановление нарушенной психики, приобретение повышенных способностей к управлению нервно-психической деятельностью, улучшение памяти, внимания;

2) увеличение глубины восприятия окружающей действительности и отдельных явлений, развитие аналитических способностей, дедуктивного и индуктивного мышления;

3) общее оздоровление организма, профилактика функциональных расстройств, повышение выносливости организма, проявление высоких сенсорных способностей;

4) изменение генеральной линии поведения человека в сторону большей духовности. В мотивации деятельности начинают проявляться высшие ценности – бескорыстие, доброта, доброжелательность и любовь к людям. Многие могут достигнуть такого уровня развития сознания, когда христианская заповедь «возлюби ближнего, как самого себя» становится вполне достижимой и реальной. В некоторых концепциях этот уровень сознания называется «космическим» и указывает на тесную связь человека с окружающим его мирозданием.

Вышеуказанных эффектов можно достигнуть различными техниками медитации, описанными в литературе [159, 74].

При разработке и конструкции методик мы искали такие моменты, которые помогли бы личному составу МВД при функционировании в экстремальных условиях преодолеть страх смерти и выполнять свой долг в состоянии психофизического равновесия.

Л.А. Китаев-Смык считает, что возможны пути к профессиональному бесстрашию:

через становление и укрепление убежденности в безошибочности собственных действий в критической обстановке;

через веру в собственную неуязвимость; через постепенное (за первые 2–3 года работы) замещение состояния тревожности напряженностью внимания;

через культивирование приятных переживаний риска, постепенно вытесняющих чувство тревожности, сильного страха.

В подтверждение он приводит следующий пример: Бывший военный разведчик А., отличавшийся, по мнению его коллег, «абсолютным бесстрашием», рассказал, что после первых пребывания среди врагов (в роли одного из них) он стал бояться, что когда-нибудь может быть разоблачен. «Однажды, когда я готовился к очередной заброске на вражескую территорию, чувство тревожности было особенно сильным. Тогда я нарочно стал усиливать его, уверяя себя, что я когда-нибудь буду обязательно разоблачен и погибну. **Напало чувство страха, оно было таким сильным, что я как бы пережил в мыслях и чувствах свою смерть. После этого я уже не испытывал страха.** Дважды, когда я бывал на грани провала, моя невозмутимость смущала моих противников и давала мне время уйти от опасности» [92].

Но порой встречаются трудные и сложные ситуации, как, например, следующая, которая случилась на чеченской войне. В начале войны в самый разгар боев в расположении штаба боевиков в пригороде Грозного появилась пара – муж с женой, которые решили искать сына вместе. Они показывали фотографии, писали на клочке бумаги фамилию и отдавали его командиру чеченцев. Когда они, немного отдохнув, пошли дальше, командир, глядя уходящей паре вслед с каменным лицом, сказал:

«Вот эти... Муж с женой. Мы же расстреляли их сына. Трех пленных тогда взяли. Все говорили: я не виноват, я в вас не стрелял никогда, срочник, куда от приказа денешься. А этот начал рубаху на себе рвать: я вас, гадов, ненавижу, убивал и буду убивать. И в билете у него – «снайпер». Ну, куда его? **Расстреляли. Молчал бы – ничего бы не было...** Вон там, под тем деревом его похоронили. А им я как про это скажу? Я не могу...»

В данном случае трудно судить, кто из этих ребят поступил правильно (и вправе ли мы это делать?). Но тот, который погиб, знал, что его убьют. Но он не побоялся смерти. Судя по его словам, он был готов принять смерть сознательно, мотивированно. Солдат войну не выбирает. Он выполняет присягу и приказы командира и, если нужно, с честью умирает за них.

Много было героев среди сотрудников МВД на чеченской войне. О подразделении, которое носит русское имя «Витязь», пишут газеты и журналы. Солдаты и офицеры этого отряда внутренних войск побывали в тревожной Фергане, горящей Абхазии, в Цхинвали и Владикавказе, в Грозном. Но не каждый солдат этого подразделения имеет право носить краповый берет, который является грозой преступников. Его надо заслужить высокой профессиональной выучкой, умением хладнокровно действовать в экстремальной ситуации.

В Грозном заместитель командира этого отряда был тяжело ранен. Когда командир отряда встретился с ним в московском госпитале, тот к тому времени уже перенес несколько операций и оставался в тяжелом состоянии, но, прощаясь, тихо сказал: **«Я выживу, Саша, обязательно выживу. Несмотря ни на что.** Как тот январский тюльпан, помнишь, в овраге под Первомайском?» Командир помнил, как тогда ему заместитель сказал: «Смотри, командир, на дворе январь, а тюльпан уже выбросил стрелку, вот-вот распухнет» [91, 111–114].

Разрабатывая методику, направленную на формирование установок, на обретение душевного равновесия, гармонии, необходимо было научить личный состав развивать в себе **«здоровое» чувство самосохранения, мобилизирующее, заставляющее быть предельно собранным, а «паническое», нездоровое чувство страха удалить.** Кроме того, развить подсознательно существующее в каждом человеке неприятие смерти. Внушение, что **«я» проходит испытание воздухом, водой, огнем, пулей и выходит невредимым, мобилизует скрытые ресурсы организма.**

Участие сотрудников специальных подразделений МВД в ЧС является для них ситуацией стресса [166–168]. Поэтому группы, участвующие в процессе захвата и обезвреживания террористов или других преступников, нуждаются в создании вокруг них атмосферы сочувствия и поддержки. Одни участники в период внутреннего беспокойства, растерянности или страха очень хотят ощутить сочувствие, теплоту, но испытывают большие трудности в высказывании подобных просьб, другие стесняются и отвергают поддержку со стороны (в данном случае имеется в виду поддержка со стороны других членов группы или руководителя).

Со временем с помощью опытного руководителя (каким являлся командир «Витязя» в Чечне) или психолога группа может стать способной, обеспечить своего члена положительной обратной связью как самостоятельно, так и с помощью руководителя, но такая связь появляется в процессе накопления опыта участия в ЧС или учениях.

Общая биоэнергетическая модель предполагает, что чувства и импульсы, выражению которых препятствует страх, видоизменяются, подавляются или скрываются, приводя к образованию так называемой «мышечной брони» [181]. В свою очередь, «мышечная броня» мешает течению биоэнергетических процессов в организме и способствует энергетическому распаду и изменениям как в физическом плане, так и психическом. Поэтому очень актуально снятие «зажимов» и «мышечной брони» путем релаксации, которую можно провести перед выполнением различных специальных операций.

Разработанная нами методика повышения боевого духа сотрудников МВД состоит из двух частей.

Первая часть направлена на проведение цикла «напряжение – расслабление».

Методика повышения боевого духа личного состава. Первая часть

Необходимое время: от 10–15 до 30 минут.

Материалы: записи с текстом тренинга релаксации на магнитофоне. Если записи не используются и нет психолога, то руководитель группы или командир должен обучиться тренингу релаксации.

Техника: сядьте в кресло, расслабьтесь, руки положите на колени, ноги удобно расставьте. Глаза закройте. Два или три раза медленно и глубоко вдохните, обращая внимание на прохождение воздуха в легкие до диафрагмы и обратно. Теперь вытяните правую руку, крепко сожмите ее в кулак. Почувствуйте напряжение в кулаке, когда сжимаете его. После 5–10 секунд концентрации на напряжении расслабьте руку. Разожмите кулак и заметьте, как напряжение отступает, а его место занимает ощущение расслабленности и комфорта. Сосредоточьтесь на различиях между напряжением и релаксацией. Примерно через 15–20 секунд снова сожмите руку в кулак, 5–10 секунд изучайте напряжение, затем расслабьте руку. Почувствуйте расслабленность и тепло. Через 15–20 секунд повторите процедуру с левой рукой. Обязательно сосредотачивайтесь только на группах мышц, которые напрягаете, и расслабляете и старайтесь в это время не напрягать остальные мышцы.

Отведите время для проведения тех же циклов «напряжение – расслабление» для разных частей тела, чтобы расслабить соответствующие группы мышц:

- руки, сгибая каждую для напряжения бицепсов;
- руки, выпрямляя каждую для напряжения трицепсов;
- плечи, сгорбив их;
- шею, наклоняя голову вперед и упираясь подбородком в грудь;
- рот, открывая его как можно шире;
- язык, прижимая его к небу;
- глаза, зажмуривая их;
- лоб, как можно выше поджимая брови;

спину, прогибая ее и выпячивая грудь вперед (будьте осторожны, если у Вас есть проблемы со спиной);

ягодицы, сокращая мышцы;

живот, втягивая его к позвоночнику;

бедра, вытягивая ноги и приподнимая их несколько над полом;

икры, прижимая пальцы ног к верху ботинок.

Завершите упражнение, сделав 2-3 глубоких вдоха и почувствовав, как расслабленность «течет» по Вашему телу от рук через плечи, грудь, живот к ногам. Одну или две минуты (если позволяет время, то и больше) можно посидеть или полежать, полностью расслабившись, закрыв глаза.

Когда почувствуете себя готовым открыть глаза, медленно сосчитайте в обратном порядке от 10 до 1. С каждой цифрой чувствуйте себя все более и более свежим и бодрым.

Цикл «напряжение – расслабление» можно отрабатывать ежедневно. Те сотрудники, которые занимались самостоятельно дома, в общежитии или на работе, могут ускорить процедуру и научиться расслаблять мышцы без предварительного напряжения. Технику данной релаксации можно выполнять лежа, сидя, частично стоя или в позе «кучера». Без предварительного напряжения техника может занять от 5 до 10 минут, и при этом достигаются те же результаты за счет того, что расслабление снимает «зажимы» и улучшает приток крови к различным частям тела. Следовательно, улучшается энергетический обмен, происходит раскрепощение тела, включение его в жизнь.

Вторая часть методики направлена непосредственно на повышение боевого духа.

Известно, что слова «духовность» и «душа» образованы от слова «дух». В свое время определение этих понятий дали Декарт, Спиноза, Гегель, Шопенгауэр, Ницше. Согласно их учению и современным представлениям [240, 213]

дух человека – это его внутреннее «я», его «эго»;

душа человека – совокупность его «я» с умом, включающим в себя сознание и подсознание; мышление и психические способности человека;

духовность человека – наличие в нем возвышенных чувств, желаний, стремлений делать добро, любить людей, альтруизм, порядочность в совокупности с высокой культурой от-

ношения к людям вне зависимости от их этнической и классовой принадлежности.

В толковом словаре С.И. Ожегова и Н.Ю. Шведова (1993) сказано: «**Духовность – свойство души, состоящее в преобладании духовных, нравственных и интеллектуальных интересов над материальными.**»

Чем выше духовность людей, тем благополучнее общество, в котором они живут. В таком обществе нет места злобе, зависти, ненависти по отношению друг к другу. Во второй части методики также дается небольшая нравственная установка, связанная с ценностью душевного покоя родных и близких. Этот психотехнический прием связан уже с мыслью не о себе, а о близких людях, с семейно-культурологической предпосылкой, имеющей определяющее значение в традиционной жизнеспособности человека. **Несмотря на простоту, по своей психологической структуре вторая часть методики обращена к тонким биосоциальным механизмам самосохранения. В каждом человеке генетически существует иллюзия собственного бессмертия. Возможно, она делает человека в жизни оптимистом и поддерживает в нем стремление к самосовершенствованию и целеустремленность. Особенно хорошо эта иллюзия поддерживается в молодом возрасте.**

Единственным препятствием для быстрого освоения методики является необходимость предварительного обучения умению расслабиться (релаксировать). После этого любой сотрудник ОВД может освоить ее самостоятельно. Регулярные занятия постепенно приводят к радикальной перестройке сознания, открывающей путь к обретению уравновешенности, уверенности в себе, смелости, бесстрашия, единения со своей природой и окружением.

Вторая часть

Необходимое время: 15–20 минут.

Материалы: место для удобного сидения или лежания.

Техника: Принимаете удобную для Вас позу (закрываете глаза) и пытаетесь представить себя мертвым, т.е. пытаетесь составить умственную концепцию о себе как о мертвом. И хотя это кажется на первый взгляд просто, полностью осуществить

это невозможно, так как Ваше «эго» отказывается принять подобную мысль. Можно представить себя в бессознательном состоянии, уснувшим, раненым, заболевшим, но не мертвым. Даже если Вы участвовали в боевых действиях или в других чрезвычайных обстоятельствах и теряли друзей и близких, все равно Ваше «я» не примет концепции о собственной смерти. На этой генетически заложенной в человеке жизнеспособности и жизнелюбии будет основываться Ваше самовнушение. Теперь представьте себя окруженным блестящей металлической оболочкой, как панцирем или оболочкой из кевлара. Теперь у вас двойная защита: Ваше «я» и металлический панцирь или кевлар на всем теле, на голове, на руках и ногах. **Теперь представьте свое «я», проходящим испытание огнем, водой, стрелой, пулей и вышедшим невредимым; помните, ни стихия, ни люди не могут воздействовать ни на Вашу физическую оболочку, ни на Ваше «я».** Такое мысленное упражнение дает постоянное ощущение уверенности в себе, силы, смелости. Вы представите, что ваше «я» побеждает стихию. При этом повторяете: «Мое «я» вечно и не может быть уничтожено ничем». Представьте себя непобедимым, абсолютно защищенным со всех сторон, недоступным злу и другим вредным влияниям. Так Вы постепенно, в процессе частых упражнений, приобретаете мощь, силу, уверенность и спокойствие, равновесие, способность без страха смотреть в лицо смерти и другим надвигающимся событиям, подняться над неприятностями и преодолевать их беспрепятственно. При этом представляете, сколько счастья и гордости испытают от этого Ваши близкие и те, которых Вы спасете или оградите от несчастий. Вы можете стать героем, Вами будут восхищаться все. Вы настоящий защитник Родины. Теперь считайте до 10 и обратно и откройте глаза.

Вначале мы апробировали данную методику на московском подразделении ОМОН, прошедшем Чечню. После каждого проведенного сеанса проводилась беседа с каждым членом группы, и в результате удалось выявить несколько групп, по-разному реагирующих на проведенное внушение. На предложение представить себя мертвым все реагировали абсолютно спокойно, хотя ни один из бойцов не смог себя представить мертвым.

Но представить себя в оболочке на первых сеансах смогли не все одинаково: 75% – охотно представляли себя окруженными блестящим панцирем и кевларовой оболочкой, 7% – пред-

ставляли себя только в форме, 8% – сказали, что для них не важно, в чем они находятся, они могут в любой ситуации представить себя непробиваемым ничем, без всякой защиты и в любой момент готовы «еще отправиться в Чечню и куда угодно».

Некоторые из тех, кто представлял себя только в форме, говорили, что в форменном обмундировании они чувствуют себя более мобильными. Один из них отметил, что как только он себя пытается представить в оболочке, чувствует давление и тяжесть в груди. Затем в процессе углубленной беседы удалось выяснить, что во время участия в одной из специальных операций в него попала пуля. Тогда он был в тяжелом бронежилете весом 32 кг и «чуть не задохнулся; к счастью, командир был опытный, ударил меня и помог выдохнуть; грудь распухла, посинела и долго болела».

Необходимо отметить, что данную методику внушения в первое время до полного освоения должен проводить психолог или психотерапевт. Затем освоивший может заниматься самостоятельно, противопоказаний, кроме нежелания самого человека, нет (в таких случаях психолог должен подобрать другие методики или выяснить причину неприятия и устранить).

В течение 1994–1996 гг. мы обследовали группу сотрудников ОВД, участвовавших в боевых операциях в Чечне. Всего было 99 человек в возрасте от 21 года до 30 лет, с которыми проводились занятия релаксационного тренинга из 2 частей: предварительного расслабления в течение 10–15 минут; затем внушения в бодрствующем состоянии.

Показатели функционального психофизического состояния (уровень тревоги по Спилбергеру–Ханину, интенсивность внимания, объем памяти, эмоциональная устойчивость состояния сердечно-сосудистой и дыхательной системы в покое) определялись до начала занятий после 2,5 и 5 месяцев, проведенных ежедневных 30-минутных занятий. После 2,5 месяцев наметилась тенденция к повышению эффективности занятий. Значение показателей (в сторону улучшения) статистически значимо ($p < 0,05$), отличалось при сравнении результатов до начала занятий и через 5 месяцев. Результаты приведены в табл. 8.

Затем 55 человек из этой группы по собственному желанию были отправлены в Чечню, когда там была очень сложная оперативная обстановка. Эта группа бойцов участвовала там, в

боевых операциях с применением боевой техники в течение 45 дней, вернулась без человеческих потерь, только три человека получили легкие осколочные ранения. Вышеуказанные показатели психофизического состояния держались на уровне нормы (как до начала занятий), был выше нормы уровень реактивной тревожности по Спилбергеру–Ханину у 56% бойцов, который через 2 недели отдыха пришел в норму.

Таким образом, улучшение психофизического состояния сотрудников ОВД после проведенных занятий позволяет сделать вывод об улучшении адаптационного резерва, способного преодолеть страх смерти, повышении общей стрессоустойчивости организма, а следовательно, создании предпосылок для поднятия боевого духа сотрудников при функционировании в экстремальных условиях.

По мнению В.А.Пономаренко [163], сегодня армия снижает боеготовность, теряет квалификацию. Но самое главное – что профессионализм напрямую связан с боевым духом. Армия без него – источник цинизма и нравственного растрепания. Русские религиозные философы предупреждали: если в армии прекращается воспитательная работа, мышление становится милитаризованным, все кончается духовным оскудением и деспотизмом. Автор считает, что боевой патриотический дух есть не проявление милитаризованного мышления, а нравственный клич «не убий» [163].

Таблица 8

Оценка усредненных психофизиологических показателей сотрудников МВД в процессе проведения психорелаксационных занятий по методике повышения боевого духа

№	Психофизиологические показатели	1 этап (до проведения)	2 этап (после 2,5 мес.)	3 этап (после 5 мес.)
1	Высокий уровень тревожности по Спилбергеру в %	35±1,8	27±1,6	18±2,0
2				

3	Интенсивность внимания: количество просмотренных букв	670,4±21,2	690,0±21,3	750,0±23,9
4	Объем кратковременной памяти	6,7±1,2	6,8±1,2	7,4±1,3
5	Эмоциональная устойчивость (кожно-гальваническая реакция)	29,0±3,3	19,2±2,2	15,7±2,3
а)	Состояние сердечно-сосуд. и дыхательной систем:	73,4±1,2	70,2±1,2	67,3±1,3
б)	ЧСС* в покое;	14,0±0,4	11,6±0,6	8,0±0,3
в)	ЧД** в покое;	54,4±1,9	68,4±2,4	76,9±3,1
	ЗД*** в покое			

Примечание:

* ЧСС – частота сердечных сокращений;

** ЧД – частота дыхания;

*** ЗД – задержка дыхания.

Нарушение духовного и физического равновесия лиц, функционирующих в экстремальных условиях без определенной целенаправленной профилактики этих состояний, может плохо сказаться на результатах деятельности различных спецподразделений ОВД и ВВ.

В процессе проведения исследований, изучая патогенез стресса, мы пришли к выводу, что, пожалуй, самым действенным в механизме повышения психологической устойчивости к стрессам является духовно-психологическое воздействие на мотивы и сознание сотрудников.

Таким образом, необходимость создания благоприятных условий для реализации и развития духовного потенциала сотрудников МВД не вызывает сомнения. И безусловно, требуется разработка законодательного обоснования целенаправленной

подготовки личного состава МВД к действиям в экстремальных условиях.

3. Основные принципы и методы психокоррекции состояний психической дезадаптации, соответствующие профессиональным особенностям служб и направленные на обеспечение безопасности жизнедеятельности

А. Принципы регуляции дыхания и применения дыхательных упражнений для снятия стрессового напряжения

В «постоперационных состояниях» [167–169], если даже они протекали кратковременно, для личного состава всегда характерны изменения в виде сильной усталости, разбитости, снижения работоспособности, потери сна, головных болей, повышенной раздражительности, агрессивности т.е. признаки астенического синдрома, характеризующие состояние истощения адаптационной энергии. Поэтому стратегия и тактика медиков и психологов всегда должна быть направлена на оказание неотложной и плановой помощи.

При физическом напряжении или в стрессовой ситуации дыхание становится затрудненным и тяжелым. При сильном испуге, напряженном ожидании оно может невольно задерживаться, когда напряжение и испуг проходят, оно становится спокойным и равномерным. Человек имеет возможность, сознательно управляя дыханием, использовать его для успокоения, для снятия напряжения как мышечного, так и психического. Поэтому ауторегуляция дыхания может стать действенным средством борьбы со стрессом наряду с релаксацией и концентрацией. При выполнении дыхательных упражнений необходимо соблюдать принципы постепенности и систематичности, отрабатывать их в определенной последовательности. Осваивать регулируемое дыхание желательно не в острой стрессовой ситуации, а в спокойном состоянии.

Дыхательные упражнения лучше выполнять в таком состоянии, когда позвоночник находится в свободном прямом положении (сидя или лежа), что дает возможность дышать естественно, свободно, без напряжения, полностью растягивать мышцы грудной клетки и живота. Если спина прямая, то дыхательные

мышцы груди и диафрагма могут функционировать легко и непринужденно. Диафрагмальное дыхание способствует расслаблению и выпрямлению тела. При этом очень важно держать прямо голову и шею, последняя ни в коем случае не должна быть напряжена. Во время выполнения дыхательных упражнений шея должна быть релаксирована. Если все в порядке и мышцы расслаблены, то можно начинать дыхательные упражнения в свободном дыхании, постоянно контролируя его. Такой способ дыхания постепенно можно довести до автоматизма, чтобы он стал для вашего организма естественным [41, 74, 75, 200 и др.].

При выполнении дыхательных упражнений необходимо соблюдать следующие принципы и технику выполнения дыхательных упражнений:

1. Руки свободно положить на колени, если сидите, или вдоль туловища, если лежите. Лучше закрыть глаза, чтобы визуальная информация не мешала сосредоточиться. Сосредоточьтесь только на своем дыхании и дышите через нос, слегка сомкнув губы.

2. Для начала в течение нескольких минут просто контролируйте дыхание. Оно должно быть легким, свободным, незаметным (нешумным), вдыхаемый воздух должен быть более холодным, чем выдыхаемый. Дыхание должно быть спокойное и ритмичное. Во время вдоха и выдоха не должны заметно включаться в работу вспомогательные дыхательные мышцы – особенно при вдохе не должны расправляться плечи. Они должны быть расслаблены, опущены и слегка отведены назад.

3. Постоянно контролируйте ритм дыхания. Ведь именно ритмичное дыхание успокаивает нервы, оказывает противострессовое действие. Выполняйте медленно вдох, успевая при этом сосчитать в среднем темпе от одного до шести. Затем пауза. Тренируйте ритмичное дыхание примерно 2-3 минуты. Очень важно при этом соблюдать правильный ритм.

4. Сосчитав до шести, сделайте вдох. При таком медленном вдохе грудная клетка расширяется, затем на высоте вдоха задержите дыхание на три счета, не дольше и выполняйте медленный выдох, снова считая до шести. После выдоха снова задержите дыхание на три счета, не дольше. Таким образом, ритм дыхания будет 6:3:6:3.

При задержке дыхания после максимально глубокого вдоха появляется возможность более длительного и обильного снаб-

жения эритроцитов кислородом. Сердце и мозг получают кровь, значительно обогащенную кислородом, что позволяет снять усталость и напряжение, вызванные стрессом.

5. Повышение эффективности отдельных фаз дыхания. В дыхании должно участвовать практически все туловище. Включать отдельные части туловища в дыхательный цикл нужно в следующем порядке. При вдохе сначала включается нижняя часть туловища, т.е. брюшная полость, активизируя главную дыхательную мышцу – диафрагму. Затем за счет расширения грудной клетки, т.е. активизации межреберных дыхательных мышц, должна включаться средняя часть туловища. Заканчивается вдох в верхней части, т.е. в надключичной области. Выдох должен осуществляться в том же направлении и в той же последовательности, что и вдох.

Для того чтобы приступить к тренировке дыхания, необходимо отработать выдох с усилием, т.е. при сопротивлении выдыхаемого воздуха. Для преодоления сопротивления необходимо удлинить выдох и тем самым активизировать деятельность не только грудных мышц, но и мышц брюшного пресса. Кроме того, продолжительный выдох способствует общей релаксации. Выдох начинается тоже с брюшной полости (можно контролировать рукой), затем постепенно перейти к другим частям туловища.

Приведенные элементы дыхательных упражнений оказывают противострессовое действие, поскольку обеспечивают саморегулируемый спокойный ритм дыхания [182, 200, 57, 41, 74].

Ниже в разработанной нами «Методике поддержания профессиональной чести» использованы приведенные принципы применения дыхательных упражнений.

Каждое участие личного состава в различных экстремальных условиях имеет свою специфику, поэтому особенно важно вербальное (словесно-образное) воздействие на мотивационный уровень сознания. Это довольно ярко показала чеченская война. Учитывая данное обстоятельство и изучив опыт функционирования подразделений московского ОМОН, в том числе и в Чечне, мы составили методику внушения в бодрствующем состоянии,

Ее можно проводить в группе и по отдельности с каждым человеком или, записав на магнитофон, включать для прослушивания в комнатах психологической разгрузки перед ответственным

ными операциями, связанными с угрозой жизни и здоровью. И возможно, даже на полях сражений в минуты отдыха.

Текст внушения в бодрствующем состоянии состоит из трех небольших частей: общей, как бы вступительной; основной – упражняющей, релаксирующе-дыхательной и заключительной. Ниже мы даем вариант текста, когда его произносит психолог или психотерапевт. Но можно психологически подготовленным сотрудникам, склонным к самосовершенствованию, повторять текст от своего имени (слова «Вы», «Ваша» заменяются на «Я» и «Мое» с соответствующими изменениями в падежах).

Методика поддержания профессиональной чести

1. Общая часть

Признавая, что Вы вступили в ряды личного состава МВД, в полной мере осознавая опасность избранной Вами профессии, Вы должны стараться поддерживать престиж своего министерства и моральный дух своего коллектива. Вам, возможно, придется участвовать в очень сложных и опасных для жизни ситуациях, требующих от вас решительности, храбрости, самоотверженности во имя спасения жизни людей, а возможно, и чести Родины, народа и своей – в соответствии не только со служебным, но и гражданским и нравственным долгом.

В напряженных условиях службы Вы всегда должны помнить, что Ваша святость – в присяге, дух – в народном героизме, совесть – в неподкупном служении Отечеству, честь – в благополучии всех сограждан.

В экстремальных условиях Вас спасут сознательная дисциплинированность, исполнительность, инициативность, профессиональная солидарность, взаимопомощь, умение поддержать более слабых, смелость и способность к разумному риску.

2. Упражняющая часть

Примите удобную позу, сделайте глубокий выдох, расслабьтесь максимально и слушайте мой голос. С каждым днем Вы все больше и больше будете чувствовать свою физическую и моральную силу, так как отныне Вы служите только благородным целям, добру, которые дают непомерную энергетическую силу человеку. Всегда помните, что Ваше «Я» – хозяин умственных привычек и что воля – прямой инструмент «Я». Культивируйте

в себе желания и привычки, которые сделают Вас сильным и добрым. Природа любит сильных и добрых людей и всегда помогает им. Теперь Вы всегда сможете побеждать во всех сложных и трудных ситуациях, сможете сохранить хладнокровие и здравомыслие, никогда не оставите в беде своих товарищей, не оставите павшего товарища в руках противника, ни при каких обстоятельствах не причините ущерба своей стране и не уроните престижа своей профессии. Ваша смелость, бесстрашие, уважение к старшему по званию и к своему товарищу, аккуратность и чистоплотность, уход за снаряжением и владение им есть образец для подражания. Если Вам придется участвовать в боевых действиях, Вы всегда одержите победу на поле боя, потому что «смелость города берет», потому что будете сражаться, не жалея сил, во имя защиты чести, целостности и благополучия своей Родины. Теперь сделайте глубокий вдох, несколько задержите дыхание и выдохните медленно и до конца. Повторите это еще три раза.

3. Заключительная часть

Вы чувствуете себя физически крепким, здоровым и спокойным, Вы ежедневно с удовольствием будете заниматься физическими тренировками. Они дадут Вам радость и свободу, силу, уверенность в себе. После тренировок или во время их Вы легко научитесь расслаблять различные группы мышц. Расслабление дает отдых и улучшает их питание, выводит токсины (шлаки) из организма. Будь то бег, прыжки в длину или в высоту – Вы все будете делать легко, свободно, красиво и вскоре почувствуете, как постепенно Вас покинет чувство необъяснимой злобы, зависти, раздражительности, желание употребить спиртные напитки или другие стимуляторы и наркотики. Ваша доброжелательность и жизнелюбие будут заражать окружающих и приносить Вам удачу и успех во всех Ваших делах. Сейчас опять сделайте глубокий вдох, задержите дыхание на высоте вдоха до счета три, затем как можно медленнее выдохните. Максимально расслабьте все группы мышц. Считайте до десяти и обратно и можете вставать. Слушайте и делайте данные дыхательные упражнения ежедневно. Желаем Вам удачи!

Относительная оценка данной методики проведена методом экспертных оценок совместно с другими методиками. Результаты приведены в табл. 4.

Таким образом, с помощью саморегулируемого методического подхода (релаксации, концентрации, противострессовых дыхательных и физических упражнений) можно обеспечить гармоничное единство взаимосвязанных способов борьбы со стрессом и в нужный момент предупредить стресс или противодействовать его негативному влиянию даже при острых стрессовых состояниях в очаге экстремальности (на втором этапе).

Б. Принципы применения медитативных упражнений

Эти принципы тоже тесно связаны с дыханием. Следует подчеркнуть, что основная цель психорегуляции состоит в радикальной перестройке сознания, открывающей путь к единению с живой природой и космосом. Человек, сознание которого постоянно замутило заботами, невзгодами, различными пристрастиями, не может приобрести эту духовную связь с окружающей природой. Поэтому сознание должно очищаться от постоянного наплыва беспорядочных мыслей, оно не должно быть перегружено предвзятыми мнениями, представлениями зависти, мести, злыми мыслями, т.е. должно быть «пустым». Эффекта пустоты можно достигнуть благодаря определенной практике сосредоточения (медитации), когда суетные мысли уходят и обретается равновесие, спокойствие, невозмутимость, готовность работать над собой, самосовершенствоваться. Это в свою очередь тоже способствует «разгрузке» и «освобождению сознания» [212].

При проведении психопрофилактических мероприятий целесообразно использовать следующие основные принципы:

во-первых, то, что медитация в своей основе вначале имеет пассивно-созерцательный характер, но готовится всегда мгновенно сконцентрировать всю энергию, освободить ее в нужный момент в нужном направлении и войти в состояние транс, когда не чувствуется боль, шум и крики уходят в сторону;

во-вторых, принципа духовности тела, или единства духа и тела, когда физическая активность в свою очередь помогает снимать стрессы, препятствует возникновению психических расстройств;

в-третьих, сознание должно быть «пустым» и гибким по типу «бамбука» – с бамбука снег спадает из-за собственного

веса, в отличие от дуба, который может сломаться под большим количеством снега;

в-четвертых, овладеть правильной позой, способствующей максимальному расслаблению, и правильным дыханием. Неординарное дыхание приводит к общему упадку сил, к утрате духовного равновесия. И наоборот, человек, овладевший правильным дыханием, может выдержать многие экстремальные ситуации и снять нервное напряжение. Восстановив правильное дыхание, может достигнуть более высоких состояний сознания.

На современном научном языке это означает правильно дышать и насыщать организм и мозговые клетки кислородом, что способствует усилению кровоснабжения мозга и его питания. Это в свою очередь способствует улучшению памяти, концентрации внимания, и успокоению мыслей. Мозг, как и любой другой орган, очищается за счет улучшения обмена веществ (насыщения кислородом), и затем наступает момент, именуемый «пустым сознанием», не обремененным скачкообразными мыслями. То есть, просто говоря, – ни о чем не думаешь, голова становится ясной. И разумеется, с ясной головой, не загруженной мыслями, легче перейти в состояние активной медитации (концентрации), позволяющей быстро и точно реагировать на происходящее в экстремальной обстановке, сконцентрировать все внимание и энергию. Как принято говорить в обиходе, «собраться с духом» и направить все в нужное русло. Специальные психотехнические упражнения способствуют ускорению этого вполне научно объяснимого процесса. Правильная поза, дающая возможность максимально расслабиться, способствует улучшению питания мышц, ускорению доступа к ним кислорода, снятию мышечных «зажимов» и спазмов, образуемых в ситуациях длительного нахождения в экстремальных условиях или просто утомления в условиях напряженной жизни городов.

Учитывая сказанное, **нет оснований для мистификации принципов дзена, йоги и других методов психофизической подготовки, применяемых на Западе и на Востоке. Важно, чтобы эти методики психорегуляции «работали», давая положительный результат.** Каждый сотрудник МВД должен иметь возможность выбрать те методы, которые ему ближе, понятней и которые он может адаптировать к своим условиям функционирования; задача ученых помочь им в этом.

Важно осознать относительность и условность языка описания психорегулятивных методов. **Методы аутогенной тренировки**, которые были популярны сначала на Западе, а затем и у нас в стране, – **не что иное, как психотехнические приемы индийской йоги**. При этом хотелось бы избежать прежде всего вытеснения духовно-нравственного содержания сути систем психорегуляции и йоги и, наоборот, подчеркнуть и, если это удастся, культивировать эту сторону. Она перекликается с нравственными идеалами христианской традиции, где нравственное начало связано с жертвенностью личности ради духовного спасения человечества, обращенного в веру Христа.

В последние годы слова «медитация», «йога», «астрал», «ментальность» стали едва ли не модными, но очень часто искаженно-обывательскими. О многих восточных концепциях развития человека у нас говорят: «Это, конечно, хорошо, но не для нас, у нас, на Руси, своя духовная традиция». Русская духовность не противоречит другим религиозно-философским концепциям, взятым в их высшем синтетическом смысле. Пример семьи Рерихов свидетельствует о несостоятельности таких утверждений. Американский актер Ричард Гир, исповедующий христианство, признает восточные системы психорегуляции лучшими и использует их для ведения здорового образа жизни – снятия и противостояния стрессам.

Наша научная задача – устранить эти искаженные представления и дать научно обоснованные, адаптированные к нашему образу мышления (менталитету) и условиям напряженного функционирования методики.

Самым общедоступным и распространенным методом является **трансцендентальная медитация (ТМ)**. Слово «медитация» происходит от латинского «**meditor**», что значит «размышляю, обдумываю». Хотя между обычным размышлением и медитативным есть отличия, а именно, с одной стороны, сосредоточенность, которая, накапливаясь, приводит к качественно высокому уровню осознания исследуемого предмета, явления, своего «Я» и т.д., а с другой – способствует умению в нужный момент максимально сконцентрировать внимание, «собраться с мыслями», как обычно принято говорить. Этой методикой может легко овладеть и заниматься практически каждый желающий [226, 159]. Она не требует почти никаких предварительных ус-

ловий, не зависит от образа жизни и политических и религиозных убеждений человека. Данный метод напрямую способствует отдыху мозга, очищает его от непрерывного потока мыслей путем создания пустого сознания и помогает достичь состояния душевного покоя. Для освоения методики необходимо соблюдение трех простых условий: принять удобную, неустойчивую сидячую позу, закрыть глаза и выбрать себе так называемую «**мантру**», т.е. звукосочетание, не несущее смысловой нагрузки. Произнося эти звуки (слова), человек не должен их ассоциировать с какими-то явлениями или предметами. Как обычно, например, при слове «стул» мы представляем конкретные конфигурации для сиденья, а если добавить к этому слову еще два звука – слог «ор», получим «сортул». Во всяком случае, в русском языке у этого слова нет смысловой нагрузки, и, повторяя его, можно начать процесс медитации. Таким образом, «мантры» – это инструмент очищения сознания (мозга). Выбранные бессмысленные слова и звуки лучше произносить на выдохе, как будто выбрасываете из себя ненужные мысли и слова, которые засоряют мозг. В первое время занятий «мантра» может вытесняться мыслями, представлениями, затем снова вспоминаться. Но постепенно, в процессе регулярных занятий, человек достигает такого состояния сознания, когда мантра больше не нужна.

Исследования Бенсона (цитировано по Э.М. Рутман [182]) показали, что после непродолжительной медитации потребление кислорода снижается на 20%, пульс и дыхание становятся реже, тогда как во время сна такое снижение происходит только через 4–5 часов; то же происходит и с артериальным давлением.

Чтобы правильно овладеть **ТМ**, необходимы два вводных занятия, знакомящие с воздействиями и техникой трансцендентальной медитации; короткое собеседование с преподавателем, которое послужит выяснению возможных вопросов и индивидуальному введению в медитацию в форме разовой тренировки. Завершают все это три двухчасовых семинара, дающие основу для понимания и практического применения медитации и перспективу раскрытия сознания.

Также проста техника **концентрирующей медитации**. Концентрация – это фокусировка и частично фиксация внимания на каком-либо объекте. Это могут быть слова, звуки, молитвы, геометрические символы или дыхание. Обычно после длитель-

ной работы в экстремальных условиях нарушается концентрация внимания. Человек не может ни на чем эффективно сосредоточиться, не способен при чтении уловить смысл прочитанного, долго перечитывает одно и то же, чтобы понять, не в состоянии кого-либо внимательно выслушать.

Проста и доступна концентрация с помощью дыхания, дарованного нам с рождения. Нужно считать вдохи и выдохи от одного до десяти и обратно. Счет связывается с дыханием так, чтобы вдох приходился на нечетные числа, а выдох – на четные. Эта двойная концентрация на счете и дыхании, с одной стороны, помогает ограничить возникновение отвлекающих мыслей, а с другой – не мешает погрузиться в более глубокие уровни сознания, поскольку не является слишком сложным действием.

Мусульмане постоянно медитируют во время молитв, так как все молитвы – на арабском языке и смысл их никому, кроме самих арабов, недоступен, эта смысловая недоступность помогает отдохнуть мозгу.

Бенсон [182] проанализировал традиционные требования к чтению молитвы в разных религиях (правила сосредоточения на молитве, особенности дыхания, оговариваемые в религиозных текстах), а также некоторые поэтические тексты, особым образом воздействующие на слушателей, и пришел к выводу, что механизм их действия на тип мышления и создания такой же, как при трансцендентальной медитации, и это позволяет снять ореол таинственности с ТМ.

В табл. 9 приведены результаты применения ТМ у 170 бойцов ОМОН, имеется положительная динамика после 30 сеансов ТМ, отличия до начала занятий и после их проведения достоверные, $p < 0,001$.

На втором этапе (в очаге экстремальности) очень важно умение самостоятельно применять противострессовые методики, которым обучаются на первом этапе. Кроме таких методик следует командирам воздействовать на психику подчиненных патриотической музыкой и песнями в совместных маршах и походах или во время передышки и отдыха. Маршевая музыка особенно способствует объединению идей и действий, сплочению людей, воодушевлению и подъему духовных сил. Важно поощрять людей, любящих народные или любые мелодичные песни и танцы. Групповые песни и танцы являются народными способами динамической медитации и обладают очень мощным

противострессовым отвлекающим действием. Это то, что использовали чеченцы в перерывах между боевыми действиями, – танец «зикр» (он многократно показывался по центральному телевидению, но без соответствующих комментариев). Таким образом, они снимали накапливаемые в процессе боев стрессовые реакции. Ф.Т. Готвальд и В. Ховальд [56] приводят следующее высказывание участника суфи-танца: «Круги танцующих двигались все быстрее, так что в конце концов я видел только мелькание одежд. Я потерял чувство времени. Постепенно я убедился, что мое сознание, хотя я его не утратил, не подвластно целиком моему контролю. Я чувствовал себя беззаботным. Потом у меня появилось ощущение, что я часть этого движущегося целого, что я растворился в чем-то большом». В этом высказывании ощущается, что человек чувствует себя нужным группе и объединенным с ней и все заботы и жизненные тяготы уходят куда-то в сторону.

Таблица 9

Усредненные показатели функции сердечно-сосудистой системы до и после ТМ

Состояние сердечно-сосудистой системы в покое убойцов ОМОН	До начала занятий ТМ	После окончания 30 сеансов ТМ
1. Частота сердечных сокращений	75,0±0,7	65,0±0,8
2. Частота дыхания	15,0±0,4	10,0±0,6
3. Задержка дыхания	50,4±1,2	75,7±1,1

На третьем этапе (по окончании экстремального функционирования) возможно применение всех способов и методов самим сотрудником и психологами и психотерапевтами, а также групповых методов воздействия по типу «психологического дебрифинга» и «дружеской поддержки» командирами и другими

инициативными и опытными сотрудниками с развитым чувством эмпатии и сопереживания.

Кроме того, **на втором и третьем этапах важно включение психосоциальных элементов поддержки и защиты сотрудников.** Поскольку первый и третий этапы подготовки сотрудников к действиям в экстремальных условиях предполагают реальную возможность участия в этом процессе психологов и психотерапевтов, мы более подробно остановимся на возможностях второго этапа, когда сотрудники в очаге экстремальности предоставлены самим себе, в лучшем случае ими управляет командир. В таких ситуациях опытному командиру, обученному на первом этапе некоторым психологическим приемам и методам, целесообразно использовать их по принципу групповой психотерапии [98, 58, 59, 53, 181] во взводе, батальоне и т.д. Каждая психокоррекционная группа должна устанавливать свои неформальные нормы поведения, помогающие установить сотрудничество, сопереживание, сочувствие; исключить соперничество, зависть, «удары в спину» и держание «камня за пазухой».

Для большинства психокоррекционных групп это означает, что в группе (взводе, батальоне) должны быть высокие уровни самораскрытия, выражения конфликтов и привязанностей, искренняя обратная связь между членами группы. Постепенно это становится нормой поведения для данной группы. В группах, ориентированных на взаимодействие, руководитель (командир) должен поощрять заботу о члене группы, имеющем проблемы. Гибкость ролевого поведения зависит от групповых норм.

В экстремальных условиях функционирования тоже может происходить резкая конфронтация взглядов некоторых членов группы, что может усугубить постстрессовые переживания любого члена группы и ухудшить его общее психосоматическое состояние. Вот как описаны взаимоотношения солдат срочной службы и контрактников в 205-й мотострелковой бригаде, воевавшей в Чечне [184]: **«Срочники, воевавшие почти задаром, откровенно враждовали с мужиками, приехавшими подзаработать на войне. 20-летние дембелы, повидавшие смерть, считали новичков-контрактников обычными салагами. Ближе к ночи в роте началась попойка. Перепившиеся дембелы схватились с «контрабасами» (так называли контрактников). Один из срочников профессионально по-**

ставленным ударом согнул пополам дневальный. После этого новичка били еще долго и сильно, пока тот не потерял сознание. Утром на построении выяснилось, что во время драки убили парня-контрактника из Подмоскovie. Мучившийся с похмелья, как и солдаты, командир роты устало махнул рукой...».

Солдат-контрактник описывает в дневнике свое пребывание в Чечне следующим образом: **«... 03.08.96 г. ... Витька Гром, «контрабас» из нашего взвода, ночью бросился на меня с ножом. Чудом увернулся. А утром он протрезвел, ничего не помнит. Кажется, у него едет крыша: мужик в Чечне с весны 95-го. К обеду Витька снова жестоко напился и пообещал все равно кого-нибудь замочить... Из роты сбежал салажонок из срочников... Скорее всего он сдался чеченцам – это хоть какой-то шанс выжить... Комвзвода по пьяни сказал, что я ему сразу не понравился. Не пальнул бы в спину. Обошлось разбитой мордой. Никогда не думал, что это может быть счастьем – захлебнуться в собственной крови, но остаться живым... Мне отбили почки, моча красная. Лейтенант К. напился с какой-то... и гонял на БТР двух «контрабасов», которых пустил бежать впереди. Иногда палил из автомата вверх голов. Игра называется «Охота на волков». Витька Гром все же замочил «контрабаса» из новеньких. Его увольняют за пьянку. Это счастье».**

Сможет человек быстро и самостоятельно адаптироваться к обычной жизни после таких стрессов? В таких условиях функционирования психологам и психотерапевтам трудно предложить что-то кардинальное с целью спасти души этих молодых людей от гибели, чтобы они не превратились в ходячие трупы. Но ничего не делать – тоже преступно. Необходимо учесть опыт этой войны. Готовить людей заранее к таким или аналогичным по напряженности ситуациям – долг государства и профессиональный долг психологов и психотерапевтов. Поэтому **на третьем этапе реабилитации и реадaptации важно спасти этих людей от самоуничтожающих стратегий поведения, которые они могут избрать для себя от безысходности, – путей, ведущих к криминалу, суициду, пьянству и наркомании.**

Наш опыт работы в различных подразделениях МВД показывает, что психолого-психотерапевтическая подготовка имеет

свои особенности и многие существующие методики должны быть адаптированы, т.е. применяться с учетом специфики их функционирования.

В Российской Федерации стала весьма распространенной практика захвата преступниками в качестве заложников невинных людей. А последние события в Буденновске и Первомайске показали всему миру, что возможен крупномасштабный военный терроризм с чудовищным отношением к детям, больным, старикам и беременным женщинам – ни в чем не повинному мирному населению [91].

Анализ многих ситуаций [76], связанных с захватом заложников, показывает, что они являются, несомненно, экстремальными. Их экстремальность связана в первую очередь с угрозой жизни и здоровью как заложников, так и сотрудников органов внутренних дел, участвующих в специальных операциях по их освобождению. На современном этапе сами сотрудники все чаще становятся заложниками, особенно при крупномасштабных террористических актах политического характера. Об этом свидетельствовали события, происходившие в Чечне, Первомайске и Кизляре.

П.Б. Ганнушкин отмечал, что реактивные психозы могут развиваться у людей, по тем или иным причинам оказавшихся в условиях социальной изоляции.

Т. Хейердал [218] отмечает, что «это психологическое состояние, когда самый покладистый человек брюзжит, сердится, злится, наконец, приходит в ярость, потому что его поле зрения постепенно сужается настолько, что он видит лишь недостатки своих товарищей, а их достоинства уже не воспринимаются». Последнее в настоящее время называется «тоннельным видением проблемы».

М.М. Хананишвили [217] на основании большого количества фактов считает, что ограничение поступления личностно-значимой информации является фактором, который вызывает у людей выраженные неврозы.

При проведении метода экспертных оценок с работниками московских спецподразделений было выявлено, что в этих ситуациях не гуманно психологам и врачам оказывать психотерапевтическую помощь только сотрудникам, оставляя без психологической поддержки людей, взятых в заложники и тоже находящихся в состоянии стресса. Учитывая, что в качестве за-

ложника может оказаться и личный состав МВД, мы разработали методики психологической поддержки заложников.

О стрессогенных факторах, влияющих на психическое состояние сотрудников, было упомянуто в 1 главе. Для заложников, в свою очередь, тоже имеется ряд факторов, являющихся стрессогенными:

угроза жизни и здоровью; групповая изоляция, связанная нередко с необходимостью находиться неопределенное время с людьми непривычного круга;

разлука с близкими людьми, информационный вакуум и др.

С учетом отмеченных особенностей воздействия был разработан ряд методов психологической защиты заложников и участников специальных операций по их освобождению, которые направлены на ослабление или снятие отрицательных воздействий стрессогенных факторов и одновременно обеспечивают:

профилактику отрицательных последствий воздействия на психику заложников и участников операций по их освобождению стрессогенных факторов;

выработку стрессоустойчивости путем мобилизации физиологического и психологического потенциала человека, его собственных внутренних механизмов психологической защиты;

предупреждение агрессивных реакций со стороны как заложников, так и террористов.

Предложенные методики психолого-психотерапевтического влияния составлены по принципу простоты, доступности, осуществимости. Хотя имеются и другие отвечающие данным целям воздействия, но требующие особых условий их реализации и более приемлемые для условий планомерной подготовки в спокойной обстановке, нежели для действий в экстремальных ситуациях [195].

Каждый конкретный случай захвата заложников своеобразен и отличается от других. Тем не менее **на основании учета фактов успешного завершения ситуаций с захватом людей террористами, а также с учетом негативного опыта и на основе использования метода экспертных оценок были разработаны некоторые методы психологической защиты и поддержки заложников и сотрудников, которые дадут возможность психологам оказать посильную в каждой конкретной ситуации помощь.**

Поскольку в реальной ситуации применить и оценить методики очень сложно, был проведен опыт методом экспертных оценок (табл. 10). В качестве экспертов анкеты заполнили командиры отряда московского ОМОН и СОБР и рядовые бойцы, имеющие опыт работы не менее 5 лет. Из 45 человек 27 участвовали в чеченской войне (из числа последних – 5 человек медиков и психологов). Полученные результаты представлены в табл. 4, вариант анкетного опроса – в приложении 3.

Таблица 10

Результаты оценки эффективности различных методик методом экспертных оценок

№ п/п	Названия методик психологической поддержки личного состава МВД и заложников (соответственно I и II)	Среднее арифметическое выведенных оценок по 5-балльной системе
I		
1	Методика поддержания профессиональной чести сотрудников	4,8
2	Методика высвобождения гнева	5,0
3	Экспресс-метод моделирования поведения группы захвата и террористов	4,3
4	Методика повышения боевого духа	4,9
II		
1	Метод перекрестной информации	4,1
2	Метод мобилизационной поддержки друга друга в группе	4,3
3	Метод музыкально-литературного воздействия на психику заложников	4,5
4	Методика ведения дневника или записной книжки	4,3
5	Метод игровой деятельности	5,0

Далее приводятся тексты методик, разработанных для психологической поддержки личного состава и заложников.

V. Методики психологической поддержки личного состава

1. Методика высвобождения гнева

Опыт теоретического изучения ситуаций захвата заложников и деятельности сотрудников ОВД и военнослужащих ВВ в Кизляре, Первомайском и в других ситуациях показывает, что у лиц из числа группы специального назначения накапливается чувство сильного гнева, злости, направленное на террористов. Поэтому для предварительного частичного снятия напряжения, вызванного сильным гневом, экспертная группа высоко оценила «методику высвобождения гнева», которая может применяться в помощь сотруднику не только в ситуациях освобождения заложников, но и в условиях других ЧП и ЧО.

Цель методики: дать предварительную эмоциональную разрядку для того, чтобы в дальнейшем в реальных условиях человек мог контролировать свои чувства и поведение и подчинять их принципам разумности и целесообразности, а также усилить циркуляцию крови и кислорода по органам путем расслабления тела и регуляции дыхания.

Время: от 15 до 30 минут.

Материалы: макет, манекен, матрас (пенопластовый мат) или любой предмет, который может выдержать удары дубинки, палки или кулака.

Техника высвобождения гнева: встать лицом к объекту (манекен, макет или другая имитация террориста или группы террористов, фотографии, прилепленные на мягкий предмет), расставить ноги на 45 см, слегка согнуть колени и наносить удары по объекту сильно, но расслабленно. Необходимо включить в действие все тело. Рот держать открытым, дышать глубоко и делать форсированные выдохи, не сдерживать кулаки. Можно использовать любые слова, выражающие чувство гнева. Если составлены фотороботы или имеются фотографии, можно зрительно представить себе преступников и направить на них свой гнев. Это упражнение может выполняться одновременно группой или каждым членом группы по очереди как в период

подготовки к функционированию в экстремальных условиях, так и в период действия в очаге экстремальности в моменты передышки и отдыха.

2. Экспресс-метод моделирования поведения группы захвата и террористов

Когда станут известны цели захвата заложников, мотивы поведения террористов или других криминальных групп, место их дислокации, количество участников, их силы и средства, то вполне возможно смоделировать условия их обезвреживания, отрепетировать поведение группы захвата и прогнозировать поведение различных криминальных групп.

Цель репетиции: подготовить почву для более сложного, реального поведения в условиях ЧП, сопряженного с опасностью для жизни; сформировать уверенность в себе и выработать стратегию и тактику совместного безопасного поведения сотрудников, профилактируя физические потери.

Необходимое время: от 20–30 мин – до 1 часа (при наличии времени).

Материалы: бумага, карандаши, помещение.

Техника: выделить 2 подгруппы по 3, 5, 6 человек. Одна будет выдвигать идеи и движения, близкие террористическим; другая – близкие сотрудникам группы захвата.

Каждый член группы коротко говорит о ЧП, как он себе его представляет, высказывает свои предположения и возможности реализовать себя в данной обстановке, выбирает себе члена группы на роль партнера во взаимодействии. Командир чертит план действий, обозначает места возможных встреч с террористами и после этого переходит к конкретным действиям в роли террориста или сотрудника. Моделирование поведенческих возможностей может продолжаться до тех пор, пока каждый член подгруппы не сыграет роль партнера во взаимодействии.

В данной ситуации важно, чтобы руководитель группы и психолог анализировали по ходу репетиции, что понравилось им в поведении членов группы, упоминали любые изменения и дополнения, которые можно внести. Если возникает тупиковая ситуация, необходимо выслушать или посмотреть (если моделируются физические приемы) других участников группы. В репетиции руководителю группы и психологу очень важно

иметь хорошую выдержку, быть тактичными и поощрять правильное поведение участников, чтобы они могли получить удовлетворение от положительного опыта. Необходимо, чтобы каждый член группы научился структурировать ситуацию и почувствовал свою роль, необходимость и важность, уверенность в себе и победе.

Г. Методики психологической поддержки заложников

Заложниками могут быть и личный состав МВД, и общая популяция. Психологическая поддержка и защита заложников складывается из 2 моментов: 1) воздействие на психику террористов с целью предупреждения их агрессии в отношении заложников; 2) воздействие с помощью средств связи непосредственно на психическое состояние заложников. Необходимым условием успешного осуществления такого воздействия является полнота и достоверность собранной из различных источников информации о личности как заложников, так и преступников.

1. Метод перекрестной информации

С учетом того, что установление контактов с террористами и заложниками поначалу происходит, как правило, открыто, гласно, то на первоначальном этапе общения террористам следует сообщить информацию о тех людях, которых они захватили (наличие детей, больных, старых людей, нуждающихся в оказании неотложной помощи).

Заложникам (в процессе обмена заложников, через врачей, путем передачи записок, листовок, иногда через громкоговорящую связь) необходимо сообщить, что они должны беспрекословно выполнять команды людей, захвативших их. Отдать личные вещи, которые они требуют, вести себя спокойно, не относиться враждебно к этим людям, не бояться обращаться со спокойными просьбами о том, в чем остро нуждаются.

При ухудшении состояния здоровья в спокойной форме заявить об этом, не пытаться бежать (такого рода информацию террористы иногда не могут перекрыть, когда она передается по громкоговорителю; если эта информация им выгодна или

обменивается на их требования, то они соглашаются передать ее по радио, показать по телевидению).

Психологическая поддержка заложников во многом зависит от условий ведения переговоров с террористами. Прежде всего, к ним относятся способы передачи информации, квалификация переговорщиков, искусство ведения ими переговоров, наличие контроля со стороны захватчиков за ходом переговоров и поведением заложников.

Эти факторы следует оценивать, учитывать и использовать, так как о некоторых общих и частных рекомендациях, которые могли бы быть полезными для лиц, оказавшихся в такой ситуации, не следует знать террористам. В частности, по возможности, заложникам полезно сообщить, что случаи захвата людей заканчиваются, как правило, их успешным освобождением, что спецслужбы уже предпринимают профессиональные меры по их освобождению.

Во взаимоотношениях необходимо контролировать свое поведение, разговаривать с преступниками спокойным голосом, не высказывать категорических претензий, не допускать вызывающего, враждебного тона и выражений презрения, которые могут вызвать вспышку гнева захватчиков. На их вопросы, затрагивающие государственные или личные дела, отвечать кратко, вежливо и тактично. Более свободно и пространно можно вести разговор на любые темы общего характера, особенно если они притупляют бдительность преступников. В том случае, если террористы потребуют публично выразить поддержку их требований, не делать этого от своего имени. Не следует оказывать агрессивного сопротивления, пытаться бежать, если нет полной уверенности в успехе побега, делать резких, угрожающих движений, т.е. не совершать поступков, которые могут спровоцировать террористов на непредсказуемые действия.

Заложникам следует рекомендовать расположиться, по возможности, подальше от захватчиков, а также от окон и дверей, заняв, таким образом, наиболее безопасные места на случай штурма спецподразделениями места нахождения террористов или ведения огня на поражение преступников. В случае штурма помещения заложникам рекомендуется лечь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке, не возмущаться и отнестись с пониманием к тому, что штурмующие сразу при захвате помещения и до установления личности присутствующих могут действовать

достаточно жестко по отношению ко всем присутствующим в этом помещении. Эту информацию можно передать заложникам при обмене или замене одного заложника на другого, при передаче пищи или оказании медицинской помощи (можно в виде листовки, которую они могут передавать друг другу тайно).

2. Метод мобилизационной поддержки друг друга в группе

Зная характеристику группы заложников, можно обратиться к их лучшим человеческим качествам, т.е. мобилизовать стремление людей помогать ближнему в трудных ситуациях. Если в группе имеются люди, владеющие методами психологического или психотерапевтического воздействия (аутотренинга, медитации и др.), то необходимо призвать этих людей организовать занятия. Мобилизовать каждого члена группы воздействовать на другого своими знаниями, опытом, умением взбодрить, поддержать друг друга и более слабых.

Для проведения данного метода в жизнь психологу и медику нужна информация о личности заложников и хотя бы односторонняя аудиосвязь с заложниками. Такую связь и разрешение провести психологическую поддержку заложников можно получить в случаях массового ухудшения психофизического состояния заложников или в обмен на какие-то из требований террористов.

3. Метод музыкально-литературного воздействия на психику заложников

При целенаправленном использовании музыки важно знать некоторые особенности шумового эффекта, вызываемые им. Поэтому при музыкальном воздействии на психику заложников необходимо соблюдать следующие правила:

- 1) контролировать и регулировать акустический уровень среды;
- 2) по возможности подавать музыку так, чтобы люди могли уплывать источниками музыки.

Подбор характера музыкальных произведений следует строить в зависимости от возрастного состава заложников.

1. Для лиц молодежного возраста, как считают некоторые психологи, очень сильное впечатление производят рок-мелодии, воспроизводимые современной электронно-акустической аппа-

ратурой. Для некоторой категории молодежи шум рок-музыки не только привычен, но и необходим, подобно наркотику. Психологические исследования показали, что громоподобность рока у многих молодых людей вызывает ощущение прилива энергии, пробуждения и при этом якобы повышается восприимчивость к эмоциональным воздействиям [221].

При подборе рок-музыкальных мелодий необходимо обращать внимание на идеологию создателей рок-музыки и словесное содержание песен.

Достоинства музыкального произведения зависят от таланта композитора и исполнителей, которые могут создать ощущение иллюзорности окружающего мира, внезапной радости, энергии, бодрости, оптимизма.

2. Люди среднего и старшего возраста к рок-музыке относятся скептически, у них она может быстро вызвать чувство утомления, разбитости, оглушенности. Однако некоторые категории людей среднего возраста, имеющие молодых детей и внуков (если шум не настолько силен, чтобы испортить слух), могут испытать чувство бодрости, подъема душевных сил и настроения.

3. Можно также использовать музыку детских музыкальных произведений. Данную музыку все возрастные группы воспринимают одинаково хорошо.

Таким образом, при подборе музыки для заложников необходимо попеременно использовать молодежную музыку наряду с классической, т.е. как музыку «для ног и тела», так и «для сердца и души».

4. По такому же принципу, что и музыку, можно подобрать отрывки из литературных произведений. Это могут быть короткие рассказы, стихи, юморески. При этом остросюжетные, бодрящие, возбуждающие нервную систему произведения транслировать лучше в утреннее время, произведения нейтральные, спокойные – о природе, о животных – в вечернее время.

4. Методика ведения дневника или записной книжки

М.Е. Бурно считает, что процесс писания писем, дневников или эссе, исповедей оказывает на человека успокаивающее, целебное действие [37].

Данная методика привлекательна своей простотой и возможностью писать карандашом, тушью, ручкой в любых условиях. Поэтому мысль, поданная заложником о возможности изложения своих переживаний, желаний и т.д., привлекательна не только успокаивающим действием, но и возможностью занять время и потом воспроизвести детали пережитых моментов, которые у многих могут быстро забыться.

Некоторые механизмы метода:

1) можно писать обо всем, что приходит в голову, перескакивая, по необходимости, от изложения пережитого, увиденного, услышанного до своего отношения ко всему, что происходит вокруг, ибо бумага выдерживает все и на душе становится легче;

2) можно свои мысли изображать в виде формул, стихов, схем, картинок и даже музыкальных мелодий;

3) лица, переживающие какие-то болезненные, стрессовые состояния, могут описывать свои физические ощущения, анализировать свое состояние, раздумывая, как бы точнее описать его;

4) можно написать свои переживания в виде письма или обращения к близким и знакомым людям. При этом можно не только писать о происходящем, но и окинуть взглядом то важное, светлое, приятное, что было в прошлом, справедливо оценить свои действия, дать нравственный совет или задание себе и другим.

Данную методику в процессе установления связи с заложниками можно довести до их сведения в виде ненавязчивого совета или просьбы зафиксировать детали происходящих событий.

5. Метод игровой деятельности

При наличии связи предполагается решение кроссвордов, ребусов, шахматных задач. При наличии обратной связи психолог или медик могут управлять игровой деятельностью. При наличии односторонней связи они направляют взаимодействия группы между собой. Данная методика особенно адекватна, когда заложники – дети.

Для проведения этих методик медикам, психологам и другим специалистам, входящим в группу «кризисного реагирования» [211], необходимо иметь сборники кроссвордов, загадок,

ребусов, магнитофонные записи музыкальных произведений и коротких рассказов, сказок, юморесок, подобранных специально для чтения или записи на пленку, отрывки каких-либо дневниковых записей из литературных произведений, соответствующие ситуации или нейтральные – о природе, животных и т.д.

Все предложенные методики приведены довольно схематично, чтобы каждая группа могла совершенствоваться и развить их по-своему, адаптируя их суть к конкретной обстановке, или выбрать и применить что-либо одно, что доступно и адекватно данной ситуации.

На заключительном этапе операции после благополучного исхода и заложники, и сотрудники продолжают нуждаться в психологической защите и поддержке не меньше, чем будучи участниками ЧП. Пережив глубокий эмоциональный стресс, и личный состав МВД, и заложники имеют право на моральную и материальную поддержку со стороны как близких родственников, так и властей.

Поскольку правовая позиция пострадавших в качестве заложников в настоящее время остается слабой, пути возмещения морального и материального ущерба необходимо продумать на будущее, учитывая опыт зарубежных стран, где имеется четкая система социальной защиты жертв уголовных преступлений [211].

Поэтому в наших условиях защита и поддержка в период реадaptации может включать:

- 1) оказание сотрудникам и заложникам юридической, врачебной, психологической помощи;
- 2) оказание материальной помощи путем привлечения различных фондов и общественных организаций, если по каким-то обстоятельствам жертвы и сотрудники нуждаются в этом;
- 3) подготовку заключения экспертов, психиатров и психологов по отдаленным результатам воздействия ЧС.

В настоящее время большое значение придается изучению проблем терроризма, и можно надеяться, что разработанные нами методики найдут применение при проведении обучения и подготовки групп для их совместных действий в экстремальных условиях функционирования.

Задача медика и психолога – определить, в каком виде реабилитации – амбулаторной или стационарной (госпитальной) – нуждается сотрудник. Но однозначно личному составу должен быть предоставлен отдых от работы на тот или иной срок, в зависимости от степени непосредственного участия и тяжести психофизического состояния. Чеченский опыт показал, что двух недель недостаточно для восстановления психофизического статуса личного состава ОВД и ВВ.

После окончания функционирования в экстремальных условиях, на третьем этапе реабилитации, тяжесть медико-психологического состояния сотрудников будет зависеть от степени благополучности исхода операции: как показали чеченские события, чем больше человеческих потерь со всех сторон, тем выше психотравматичность ситуации. В зависимости от этого могут быть непосредственные острые психосоматические реакции в ходе операций (ОСР) и отдаленные хронические (ПТСР).

Наиболее тяжелые последствия соматогенных проявлений стресса:

- гипертонические кризы;
- инфаркты;
- инсульты;
- язвы желудка и двенадцатиперстной кишки и др.

Последствия психогенных проявлений стресса:
истерические и другие эпилептиформные припадки;
реактивные психозы;

делириозные состояния сознания у тех, кто злоупотреблял алкоголем и наркотиками. На фоне стресса они могут носить нетипичный характер и возникать на фоне эпизодического, но массивного употребления спиртных напитков или суррогатов;
неврозоподобные и психопатоподобные реакции;
тревожно-депрессивные переживания и т.д.

Эти состояния в условиях длительного воздействия стрессогенных факторов становятся сочетанными и входят в структуру посттравматических стрессовых расстройств. Их может диагностировать без труда психиатр, имеющийся в группе. Все перечисленные состояния требуют оказания немедленной стационарной помощи. Группа сотрудников, оказавшихся в числе «практически здоровых», может дать отсроченные реакции на

ситуацию пережитого стресса, поэтому нуждается в диспансерном наблюдении.

В любом случае нарушения сна и легкие вегетативно-сосудистые реакции могут наблюдаться у всех, и поэтому психотерапевтическую помощь необходимо сочетать с другими видами медицинской помощи.

Трудно возместить личному составу усилиями медиков и психологов моральные потери, которые он несет в результате. Пути возмещения этих потерь необходимо продумать на будущее, учитывая опыт зарубежных стран, где имеется, отлаженная система психолого-психотерапевтической и социальной защиты сотрудников. Достижение хорошей физической формы у сотрудников требует постоянных и интенсивных тренировок, в процессе которых увеличивается уровень основного обмена веществ, развивается сила и выносливость мышц, улучшается эффективность работы дыхательной и сердечно-сосудистой систем.

Сотрудники ОВД и военнослужащие ВВ при функционировании в экстремальных условиях расходуют в 2-3 раза больше энергии, чем в обычных, и, соответственно, нуждаются в высококалорийном, полноценном и сбалансированном питании. Ниже мы приводим основные требования к питанию сотрудников.

Д. Теоретические принципы использования сбалансированного питания в экстремальных условиях

1. Полноценность (пища сотрудников в ЭУ должна содержать все необходимые питательные вещества в количествах, достаточных для удовлетворения потребностей организма и при больших физических нагрузках).

2. Сбалансированность (равноценные пропорции питательных элементов).

3. Компактность (пища не должна занимать большой объем и излишне растягивать желудок).

4. Хорошая усвояемость (питание не должно быть тяжелым, пища должна быть легкой и хорошо усваиваться).

5. Высокие вкусовые качества и разнообразие.

6. Правильный режим питания.

Нарушению стрессоустойчивости организма сотрудника МВД в ЭУ могут способствовать следующие причины неполноценного питания:

1. Неполное удовлетворение потребности организма в незаменимых компонентах питания типа тирозина. Нагрузки стрессовой ситуации ведут к истощению запасов норадреналина и требуют их быстрого наращивания, иначе в организме наступают нервно-психические нарушения, которыми характеризуются психические расстройства. Синтезу норадреналина в организме способствует его предшественник – аминокислота тирозин; от содержания в крови и ткани мозга тирозина зависит в дальнейшем и синтез норадреналина. Тирозин – это одна из аминокислот, содержащаяся в большинстве белковых продуктов, которая всасывается в результате переваривания пищи из желудочно-кишечного тракта в кровь, затем в ткани мозга, где и ассимилируется нервными клетками. Поэтому в целях повышения стрессоустойчивости личного состава необходимо давать пищу, богатую белками с высоким содержанием тирозина, от которого зависит в дальнейшем развитие защитных адаптационных механизмов в ответ на стресс [50].

Чеченская практика боевых действий показала, что не всегда в наше время имеется возможность обеспечить полноценное питание сотрудников не то что пищей, богатой тирозином, а элементарным питанием для утоления голода.

2. Дисбаланс питательных веществ. Избыточное поступление одних незаменимых компонентов питания при дефиците других увеличивает степень дисбаланса этих веществ в организме и уменьшает эффективность обменных процессов.

3. Излишнее употребление кофе, пива и крепких спиртных напитков нарушает обмен веществ, вызывает привыкание, побочные эффекты, снижает стрессоустойчивость, приводит к искусственному истощению нервной системы.

Добиться соответствия этим требованиям – в настоящее время очень сложная задача. Как показала практика, питание сотрудников мало отвечает перечисленным условиям. Поэтому к обычному рациону в экстремальных обстоятельствах необходимо давать различные питательные и витаминные смеси и добавки.

Для уменьшения дефицита белка можно использовать белковые коктейли, белково-углеводные коктейли, при дефиците уг-

леводов – углеводные коктейли, углеводно-минеральные напитки.

Для поддержания витаминного запаса – различные витаминные препараты, витамины группы В, С, Е (аэровит, декамевит, ундевит и др.), а также группы витаминов с минеральными солями типа «центрум», «витрум», «дейли пак» и др.

Разумеется, рациональное питание – лишь одно из слагаемых стрессоустойчивости в экстремальных условиях.

Для восстановления психологической стрессоустойчивости, медико-психологической и социальной реабилитации личного состава главной должна оставаться ориентация на включение собственных резервных механизмов восстановления организма и использование максимально естественных для человека приемов, не дающих побочных реакций. К таковым мы относим:

различные методы саморегуляции;

дыхательную гимнастику (заимствованную из системы йоги);

нормализацию режима питания путем включения в рацион всех веществ, которые повышено расходовались в ситуации стресса;

нормализацию режима сна и активный отдых (физические упражнения, прогулки пешком по лесу, плавание, бег, умеренные солнечные ванны) [167, 168].

Изменения, выявленные в психофизическом состоянии сотрудников московского ОМОН после возвращения из Чечни через 8–12 месяцев (только 36% сотрудников имели хорошую адаптацию и не нуждались в коррекции психофизического состояния), говорят о том, что необходимая активная помощь остальным 64% должна быть комплексной. Они нуждаются в активном вмешательстве медиков различных специальностей, психологов, психотерапевтов, социологов, правоведов.

4. Методологические основы безопасности жизнедеятельности личного состава

Перспективные методы использования новых технологий по нелетальному поражению преступника.

Всегда привлекательно было бы одержать сотруднику победу над преступником, сохранив жизнь ему и себе, используя

только средства нелетального воздействия, временно выключающие сознание человека или его целеустремленные действия. Особенно в случаях, когда приходится иметь дело ОМОН, СОБР, ОСН с массовыми беспорядками в местах лишения свободы, при демонстрациях, забастовках, при освобождении заложников и при общении с участниками стычки молодежных движений, агрессивными настроенными пьяными гражданами, разведенным отцом, захватившим в заложники собственного ребенка, и т.п..

Имея такие средства, сотрудники ОВД и военнослужащие ВВ в экстремальных ситуациях смогут принимать быстрые решения, не боясь последствий для себя и преступника и избежав излишней стрессогенности ситуации.

В настоящее время Национальным институтом правосудия США (NIJ) ведутся разработки оснащения, призванного помочь стражам порядка в тех случаях, когда применение огнестрельного оружия бессмысленно. Внедрение в жизнь программы по созданию нелетального оружия для полиции началось в 1992 году. Разработки современного оснащения для правоохранительных органов и обороны проводятся лабораториями министерства энергетики, расположенными в различных регионах США (154).

В этих лабораториях изобретено новое средство, позволяющее существенно снизить у задержанного лица его двигательные способности. Это **воздушный мешок для заднего сиденья автомашины, цель которого «успокоить» агрессивно настроенного нарушителя при его доставлении в участок.** Последняя модель изготовлена из смеси брезента и нейлона и остается надутой столько времени, сколько нужно для ограничения движений правонарушителя, не затрудняя в то же время его дыхательных функций.

Разработано еще одно усмиряющее средство, так называемая «липкая пена», которая мгновенно может остановить бегущего человека. Его технология апробирована на оборонных объектах для охраны ядерных материалов и оружия. Пена застывает менее чем за пять минут, полностью перекрывая доступ к охраняемому участку. Ее новая модификация не застывает, а остается липкой. Если дотронуться до нее, рукой, то руку уже невозможно оторвать.

Липкой пеной можно будет заряжать специальное ружье, которое при нажатии на спуск лишит нарушителя способности двигаться. Радиус действия орудия – до 35 футов. Струя, направленная на ноги, временно лишает правонарушителя двигательных функций, а пена, попавшая на руки, не дает ему возможности воспользоваться оружием.

Другая новинка – химические вещества, лишаящие нарушителя дееспособности. Наиболее перспективным из них считается алфенталин (alfentalyn) – наркотический препарат на синтетической основе, обычно используемый в медицине как анестезирующее средство во время хирургических операций. Однако этот высокоэффективный депрессант применим лишь в небольших дозах, так как, активно воздействуя на центральную нервную систему человека, подавляет его дыхательные функции, заставляя одновременно с ним применять какой-либо антидот.

Сегодня учеными разработан лфентанил (lofentanyl), который целенаправленно, проникая в мозг человека (вне зависимости от принимаемых им лекарственных препаратов), выводит его из строя на срок около 2 минут. Исследователи работают также над рецептурой других носителей химических средств.

Национальный институт правосудия по-прежнему занимается изучением перечных аэрозолей и анализом статистики, связанной с их применением. Специально созданная рабочая группа утверждает, что ни одна из имевших место смертей, наступивших якобы в результате воздействия перечных аэрозолей, не была следствием их использования. Все они были вызваны позиционной асфиксией, состоянием аффекта или последствиями приема наркотиков или алкоголя.

Сейчас ученые работают над созданием оружия, которое нельзя применить против его владельца. Общеизвестно, что ежегодно каждый четвертый из убитых полицейских был застрелен из его же собственного оружия. **Разрабатываемое оружие сможет «идентифицировать» своего владельца и будет применимо лишь в его руках.** Подобное изобретение не только улучшит печальную полицейскую статистику, но также сократит число членов семей, застрелившихся из оружия «отца семейства». Сейчас проходят испытания многочисленные методики, основанные на использовании размещенных на рукоятках

пистолетов специальных сенсорных полосок, которые будут «узнавать» руку хозяина (его отпечатки пальцев или ладони).

Есть и другие проекты, которыми планирует в ближайшее время заняться Национальный институт правосудия.

а) **Миниатюрные видеозвуковые системы связи**, размещаемые на шлеме или форме патрульного полицейского, позволяющие передавать звуковую и визуальную информации о действиях полицейского и нарушителя в реальном масштабе времени в центр управления для принятия оперативных решений и использования в дальнейшем в качестве вещественных доказательств.

б) **Магнитные метки, укрепляемые на автомобиле**, позволяющие определять его местонахождение.

в) **Наручные часы с определителем местонахождения полицейского**, его самочувствия (пульса и давления). Эти сведения автоматически будут передаваться на пульт управления, а в случае ранения данное устройство поможет не только отыскать его, но и оповестить о необходимой медицинской помощи.

г) **Роботы-пауки**, которые смогут передавать звук и изображение об интересующих полицию событиях, заполняя под закрытые двери и прячась по углам.

д) Кроме того, ученые Национальной лаборатории в Оук-Ридж-штат Теннесси), в настоящее время проводят испытания магнетофосфенового оружия, способного испускать импульсы в диапазоне от 10 до 100 герц, заставляющие нарушителя «увидеть в глазах звезды». Ружье может использоваться на расстоянии от 10 до 20 ярдов и при необходимости способно наносить удар сквозь стены.

е) Здесь же проходит экспериментальную проверку так называемое **тепловое оружие**, которое увеличивает температуру тела правонарушителя (посредством электромагнитной радиации) от 107 градусов по Фаренгейту (37 градусов по Цельсию) до полного выведения его из строя.

Перспективные разработки американского национального института правосудия направлены в будущее. В современном мире нельзя обойтись без альтернатив огнестрельному оружию.

По мнению руководства института, полиция до сих пор вооружена и оснащена, как в конце 19 века. В своей работе сейчас она опирается только на три основные возможности:

уговорить, чтобы заставить сотрудничать;

применить силу, чтобы заставить подчиниться;

застрелить, когда нет других выходов.

Однако есть сомнения в правомерности использования не смертельных методов поражения преступника и других групп граждан в актах массового неповиновения. Но разве мы сейчас не пользуемся ими ("черемуха» и др.)? Хотя полицейские и наша милиция, вооруженные подобными средствами, вряд ли вызывают чувства симпатии и одобрения у граждан, но тем не менее это лучше, чем огнестрельное оружие, которое может сразу *уничтожить человека, при этом сделав сотрудника следственным.*

Новые технологии способны значительно расширить возможности личного состава МВД. Однако, чтобы разработать, испытать и оснастить правоохранительные подразделения современными средствами борьбы с правонарушителями, ученым необходимы опыт и знания практических работников.

Средства, созданные для избежания летальных исходов различных операций, смогли бы помочь избежать стрессогенных ситуаций, которые почти всегда связаны с критическими инцидентами с применением огнестрельного оружия, которые воздействует на психику личного состава и окружающих участников инцидента сильнее, чем мы предполагаем. Особенно в таких ситуациях, как захват заложников, когда трудно разобраться, где преступники, где заложники. Альтернатива огнестрельному оружию помогла бы утвердить состояние устойчивости к стрессам, избежать длительных угрызений совести, постигающих сотрудников милиции, полиции и военнослужащих после применения ими смертоносного оружия [230].

Методы использования опыта по выживанию в опасных для жизни стрессогенных ситуациях

Изучение состояния дисциплины в подразделениях ГУВД г. Москвы и связанного с ним профессионального травматизма

и гибели личного состава побудило нас к поискам средств психопрофилактики этих явлений.

Многие ученые Академии управления МВД РФ тоже уделяют внимание безопасности жизнедеятельности сотрудников [35, 78, 160].

В результате проводимых профилактических мероприятий удалось улучшить состояние дисциплины и законности

В 1997 году в Московском гарнизоне нами было проанализировано количество чрезвычайных происшествий, допускаемых личным составом (370 в 1996 г., 226 за такой же период 1997 г.), в том числе **привлечено к уголовной ответственности 82 сотрудника (1996 г. – 127), утрачено табельного оружия 21 (1996 г. – 34), нарушений законности 70 (1996 г. – 140).**

Увеличилось число ДТП. За первое полугодие 1997 года сотрудниками совершено 180 ДТП (за аналогичный период 1996 г. – 151). В них погибло 36 сотрудников, пострадало 123 (в 1996 г. – 29 и 103 чел.). Почти в 2 раза увеличилось число аварий, совершенных сотрудниками в состоянии алкогольного опьянения – 32 (1996г.- 17), в том числе 8 случаев на служебном автотранспорте. В 23 случаях ДТП совершили сотрудники, не имеющие права на управление автотранспортом. 71 ДТП (1996г. – 52) совершено на служебном транспорте.

Много сотрудников пострадало от рук преступников: в 3 случаях гибели и 2 случаях ранений сотрудники сами допустили оплошность, не застраховав себя напарниками; в 2 случаях не были надеты бронежилеты.

В одном случае вообще не соблюдалась техника безопасности по подходу к задерживаемой машине с преступниками; в одном случае по входу в здание, где находились преступники.

Нами в подразделениях (в особенности криминальной милиции и следствия) было выявлено отсутствие работы по воспитанию у сотрудников их общей и нормативно-уставной культуры. Многие начальники считают, что это не главное в их работе.

Личные примеры начальников и командиров способны укрепить у личного состава позитивную мотивацию законопослушного и дисциплинированного поведения. Равнодушное отношение к дефектам нравственного и правового сознания

подчиненных лишь активизирует действие причинного комплекса делинквентного поведения сотрудников.

Большинство сотрудников не умели коротко и правильно представиться. Это обстоятельство имеет жизненно важное значение: **неумение вербально обозначить себя, нарушение правил ношения формы одежды приводит к тому, что в стране ежегодно по этой причине погибает 5–7 сотрудников** (преимущественно из состава уголовного розыска), по ошибке воспринятых как преступники и обстрелянных сотрудниками других подразделений.

Получающих ранения от рук граждан, необоснованно принимающих их за нападающих правонарушителей, в несколько раз больше.

Любой сотрудник правоохранительных органов, несущий службу на улице, знает что люди, употребляющие алкоголь и наркотики, создают криминальную опасность. Это наглядно иллюстрируется проведенным ФБР опросом 50 преступников, замешанных в убийствах полицейских. Согласно их данным, 76% опрошенных признали, что в момент убийства они покупали, продавали, употребляли спиртные напитки, наркотики или иным образом участвовали в операциях, связанных с их приобретением, продажей или использованием. Около 41% убийц признали, что в момент убийства они находились под воздействием наркотиков или алкогольных напитков [77].

Участвуя в операции по обнаружению преступных улик, подпольных организаций по изготовлению алкоголя и наркотиков, личный состав МВД попадает на «рабочее место» преступников и оказывается в опасных для жизни ситуациях. Например, могут столкнуться с лицами, находящимися в состоянии алкогольной и наркотической интоксикации, склонными к совершению преступления. Особенно опасно столкновение с лицами, галлюцинирующими после употребления наркотиков или больших токсических доз алкоголя. Эти лица могут совершить самые неожиданные и варварские деяния, особенно если они чем-то вооружены.

Практически все операции, связанные с изъятием предметов, относящихся к вещественным доказательствам совершения преступления, и особенно наркотиков и алкоголя нелегального производства, являются опасными. Но существует ряд прове-

ренных мер для обеспечения личной безопасности сотрудников, участвующих в этих операциях.

Использование методов принуждения всегда связано с угрозой нападения на милиционера (даже в обстоятельствах, кажущихся на первый взгляд достаточно безобидными). Поэтому, начав силовое реагирование, сотрудник должен постоянно быть начеку и соблюдать основные правила обеспечения безопасности и подстраховки. Неукоснительным условием при этом является извещение дежурного отделения милиции о намерении и вынужденности приступить к принудительным действиям, о времени начала и окончания вмешательства, а также его результатах, необходимости вызова дополнительных сил.

В результате многих исследований установлено, что не только одна ошибка ведет к гибели сотрудника и полицейского, а, как правило, целая комбинация факторов, таких, как необходимость постоянно принимать решения, поведение преступников, недооценка опасности, тактические ошибки [26, 78].

Более серьезного анализа заслуживает и проблема, связанная с силовым вмешательством, касающаяся надлежащего по форме и содержанию **документирования действий**. Применение любых принудительных мер пресечения (вне зависимости от того, предпринимаются ли они с санкции руководства или же по собственной инициативе сотрудника) обязательно должно быть зафиксировано в протоколе, рапорте, реестре происшествий или хотя бы в служебной записной книжке. Эти материалы впоследствии могут быть положены в основу первоначальных следственных действий или присоединены к документам уже открытого производства. Поэтому к составлению подобных сведений необходимо отнестись с максимальной ответственностью, подробно отразив в них обстоятельства конфликта, чтобы не только не вызвать в дальнейшем сомнений относительно законности мер принуждения, но и облегчить последующую реконструкцию деталей преступления, тем самым способствуя выбору правильного направления его раскрытия.

Полнота отражения обстоятельства конфронтации, естественно, зависит от характера вмешательства, объема произведенных действий и рода примененных средств пресечения. Профессионально отражающая суть процесса принудительного реагирования на инцидент запись нередко служит единственным доказательством и оправдательным аргументом корректности

действий, основанием для опровержения клеветы, особенно если с момента происшествия прошло много времени (например, в случае поступления в прокуратуру или подразделение жалобы на правомочность использованных санкций).

Необходимо информировать руководство о ходе проведения операции, ее участниках, новых обстоятельствах, изменениях ситуации, степени опасности, особенно когда может возникнуть нужда в получении подкрепления и оказания иной поддержки. Принятие дополнительных мер безопасности предусматривает и служебные предписания сотрудникам ГИБДД, в том числе в процессе задержания опасных преступников, при блокировании трасс во время опасных ночных операций и т.д. Среди множества положений присутствует указание, например, о том, что, догоняя нарушителей, находящихся в автомобиле, моторизованный наряд не обязан обгонять преследуемую машину.

Настигнув автомобиль, патрульному экипажу следует расположиться вслед за остановленной машиной (для чего при необходимости используются световые сигналы и громкоговорители). Подход к задержанному транспорту должен производиться с тыльной его стороны, а патрульный автомобиль используется как прикрытие для страхующего сотрудника. Указанные действия сопровождаются непрерывным наблюдением за подозреваемыми личностями и близлежащей территорией.

Можно рекомендовать предпринять также подготовительно-предупредительные меры к применению табельного оружия, которые, однако, не предполагают обязательности его использования. На данном этапе нет необходимости доставать пистолет из кобуры и демонстративно направлять его в сторону подозреваемых лиц.

Произведение указанных действий будет законодательно обосновано при наличии обстоятельств, определенно указывающих на прямую угрозу жизни милиционера и других окружающих лиц, либо в ситуации, когда точно известно, что в машине находятся опасные и, возможно, вооруженные преступники [149].

Настоящие методы разработаны на основе обобщения опыта работы сотрудников различных подразделений ГУВД г. Москвы, изложенных выше, зарубежного опыта, изложенного на кур-

сах обучения, проведенных сотрудниками ФБР в Академии управления МВД РФ в ноябре 1996 года, а также литературных данных [77, 276, 248]. **Владение в совершенстве техникой, приемами и методами безопасного поведения вселяет уверенность в победе над противником и повышает стрессоустойчивость личного состава. Разработанные нами методы направлены на выработку внимания, эмпатии, на развитие тактильных, обонятельных чувств, предусмотрительности и способности к прогнозированию событий, умению чувствовать напарника.**

Планирование операции

Правильное планирование операции по изъятию предметов преступной деятельности и аресте подозреваемых должно включать детальный инструктаж. Весь личный состав, участвующий в операции, должен знать, как выглядит каждый участник, особенно если в операции участвуют сотрудники правоохранительных органов из разных подразделений или ведомств. Каждый участник операции должен владеть информацией и быть готовым ответить на следующие вопросы:

Кем являются правонарушители (пол, возраст, профессия) и как они выглядят? Каков самый безопасный маршрут подхода к зданию для сотрудников? Какова планировка помещения? Что известно о системе безопасности преступников (электроника, визуальное наблюдение, собаки)? Что конкретно каждый сотрудник будет искать во время обыска? Что известно о наличии оружия и числятся ли за подозреваемыми лицами иные правонарушители? Какие неизвестные элементы обстановки могут представлять опасность?

Выбор и подготовка снаряжения

Личный состав, выезжающий на операцию, должен иметь полную экипировку для безопасного и эффективного выполнения задания. Бронежилет абсолютно необходим. При выборе бронежилета надо помнить, что, возможно, может потребоваться защита более мощная, чем применяемая во время обычного патрулирования. Если преступники вооружены автоматическим

оружием, необходимо использовать всю имеющуюся информацию для того, чтобы экипироваться соответственно обстановке. Надевать бронежилет рекомендуется под одежду, так как, выставив напоказ бронежилет на своем торсе, можно побудить преступника выстрелить в голову. Если есть опасность встречи со снайперами, необходимы и каски.

Нельзя пренебрегать средствами искусственного освещения только на том основании, что проведение операции планируется на светлое время суток. Планы могут быстро меняться. Даже если планы остаются в силе, в большинстве сооружений имеются места, для осмотра которых требуется мощный фонарь.

Необходимо проверить исправность оружия и его соответствие выполняемому заданию. Это же относится и к средствам связи. Для успешной координации совместных действий требуется хорошая связь. При планировании операции надо не упустить из виду инструменты для взлома дверей, такие, как тараны, домкраты, топоры и кувалды. Они должны быть всегда под рукой.

Каждый участник операции должен иметь полный арсенал противохимических средств, необходимых при проникновении в забаррикадированное помещение, включая наличие исправных противогазов для группы захвата. Если ожидается большое число задержанных, необходимо иметь достаточное количество средств ограничения свободы, включая средства разового использования. Важно также проверить надежность и исправность наручников.

На сотрудниках без форменной одежды должен быть надет специальный жилет с большими надписями и опознавательными знаками, идентифицирующими его как сотрудника правоохранительных органов. Преступники часто заявляют, что использовали свое оружие, думая, что стали жертвой нападения бандитов или конкурентов. Не стоит давать им возможность таких оправдательных предлогов. Кроме этого, необходимо предохраниться от ошибочного огня своих коллег.

Подход и вход в помещение

Важно правильно использовать прикрытие, имеющиеся как в помещениях, так и вблизи. Продвигаться к месту входа лучше вдоль стен, под прикрытием автомобилей и иных объектов.

Следует быть готовыми ответить на внезапный огонь, в том числе и с неожиданного направления. На подходах к сооружению можно попасть под огонь преступников из расположенных по соседству зданий и автомобилей. Для уменьшения этой опасности не стоит проходить мимо этих мест, не убедившись предварительно в их отсутствии. Следует обратить внимание также на возвышенные места, имеющие широкий сектор обстрела.

Как правило, сотрудники, получившие ранения при входе в помещение, составляют подавляющее большинство от общего количества пострадавших. Помимо использования хорошего прикрытия, нельзя задерживаться в дверном проеме. Необходимо громко, отчетливо и многократно возвестить о своем прибытии: «**МИЛИЦИЯ! Не двигаться! Сложить оружие!**» Если при входе в помещение преступником был открыт огонь, не надо пытаться проложить себе путь под огнем. Следует отойти в безопасное место и действовать по схеме проникновения в забаррикадированное помещение.

До прибытия спецподразделений по борьбе с терроризмом необходимо блокировать сооружение. При этом можно рассмотреть возможность отвлечения внимания ложной атакой в другом месте сооружения, отдаленном от предполагаемого места входа. При этом используются такие простые приемы, как бросок большого камня в стену здания или взрыв шумовой гранаты позади него. Естественно, ложная атака должна быть спланирована так, чтобы непосредственно предшествовать реальному входу в другом месте. Вне зависимости от того, пришлось ли прокладывать себе путь силой или нет, проходить через дверной проем надо очень быстро. Если дверь открывается вовнутрь, надо силой толкнуть ее, что позволяет обнаружить присутствие противника, скрывающегося за ней, и нейтрализовать его.

Оружие должно быть готово к отражению внезапного нападения, но не должно быть направлено в спину впереди идущего напарника. Оказавшись внутри помещения, надо перейти под более надежное прикрытие, пока не будет уверенности в отсутствии немедленной угрозы в непосредственной близости.

Взаимодействие с напарником

У каждого сотрудника, участвующего при проведении операций по изъятию предметов улик и аресте подозреваемых, должен быть постоянный психологически совместимый напарник, с которым взаимопонимание происходит на расстоянии, на уровне интуиции, взглядов, мимики и жестов, с которым отработаны движения, жесты и взгляды на те или иные явления.

После начала действий по обнаружению подозрительных лиц, улик (запрещенных предметов) необходимо действовать совместно с напарником: один двигается, а другой прикрывает. Следует периодически меняться ролями. Когда наступает очередь прикрывающего войти в еще не проверенное помещение, необходимо держать друг друга в поле зрения.

Действия в паре могут потребовать немного больше времени, но это гораздо безопаснее, чем действовать в одиночку. Практически невозможно хорошо обыскать место происшествия в поисках подозреваемых и улик и одновременно правильно прикрывать спину.

Надо ставить напарника в известность относительно всех своих действий, и тем более немедленно предупреждать его о любой обнаруженной возможной опасности, например: «Подозрительный шум наверху!» Координация всех своих действий с напарником во время операции – лучший способ правильно решить оперативные задачи.

Как избежать опасности при задержании преступников

При аресте все задержанные должны быть проверены на наличие у них оружия – в интересах собственной безопасности, не исключая даже те случаи, когда имеется уверенность в их законопослушности. На арестованных необходимо быстро и правильно надеть наручники и после тщательного обыска держать их под пристальным наблюдением либо вдвоем, либо втроем.

Любой субъект, появившийся на месте происшествия во время проведения операции, также подлежит проверке на предмет причастности к преступлению и наличию оружия.

Задержанных людей необходимо по мере возможности быстро вывести с места операции, что уменьшит вероятность попытки к бегству или нападению, когда сотрудник займется другими обязанностями.

Лица, задержанные во время операции по изъятию наркотиков, могут представлять особую опасность для себя и окружающих, поскольку большинство из них ведет далеко не самый здоровый образ жизни.

Перед началом обыска надо выяснить, имеются ли у задержанных лиц какие-либо опасные предметы (оружие, иглы, лезвия и др.), а также какие наркотические средства они принимали незадолго до этого. Надо быть начеку в отношении некоторых симптомов (галлюцинации, обильное потоотделение, потеря сознания), указывающих на необходимость оказания неотложной медицинской помощи.

Никогда не следует работать с задержанными преступниками в одиночку.

Рекомендации по осуществлению задержания

Ежегодно во всем мире очень много сотрудников правоохранительных органов погибает при обыске, аресте и транспортировке задержанных, получая ранения от тех, кого считают «нейтрализованными». Подобного можно избежать, если помнить о методике обращения с задержанными преступниками.

В целом обеспечение личной безопасности всегда взаимосвязано с процедурами, которые наряду с другими включают надевание наручников, обыск и транспортировку задержанных.

Техника надевания наручников

При надевании на задержанного человека наручников следует руководствоваться требованиями специальных распоряжений и законодательных актов, имеющимися на этот счет, а также здравым смыслом и желанием остаться живым и здоровым. Последний аргумент является основным, так как, если имеются какие-либо сомнения насчет того, стоит ли одевать наручники задержанному, их надо обязательно надеть.

При надевании наручников необходимо помнить о том, что они должны скреплять руки за спиной и быть закрыты на два оборота – если есть возможность, лучше закрепить их за пояс

задержанного. В любом случае следует проверить еще раз надежность проделанной работы.

При патрулировании на улице необходимо иметь несколько пар наручников, поскольку правонарушители редко действуют в одиночку. Всегда надо помнить, что даже самые лучшие наручники – лишь временная мера сдерживания: при определенных, благоприятных для него условиях правонарушитель может их снять или ослабить. При длительной транспортировке надо постоянно проверять, на месте ли наручники и правильно ли они закреплены.

Если наручники надеты неправильно и на длительное время, то они могут нанести повреждения задержанному преступнику.

Навыки надевания наручников нельзя освоить с помощью видеопленки. Правильные способы должны быть показаны и отработаны с помощью инструктора высокой квалификации. Практиковаться в деле надевания наручников следует постоянно, методика остается неизменной:

старайтесь, чтобы во время всей процедуры надевания наручников Ваш противник находился в неустойчивом положении, спиной к Вам;

не пытайтесь «защелкнуть» наручники, аккуратно закройте их по одному; закрыв наручники на два оборота, проверьте их надежность;

убедитесь, в том, что наручники не нарушают кровообращения на конечностях правонарушителя;

старайтесь не приковывать себя к задержанному человеку – это верный способ получить повреждения;

имейте при себе запасной ключ от наручников, в отдельных случаях это спасет Вам жизнь, если задержанный сумеет одолеть Вас и надеть на Вас ваши собственные наручники.

Обеспечение безопасности при обыске

Производить поиск запрещенных предметов и правонарушителей следует систематично и организованно.

Поисковая группа в составе двух сотрудников предпочтительнее не только с точки зрения безопасности. Когда пребывание в обыскиваемой зоне станет безопасным, прикрывающий сотрудник может произвести повторный осмотр мест, уже обы-

сканных его напарником, чтобы гарантировать, что не одна улика не будет пропущена. Если используется несколько поисковых групп, они могут меняться зонами, снова и снова производя повторный обыск.

Особое внимание надо обращать на провода и иные подозрительные предметы, которые могут быть подсоединены к взрывным устройствам как внутри, так и снаружи помещения.

Производить обыск следует не торопясь и ничего не пропуская. Преступник умудряется забраться в невероятно узкие места. Самого пристального внимания засуживают те места, в которые можно заползти, – коммуникативные шахты, шкафы с оборудованием и т.д. И не надо забывать посматривать вверх. Как правонарушителей, так и запрещенные предметы часто находят на чердаках, за облицовкой потолка, между перекрытиями, на верху штабелированных ящиков или полок и на крышах.

Во время обыска надо соблюдать технику безопасности. При необходимости войти в непроверенное помещение сначала стоит высунуться и быстро осмотреть его. Если необходим повторный осмотр, не надо высовываться из того же самого места. Вооруженный преступник может как раз ожидать нового появления вашей головы. В течение всего обыска используются надлежащие методы контакта с подстраховкой. В ходе обыска, во время операции по изъятию наркотиков или других улик преступления, надо использовать правильно все имеющиеся в распоряжении средства.

Служебные собаки могут оказаться весьма полезными при поиске наркотиков или подозреваемых, однако иногда они могут что-либо пропустить. Не стоит полностью полагаться на «мнение» собаки как на окончательный факт, необходимо осмотреть все лично. Кроме того, не надо концентрировать свое внимание на том, что делает собака, в такой степени, чтобы пренебречь собственной безопасностью.

В ходе операций личный состав правоохранительных органов подвергается нападению принадлежащих правонарушителям собак, становится жертвами скрытых взрывных устройств и иных ловушек. Он теряет здоровье в результате контакта или вдыхания химикатов, используемых при изготовлении наркотиков, и даже проваливаются через полы ветхих зданий. Это означает, что не каждая опасность предстает в образе человека.

Лозунг любой операции должен звучать как «Осторожность!». Если неизвестно, с чем имеете дело, что попало, не следует трогать это. Зачастую наркодельцы и другие преступники соединяют деньги, ценности и оружие с взрывными устройствами. Иногда даже возникает необходимость прибегнуть к помощи специалистов по обезвреживанию взрывных устройств, чтобы считать предмет или зону безопасными.

Химикаты, используемые для изготовления наркотиков, например эфир, являются пожароопасными и взрывоопасными. Не надо трогать сосуды, содержащие химические вещества, до прибытия специалистов-химиков. Подпольная лаборатория по изготовлению алкоголя и наркотиков, в которую сотрудники врываются в разгар технологического процесса, может представлять особую опасность. В ситуациях, когда существует возможность такой опасности, является включение в команду специалиста необходимого профиля.

В связи с опасностью возгорания может потребоваться присутствие пожарных.

Осуществление обыска задержанного лица

После того как на задержанного нарушителя надеты наручники, можно приступить к обыску. Его цель – изъятие запрещенных предметов и улик, обеспечение как личной безопасности, так и окружающих.

Законом не установлено, сколько раз следует обыскивать задержанного человека. Минимально – задержанный должен быть обыскан на предмет наличия оружия и других предметов в момент задержания, затем перед тем, как его помещают в машину для транспортировки, и когда он будет доставлен в место содержания. Каждый последующий обыск должен быть более тщательным, чем предыдущий. И если вначале Вас интересует оружие и потом уже контрабанда и спрятанные вещественные доказательства, обыскивать задержанного следует лишь при наличии на нем наручников и когда он находится в неустойчивом положении.

Перед отправкой в камеру необходимо изъять у задержанного все предметы, с помощью которых он может нанести повре-

ждения себе самому и окружающим: зажигалки, спички, карандаши, ключи, ремни, шнуры.

Обыск с раздеванием задержанного преступника следует производить в соответствии с имеющимся законодательством и инструкциями. Более личный (интимный) обыск может производить только медик в специально отведенном для этого месте. Необходимо четко аргументировать причину, по которой сделан вывод, что задержанный спрятал что-либо в себе. Любой обыск должен производиться лицом того же пола, что и задержанный. Обыск ни в коем случае не должен носить карательный характер.

Чтобы избежать неприятностей, необходимо обеспечить себе поддержку при обыске задержанного лица, который (словами или поведением) заявил о своей агрессивности. Никогда не стоит воспринимать его угрозы как простую браваду, по крайней мере до тех пор, пока он не будет надежно обезврежен.

Чтобы избежать случайных повреждений, перед обыском необходимо убедиться, что у задержанного нет каких-либо опасных предметов (лезвий, заточек, иголок и т.д.).

Независимо от признания или отрицания задержанным человеком наличия у него опасных предметов, лучше производить обыск в специально разработанных для этой цели перчатках. Но даже перчатки, предупреждающие колющие и режущие ранения, не могут дать полных гарантий безопасности.

Сотруднику необходимо постоянно тренироваться в проведении досмотров и обысков. В идеале надо добиться полного автоматизма в их осуществлении. Всегда надо начинать с головы, постоянно спускаясь ниже. Это одна из ситуаций, где автоматизм может спасти жизнь.

Транспортировка задержанного преступника

Задержанный должен быть обыскан до транспортировки и сразу же после прибытия на место назначения. Средство транспортировки также должно быть осмотрено до и после нее – с тем, чтобы предметы, оставленные ранее, не достались следующему задержанному, а также чтобы преступник не мог избавиться от улики.

С момента задержания и до передачи его в ведение другого лица сотрудник отвечает за безопасность подозреваемого, а также за окружающих.

Постоянно необходимо помнить о личном оружии и его недосягаемости для задержанного.

Надо придерживать задержанного за руку, когда его сопровождают из одного места в другое. Если задержанный преступник отказывается идти куда-либо по приказанию, необходимо применить к нему силу, помня, что ваша задача не «наказать» задержанного, а заставить подчиниться приказу.

Тщательность, пунктуальность и осторожность – лучший способ контроля над ситуацией и лучший ответ на все поставленные вопросы.

Памятка для личного состава, осуществляющего задержание

1. Обыск следует осуществлять после того, как на задержанного преступника надеты наручники.

2. При надевании наручников руки задержанного должны быть скреплены у него за спиной, наручники закрыты на два оборота.

3. Обязательно надо обыскивать каждого задержанного.

4. Обыскивать надо столько раз, сколько требуется для того, чтобы убедиться, что задержанный «чист».

5. Обыскиваемый должен занимать неустойчивое положение и быть лишен каких-либо физических преимуществ.

6. До транспортировки необходимо изъять у задержанного человека все предметы, с помощью которых он может нанести ущерб самому себе.

7. Нельзя разрешать друзьям или родным задержанного находиться вблизи него.

8. Необходимо быть начеку во время всей процедуры обыска и транспортировки задержанного.

9. Не следует принимать на веру заявления задержанного. Следует помнить, что задержанный человек всегда может перейти в нападение.

10. Перед помещением в камеру следует изъять у задержанного все предметы, с помощью которых он может нанести ущерб кому-либо, включая и себя самого.

Памятка для личного состава по выживанию в экстремальных ситуациях

Уделите особое внимание предварительному планированию и обмену информацией;

не игнорируйте возможность воздействия на противника словом или хитростью;

настройтесь на выживание: пуля преступника всегда должна пролететь мимо;

преступник не должен владеть оружием лучше и быстрее Вас;

имейте необходимое оборудование и экипировку;

уделите особое внимание тактике проникновения в сооружение;

координируйте свои действия и перемещения с действиями остальных членов группы;

правильно используйте прикрытие;

в течение всей операции будьте начеку в отношении возможной внезапной опасности;

помните об опасности при работе с задержанными людьми;

непрерывно выискивайте новую опасность;

ОСТОРОЖНОСТЬ! – вот Ваш девиз, помните народную поговорку: «береженого бог бережет»;

по завершении операции по тем или иным причинам проведите критический разбор своих действий и делайте выводы;

делитесь сделанными выводами с молодыми;

при отсутствии опасности для вашей жизни используйте **НЕЛЕТАЛЬНЫЕ МЕТОДЫ** воздействия на преступника.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наша действительность – время значительных стрессовых потрясений, когда жертвами становятся не только коллективы, но и города, народы и народности. Это время рождает новые традиции, новые формы адаптации к быстро меняющимся напряженным условиям, и это новое рождается в результате зна-

чительных потерь, тревог, страданий. Но не все так безнадежно. Много людей, у которых высокая жизнеспособность, стремление к свободе, чести, справедливости, верность присяге и служению Родине, остаются неистребимыми.

В настоящее время, в условиях современной социальной перестройки нашего общества, жизнь людей в нашей стране во многом является сходной по напряженности и стрессогенности со странами Запада и способствует развитию пограничных психических расстройств. Они формируются, возможно, в более тяжелой форме, так как нет в настоящее время у нас обязательных унифицированных программ повышения стрессоустойчивости и обучения технике выживания в экстремальных условиях, так же как нет программ социально-правовой защиты различных слоев населения от последствий воздействия стрессогенным факторов.

За рамками исследования остались вопросы развития психических расстройств у сотрудников милиции после применения ими оружия и участия в других критических инцидентах, которые являются стрессогенными. Но можно предположить накопление эффекта стресса после участия в кратковременных, но интенсивных и часто повторяющихся стрессовых ситуациях и длительных напряженных условиях служебной деятельности, которые приводят к постепенному развитию у этих лиц состояний психической дезадаптации и ПТСР.

Западные программы [269, 276] реабилитации во многом позволяют людям приблизиться к овладению искусством принятия правильного решения в экстремальных ситуациях, что имеет немаловажное значение и для повышения стрессоустойчивости и профилактики психических нарушений.

Проблема адаптации и ее многоплановая социальная детерминированность все более возрастают в связи с развитием процессов демократизации в стране и отставанием создания соответствующей законодательно-правовой базы. Такие изменения в обществе требуют от многих людей кардинальной переоценки ценностей, перестройки морально-нравственного отношения ко многим событиям, мобильности, жизненной активности, освоения новых подходов к жизненным проблемам, нового мышления. А для этого необходимы новые формы и темпы физиологической и психической адаптации, технические и финансовые средства приспособления к быстро меняющимся

условиям. Поэтому экстремальные условия функционирования ОВД и ВВ, МО, МЮ, МЧС и других силовых ведомств накладываются на общую социальную напряженность в обществе и являются вдвойне стрессогенными. Учитывая это обстоятельство необходимо, по-видимому, разработать перечень направлений деятельности личности, где необходимо внести доплату за вредность и прохождение обязательных методов восстановления здоровья. При этом необходимо учитывать направления работы, связанные с совокупностью факторов риска, влияющих на психофизическое состояние человека и его поведение в экстремальных условиях, названные в литературе стрессогенными факторами. Существуют различные разделения этих факторов [55, 60, 176].

Обобщив имеющуюся литературу по этому вопросу, мы сделали попытку дать **классификацию стрессогенных факторов, или стрессоров, при этом изучив** в основном стрессогенное влияние фактора длительной изоляции от привычных условий, полагая, что только в условиях длительного воздействия стрессогенных факторов могут наиболее полно проявиться все стадии и клинико-психопатологические особенности стресса, наименее изученные в литературе.

Исходя из сказанного, было сформулировано то, что мы вкладываем в понятие **стрессоустойчивость**, – психофизическое состояние человека, обеспечивающее оптимальную адаптацию к экстремальным условиям, позволяющую решать возложенные на него служебные и бытовые задачи без потерь (физических и психических), т.е. находясь в состоянии психофизического равновесия.

Выбор для исследования таких разноплановых по социальному положению групп, как подследственные и личный состав МВД, был не случайным, и он подтвердил, что стрессогенные факторы среды влияют на психическую дезадаптацию всех социальных групп общества одинаково и проявляются в виде ОСР при высокой интенсивности воздействия и личностной значимости стрессогенных факторов в первом и третьем периодах стресса. Они могут проявляться клинико-психопатологически также под маской невротоподобных, психопатоподобных и психосоматических расстройств и в виде ПТСР при истощении адаптационных возможностей после длительного воздействия стрессогенных факторов.

Наши исследования подтвердили все положения учения о стрессе Г. Селье на клиническом уровне и позволили сформулировать патогенетический подход к проблеме психопрофилактики постстрессовых состояний.

Изучение проблем стресса на модели социальной изоляции военнослужащих по призыву, личного состава в условиях длительных боевых действий в Чечне и подследственных в условиях длительной изоляции в СИЗО позволило установить, что социальная изоляция действительно является стрессогенным фактором и что стрессогенные факторы этих условий вызывают более интенсивные реакции дезадаптации в первой стадии тревоги, одновременно с вегетативными и эндокринными защитными реакциями возникает также психическая готовность к борьбе, предрасполагающая к реакциям тревоги, страха, и агрессии. Это доказывают данные повышения уровня ситуативной и личностной тревожности личного состава, участвовавшего в длительных боевых действиях в Чечне, у **военнослужащих** первого года службы и у **подследственных в СИЗО**. Об этом свидетельствуют достоверно значимый рост ауто- и гетероагрессий во всех этих исследованных группах (см. табл. 1, 2, 3).

Во второй стадии – адаптационного синдрома – многообразии психовегетативных расстройств способствует развитию у некоторых личностей ипохондрических расстройств (уход в свои болезни, не всегда имеющие под собой объективную почву), это особенно проявляется у **подследственных в СИЗО**.

В этой стадии проявлению психопатоподобных реакций агрессии способствуют только грубые формы вторжения в сферу интересов личного состава. Эта стадия адаптации является более благополучной в выражении всех параметров клинко-психопатологических проявлений стресса (см. табл. 1, 2, 3).

В третьей стадии – **истощения** – в зависимости от конституционального предрасположения и иных факторов проявляется заболевание внутренних органов и психические заболевания. Под влиянием хронического или постоянно повторяющегося стресса возникают депрессивные, ипохондрические, тревожные развития личности с возникновением риска развития алкоголизма, лекарственной зависимости, суицидального поведения (вторичные проявления воздействия стресса). Острым или хроническим стрессом могут быть спровоцированы проявления таких

психических заболеваний, как эпилепсия, шизофрения и др. В изученных группах вновь возникает рост ауто- и гетероагрессивного поведения и других признаков психической дезадаптации.

Вышеизложенное клинко-психопатологическое исследование позволило нам периоды пребывания в стрессогенных условиях разделить на следующие: первый – **фрустрационный (безысходности, тревоги)**, соответствующий началу **экстремальных событий** и фазе тревоги; второй – **адаптационный**, самый длительный, повышенной резистентности и соответствующий развитию экстремальных событий; третий – **истощения**, соответствующий **постэкстремальному периоду**.

Из сказанного следует, что все воспитательные мероприятия, психологическую и медицинскую помощь необходимо усилить в **первый период**. Именно в начале функционирования в экстремальных условиях отрыв от привычного окружения и предстоящая неизвестность вводит людей в состояние тоски, безысходности и сильной тревожности, что выражается клинически явлениями выраженной психической дезадаптации.

Такая же интенсивная тревожность возникает и в **третий период**, когда адаптационные механизмы организма истощаются, а факторы стресса остаются, происходит прорыв барьера психической адаптации по Ю.А. Александровскому, который можно наблюдать на клиническом уровне. Этот период еще характерен тем, что у людей может наступить мотивационно-сознательный кризис: более или менее приспособившись к экстремальным условиям деятельности, человек должен думать теперь о том, как жить дальше. Эта необходимость изменения их социального статуса повторно, на наш взгляд, вызывает у многих состояния высокой тревожности и дезадаптации. В результате как у солдат перед демобилизацией, так и у воевавших в Чечне (**у подследственных и осужденных** перед и после освобождения) после возвращения снова возникают изменения в поведении и состоянии здоровья, что связано с выработкой определенного стереотипа поведения, который необходимо менять. Это наглядно видно из табл. 3, 4 и описанных наблюдений после Чечни.

Поэтому командирам, психологам и медикам в эти два периода необходимо взять под особый контроль этих лиц и проводить с ними психопрофилактическую работу, направ-

ленную на снятие напряжения, тревоги, состояния «тоннельного видения проблем» (выход из сложных ситуаций видится только в агрессии).

Но это, конечно, не значит, что конфликты не могут возникнуть **во втором периоде адаптации** и что в это время личный состав не нуждается в психопрофилактической помощи. В этом периоде, судя по уровню тревожности во всех обследованных группах (см. табл. 1, 2, 5), их должно быть гораздо меньше. Это подтверждают и проанализированные наблюдения девиантного поведения, произошедшие в начале и в конце срока службы у солдат и в Чечне – в начале пребывания и после возвращения.

Приведенные данные позволяют заключить, что **социальная изоляция с жесткими стрессогенными условиями и неписаными законами среды действует как психологический стрессор и по уже определенным биологическим законам запускает механизмы стресса. Это в дальнейшем становится причиной девиантного противоправного поведения, развития и обострения у личного состава соматических и психосоматических заболеваний.**

Когда выявлены определенные закономерности развития психических дезадаптаций и причины появления такого социального явления, как «неуставные взаимоотношения», можно постепенно разработать и меры психопрофилактики. Но в каждом отдельном случае следует учесть особенности различных контингентов людей: цели, задачи и мотивы их служебной деятельности. До тех пор пока этого не будет, в войсках невозможно будет избавиться от вторичных проявлений стресса изоляции: **суицидов, дезертирства, гетероагрессии**. Поэтому выражение «**дедовщина**» не соответствует действительному положению вещей, так как сами так называемые «деды» в конце службы оказываются подверженными влиянию стресса изоляции и дезадаптивному поведению, что еще раз подтверждает достоверность наших исследований. Выражение «**неуставные взаимоотношения, вызванные стрессом изоляции**» более реально отражает действительное положение вещей в армии.

Исследование проблемы стрессов и стрессоустойчивости столкнуло нас и с **проблемами посттравматических стрессовых расстройств**, которые стали еще более заметными и актуальными в стране после чеченских событий.

У сотрудников, участвовавших в вооруженных конфликтах, уровень реактивной тревожности остается высоким на всех этапах пребывания там и даже после 2-недельного отдыха. Обнаружено нарушение адаптации к мирным условиям жизни такое же, как у вьетнамских и афганских ветеранов (см. гл. 3).

Высокая степень немотивированной на первый взгляд гетероагрессивности у одних военнослужащих и бойцов ОМОН после Чечни и аутоагрессивности у других, которая и препятствует психосоциальной адаптации на третьей стадии пребывания в изоляции, наличие других признаков психической дезадаптации (высокий уровень тревоги) говорят, на наш взгляд, о трансформации этих явлений в ПТСР, при длительном воздействии стрессогенных факторов (схема 3, табл. 1, 2, 4).

В то же время острые стрессовые расстройства развивались на первой стадии пребывания в условиях изоляции в армии и в Чечне, также и в СИЗО у подследственных. Эти наблюдения подтверждают, что стадии стресса, описанные Г. Селье, лежат в основе патогенеза развития посттравматического стрессового расстройства. Только сам ученый, будучи психофизиологом, не мог предположить, что вторичные кликопатофизиологические проявления стресса (адаптационного синдрома) будут названы в МКБ-10, ПТСР и ОСР.

Мы вполне допускаем, что этиологическое прерывание воздействия стрессогенных факторов на одной из стадий развития стресса приостанавливает его развитие вширь (охват новых уровней поражения организма). Но полученные данные позволяют заключить, что наступление стадии истощения адаптационных механизмов не предполагает их восстановления сразу при прекращении воздействия стрессогенных факторов. Восстановление психофизического гомеостаза, по-видимому, прямо пропорционально длительности воздействия стрессогенных факторов и их личностно-мотивационной значимости.

Основные принципы психопрофилактики, разработанные в ходе исследования, это: **а) поэтапность** – воздействие, направленное на адекватное построение лечебно-воспитательных и других программ согласно трем периодам стресса; **б) этиологичность**, т.е. работа в направлении прерывания действия стрессогенных факторов или смягчения их воздействия на психику; **в) патогенетичность** – воздействие, если это возможно,

на уровне развития стресса (нейрогуморальный, соматический и патопсихологический).

Изучение состояний психической дезадаптации в различных экстремальных условиях деятельности позволило наметить три направления концепции (см. схему 3) как первичной, так и вторичной психопрофилактики и повышения стрессоустойчивости. Психопрофилактические возможности этих трех направлений действий (**социально-правового, духовно-психологического, психокоррекционного**), конечно, раскрыты нами не полностью, но оставляют возможность дополнять их по мере изучения других сфер экстремальной деятельности личности и, в частности, **это необходимо сделать в отношении осужденных и подследственных, что невозможно в рамках одного исследования.**

Для целостного представления нашей концепции развития стресса, психической дезадаптации и психопрофилактики этих состояний составлена схема 3.

Схема 3

Схематическая концепция развития стресса, психической дезадаптации и ПТСР



ПРИЛОЖЕНИЯ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Хроника расстрелов в армии («КП» за 23 дек. 1997 г.)

Всего за 1997 год в России расстреляно почти 50 военнослужащих – целая рота (военный отдел «КП»).

20 апреля 1995 г. Четверо караульных на базе инженерных войск в районе Гусиноозерска (Бурятия) убили начальника караула лейтенанта Васильковича и дежурного по части майора Рузаева.

30 июля 1995 г. Рядовой Вячеслав Бугаков на пограничной заставе острова Попова (Приморский край) убил из автомата пятерых сослуживцев. Шесть человек, в том числе женщина и ребенок, ранены.

8 ноября 1995 г. Рядовой-контрактник погранвойск Евгений Крюков на заставе Графской (Приморский край) расстрелял двоих спавших на посту сослуживцев. Похитив автоматы, боеприпасы и радиостанцию, пытался скрыться. Военным судом приговорен к смертной казни.

14 ноября 1995 г. Пограничник Валерий Сахаров на заставе Чиндант (Забайкалье) застрелил двоих офицеров и троих солдат, еще троих ранил.

25 февраля 1996 г. Младший сержант Юрий Довгань и рядовой Александр Кочетков в поселке Кузовлево (Томская область) расстреляли четверых офицеров.

30 июня 1996 г. Солдат срочной службы из воинской части в г. Чебаркуле бежал с оружием, убив одного и ранив другого сослуживца.

30 августа 1996 г. Лейтенант из в/ч во Владимирской области расстрелял троих солдат. Похитив автомат и пистолет, офицер скрылся. Впоследствии арестован.

9 октября 1996 г. На Сахалине солдат срочной службы авиационной комендатуры ПВО убил четверых сослуживцев.

10 октября 1996 г. В поселке Смирных на Сахалине рядовой Константин Крылов расстрелял четверых сослуживцев и бежал из части вместе с рядовым Сергеем Хрущев. Оба задержаны.

18 ноября 1996 г. В Москве офицер ВМФ расстрелял двоих матросов.

20 декабря 1996 г. Пограничник Никельского отряда рядовой Евгений Кожин расстрелял сослуживцев Сергея Гольцова и Андрея Сойнова. Преступление убийца мотивировал нанесенной ему обидой.

4 января 1997 г. Находясь на посту охраняемой промышленной зоны на окраине города Перми, рядовой Олег Лохматов застрелил троих сослуживцев.

19 февраля 1997 г. В Карелии сослуживцем на посту убит часовой.

8 марта 1997 г. Курсант Камышинского военного строительного училища Сергей Лепнев расстрелял из автомата караул-6 человек убиты, двое тяжело ранены.

13 апреля 1997 г. Из московской воинской части бежал с оружием рядовой Роман Митин, ранив на улице пенсионера.

6 мая 1997 г. Пограничник, самовольно покинувший воинскую часть в Хабаровске, убил двоих ни в чем не повинных людей.

30 мая 1997 г. Рядовой Евгений Горбунов, находясь в карауле по охране складов в районе станции Мирная (Читинская область), расстрелял из автомата своего командира роты и пятерых сослуживцев. На следующий день был задержан.

1 июня 1997 г. Сержант-контрактник из состава миротворческих сил в Абхазии Артур Ваганов расстрелял караул – 10 человек убиты, трое ранены. Сам Ваганов застрелился при попытке разоружения.

19 сентября 1997 г. В Нижнем Новгороде солдат срочной службы с чердака дома открыл огонь по прохожим из винтовки – два человека ранены.

22 ноября 1997 г. Пограничник Владимир Мальцев из Даурского погранотряда обстрелял из автомата наряд поста технического наблюдения 11-й заставы. Убиты пятеро и ранен один пограничник.

15 декабря 1997 г. Рядовой внутренних войск Максим Тренкунов на заставе в районе дагестанского села Александроневское обстрелял из пулемета БТР палатки караула. Три человека погибли, пять ранены.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2 ОБРАЗЕЦ АНКЕТЫ-ТЕСТА СПИЛБЕРГЕРА-ХАНИНА

УВАЖАЕМЫЙ КОЛЛЕГА!

В настоящее время проводится изучение и анализ действий органов внутренних дел и внутренних войск в условиях реформирования. Основная цель исследования – сделать необходимые выводы для Министерства внутренних дел России и определить основные направления повышения его готовности к действиям в изучаемых условиях.

Обобщение и распространение Вашего опыта окажет неоценимую помощь органам внутренних дел и внутренним войскам. В связи с этим просим Вас ответить на вопросы анкеты-теста.

Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните соответствующую цифру справа в зависимости от того, как Вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

Шкала самооценки «Т» № 1

Варианты ответов

Самочувствие	Нет, это совсем не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1. Я спокоен	1	2	3	4
2. Мне ничего не угрожает	1	2	3	4
3. Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4. Я испытываю сожаление	1	2	3	4
5. Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6. Я расстроен	1	2	3	4
7. Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8. Я чувствую себя отдохнувшим	1	2	3	4
9. Я встревожен	1	2	3	4
10. Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11. Я уверен в себе	1	2	3	4
12. Я нервничаю	1	2	3	4
13. Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14. Я ввинчен	1	2	3	4
15. Я не чувствую скованности	1	2	3	4
16. Я доволен	1	2	3	4
17. Я озабочен	1	2	3	4
18. Я слишком возбужден и мне не по	1	3	3	4

Варианты ответов				
Самочувствие	Нет, это совсем не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
себе				
19. Мне радостно	1	2	3	4
20. Мне приятно	1	2	3	4

Шкала самооценки «Т» № 2

Варианты ответов				
Самочувствие	Почти нет	Иногда	Часто	Почти всегда
1. Я испытываю удовлетворение	1	2	3	4
2. Я обычно быстро устаю	1	2	3	4
3. Я легко могу заплакать	1	2	3	4
4. Я хотел бы быть таким же счастливым, как другие	1	2	3	4
5. Нередко я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решения	1	2	3	4
6. Обычно я чувствую себя бодро	1	2	3	4
7. Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
8. Ожидаемые трудности обычно очень меня тревожат	1	2	3	4

Варианты ответов				
Самочувствие	Почти нет	Иногда	Часто	Почти всегда
9. Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
10. Я в полне счастлив	1	2	3	4
11. Я принимаю все слишком близко к сердцу	1	2	3	4
12. Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
13. Обычно я чувствую себя в безопасности	1	2	3	4
14. Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
15. У меня хандра	1	2	3	4
16. Я доволен	1	2	3	4
17. Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
18. Я так сильно переживаю свои разочарования, что потом долго не могу о них забыть	1	2	3	4
19. Я уравновешенный человек	1	2	3	4
20. Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

В заключение укажите, пожалуйста, некоторые сведения о себе.

Возраст _____ Состав _____

Должность _____

Стаж службы в МВД _____

БЛАГОДАРИМ ВАС ЗА УЧАСТИЕ В ОПРОСЕ!

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Перемены в жизни, способные вызвать стресс (по Холмсу и Раге)

События в жизни	Единицы значимости (баллы)
1. Смерть супруги (супруга)	100
2. Развод	73
3. Разрыв с партнером	65
4. Отбывание наказания в тюрьме	63
5. Смерть близкого родственника	63
6. Травма или болезнь	53
7. Свадьба	50
8. Перемещение по службе	47
9. Примирение с партнером (партнершей) или мужем (женой)	45
10. Уход на пенсию	45
11. Болезнь члена семьи	44

События в жизни	Единицы значимости (баллы)
12. Беременность партнерши	40
13. Сексуальные затруднения	39
14. Рождение ребенка	39
15. Изменение финансового положения	38
16. Смерть близкого друга	37
17. Смена места работы	36
18. Увеличение числа супружеских (партнерских) ссор	35
19. Получение денежной ссуды	31
20. Растущие долги	29
21. Повышение служебной ответственности	29
22. Уход сына или дочери из родительского дома	29
23. Раздоры с родителями мужа или жены	28
24. Головокружительный личный успех	26
25. Выход жены на работу или уход с работы	26
26. Окончание школы и поступление в институт	25
27. Изменение жилищных условий	24
28. Изменение сложившихся привычек (стереотипов)	23
29. Конфликты с начальством	20
30. Изменение условий работы или рабочего времени	20
31. Перемена места жительства	20
32. Экзамены в школе (институте); квалификационная аттестация на работе	19
33. Смена привычного места отдыха	18
34. Изменения в отношениях с окружающими (друзьями, коллегами и т.д.)	16
35. Нарушения сна	15
36. Изменения характера и частоты встреч с другими членами семьи (или близкими родственниками)	15

События в жизни	Единицы значимости (баллы)
37. Изменения привычного режима питания, количества потребляемой пищи (диета, отсутствие аппетита и т.д.)	12
38. Штраф за нарушение правил личного движения	

ПРИЛОЖЕНИЕ 4

Метод экспертных оценок для оценки эффективности методик психологической поддержки личного состава ОВД и военнослужащих ВВ при проведении специальных операций по освобождению заложников и при подготовке к действиям в условиях вооруженных конфликтов и других ЧО

Опираясь на свой служебный опыт, знания, постарайтесь с использованием 5-балльной системы оценить степень эффективности воздействия на Вас и Ваших коллег представленных методик, каждой по отдельности. Выбранное значение баллов обведите кружком и подчеркните соответствующие Вашему мнению выражения в скобках. Если появятся предложения, замечания или особое мнение, напишите на обороте анкеты.

1. Данная методика может помочь подготовиться к экстремальным условиям.

1 2 3 4 5

2. Степень эффективности в выработке уверенности для действий в экстремальных условиях (снятие тревоги и страха).

1 2 3 4 5

3. Степень эффективности в достижении определенного психофизического равновесия (спокойствия, ясности мышления, концентрации).

1 2 3 4 5

4. Работа с данной методикой может вселить стремление к успеху, к достижению больших целей, желание добиться благодарности людей, восторга коллег по службе, героических поступков.

1 2 3 4 5

5. Степень увеличения психологической готовности личного состава к выполнению оперативно-служебных задач (собранность, уверенность в правильности выбранной цели и др.).

1 2 3 4 5

6. Степень помощи в выработке определенных навыков к анализу ситуаций (опыта, быстроты движений и реакций, оценки сложности и приспособления к той или иной экстремальной ситуации).

1 2 3 4 5

7. Степень помощи в выработке таких понятий, как честь, долг, верность присяге.

1 2 3 4 5

Особое мнение напишите на обороте.

ПРИЛОЖЕНИЕ 5

Частота возникновения стрессовых ситуаций и средней величины стрессовой напряженности у сотрудников английской полиции по G.H. Gudjonsson, K.R.S. Adlam [178]

Позиции	Стажеры (75 человек)		Сержанты (35 человек)		Старшие офицеры (33 человека)	
	Частота стресса (ЧС) %	Величина стресса (ВС), %	ЧС, %	ВС, %	ЧС, %	ВС, %
1. Долгие часы работы	95	45	94	40	95	43
2. Сменная работа	96	37	97	36	62	42
3. Дача показаний в суде	-	-	-	-	-	-
4. Письменная работа (написание отчета)	87	37	10	37	100	37
5. Рабочие перегрузки	80	37	0	71	92	55
6. Опасное противоборство	83	52	94	50	53	52

Позиции	Стажеры (75 человек)		Сержанты (35 человек)		Старшие офицеры (33 чело- века)	
	Час- тота стресса (ЧС) %	Вели- чина стресса (ВС), %	ЧС, %	ВС, %	ЧС, %	ВС, %
7. Вручение сообщений о смерти	67	37	53	29	16	34
8. Необходимость разбирать транспортн. происшеств.	72	40	42	24	30	16
9. Осмотр изуродованных трупов	67	40	42	27	51	33
10. Необходимость принять командование	61	37	45	31	37	28
11. Негативное отношение коллектива	59	40	91	31	66	24
12. Неопределенное положение	67	42	56	41	82	25
13. Необходимость принимать участие в подавлении беспорядков	76	45	70	48	85	31
14. Отсутствие поддержки старших офицеров	76	45	72	48	85	31
15. Отсутствие поддержки работников подразделения	77	38	72	48	52	26

Позиции	Стажеры (75 человек)		Сержанты (35 человек)		Старшие офицеры (33 чело- века)	
	Час- тота стресса (ЧС) %	Вели- чина стресса (ВС), %	ЧС, %	ВС, %	ЧС, %	ВС, %
16. Вовлечение в скандалы	71	35	58	37	38	33
17. Замечания за ошибки	76	33	35	40	71	27
18. Недостаточная подготовка	77	39	32	48	65	33
19. Непредвиденные ситуации	84	41	61	41	30	23
20. Невозможность положиться на партнера	59	49	76	41	41	28
21. Неумение выразить то, что чувствуешь	63	44	55	56	72	26
22. Необходимость сдать экзамены	100	70	64	70	15	35
23. Курсы переподготовки	-	-	85	33	24	23
24. Наличие жалоб на Вас	55	60	85	42	75	39
25. Необходимость делать то, что противоречит моральным принципам	51	57	76	31	47	27

ЛИТЕРАТУРА

1. Авдеев В.В. Психологические основы повышения эффективности деятельности работников ОВД в экстремальных ситуациях: Учебное пособие. М.: ВЮЗИ МВД СССР, 1988. С. 3–9.
2. Аведисова А.С. Особенности психофармакотерапии больных с пограничными психическими расстройствами / Автореф. докт. дисс. мед. наук. М., 1998. 51 с.
3. Акимов Г.А., Лобастов О.С., Спивак Л.И. Некоторые вопросы организации психоневрологической помощи во время Великой Отечественной войны // Военно-медицинский журнал. 1985. № 11. С. 18–21.
4. Аккерман В.И. Психогении военного времени и ограничение от других форм нервно-психического расстройства: Сб. Ижевского гос. мед. ин-та. Ижевск, 1946. Т. 5. С. 19–21.
5. Александровский Ю.А. и др. Психогении в экстремальных условиях. М.: Медицина, 1991. С. 96.
6. Александровский Ю.А., Румянцева Г.М., Щукин Б.П. Медико-психологическая помощь во время и после стихийных бедствий и катастроф // Военно-медицинский журнал. 1990. № 8. С. 73–76.
7. Александровский Ю.А. Пограничные психические расстройства: Руководство для врачей. Ростов-на-Дону: Феникс, 1997. 576 с.
8. Анисимов В.М. Концептуальные основы военно-кадровой политики // Военная мысль. № 2. 1995. С. 31–37.
9. Анастаси А. Психологическое тестирование / Пер. с англ. М.: Педагогика, 1982. С. 9–18.
10. Андреев Н.В. Проблемы профессионального отбора кадров и работы с личным составом отрядов милиции особого назначения // Проблемы организации работы с личным составом органов внутренних дел: Труды Академии МВД России. М., 1993. С. 92–99.
11. Андреев Н.В., Хохлова Н.Г. Изучение проявлений стресса и проблем психологического обеспечения деятельности сотрудников ОМОН ГУВД г. Москвы в экстремальных условиях // Проблемы деятельности органов внутренних дел в экстремальных условиях: Сб. научных трудов ВНИИ МВД России. М., 1995. С. 88–96.
12. Андреев Н.В. Психологические особенности личности и коллектива сотрудников отряда милиции особого назначения / Авторефер. канд. психол. наук. М., 1991. С. 9.
13. Андреев Н. Морально-психологическая подготовка в вооруженных силах Ирана // Зарубежное военное обозрение. 1992. № 3–5, С. 33–35.
14. Алферов Ю.А., Байдаков Г.П. Предпосылки развития пенитенциарной концепции исправления и перевоспитания осужденных в современных условиях // Личность преступника и вопросы исправления и перевоспитания осужденных. М., 1990. С. 66.
15. Антонян Ю.М. Что такое лишение свободы // Личность преступника и исполнение уголовных наказаний. М., 1991. С. 36.
16. Анохин П.К. Очерки по физиологии функциональных систем. М., 1975.
17. Анцыферова Л.И. Приемы приспособления: изменение собственных характеристик и отношений к ситуации // Психол. журнал. 1994. № 1. Т. 15. С. 3–18.
18. Баранов В.А., Гущин В.В. Компетентия органов внутренних дел в чрезвычайных ситуациях // Проблемы деятельности органов внутренних дел в экстремальных условиях: Сб. научных трудов ВНИИ МВД России. М., 1995. С. 88–96.
19. Белик Я.Я. Психическая саморегуляция в экстремальных условиях деятельности. М., 1988. 47 с.

20. Белошев В.А. Правовые основы социальной безопасности военнослужащих внутренних войск и их эффективность в современных условиях // Материалы научно-практической конференции «Современные проблемы обеспечения безопасности жизнедеятельности военнослужащих внутренних войск». 1994. С. 91–93.

21. Березин Ф.Б., Мирошников М.П., Рожанец Р.Б. Методика многостороннего исследования личности. М.: Медицина, 1976. 186 с.

22. Бехтерев В.М. Война и психозы // Обзор. психiatr. неврол. и экспер. психол. 1914–1915, № 4/6. Т. 19. С. 217–235.

23. Борьба с преступностью за рубежом. 1994. № 10. С. 10–12.

24. Борьба с преступностью за рубежом. 1996. № 8. С. 9–30.

25. Борьба с преступностью за рубежом. 1996. № 12. С. 16–18.

26. Борьба с преступностью за рубежом. Исследование причин убийств полицейских при исполнении служебных обязанностей. М.: 1995. № 11, С. 33–36.

27. Борьба с преступностью за рубежом. Различные аспекты правовой защиты и профессиональной подготовки полицейских для деятельности в рамках единой Европы. 1991. № 1, С. 73–76.

28. Борьба с преступностью за рубежом. 1993. № (3). С. 10.

29. Борин В.Н. Работа психологов горрайорганов ГУВД Санкт-Петербурга и Ленинградской области на современном этапе // Социально-правовые и психологические основы деятельности органов внутренних дел и внутренних войск МВД России: проблемы теории и практики // Матер. междунаучно-практ. конф. 20–21 марта 1997 г. СПб., 1997. Ч. 4. С. 73–75.

30. Боченков А.А., Чермянин С.В. Методологические основы психофизиологической коррекции военнослужащих – участников локальных войн и вооруженных конфликтов // Социально-правовые и психологические основы деятельности органов

внутренних дел и внутренних войск МВД России: проблемы теории и практики // Матер. междунаучно-практ. конф. 20–21 марта 1997 г. СПб., 1997. Ч. 4. С. 15–21.

31. Большаков М. Подготовка кадров для психологических операций и по работе с гражданским населением в США // Зарубежное военное обозрение. 1998. № 3. С. 9–10.

32. Бондаренко Г.В. Социологические и организационно-правовые проблемы труда работника милиции в крупном городе / Автореф. дис. канд. юрид. наук. М., 1997. 25 с.

33. Бондаренко Г.В. Профсоюзные организации работников милиции в современных условиях: состояние и проблемы // Известия методического центра профессионального образования и координации научных исследований. 1997, № 1, С. 184–186.

34. Брусиловский Л.Я., Бруханский Н.П., Сегалов Т.Е. Землетрясение в Крыму и невропсихический травматизм. М.: Изд-во Наркомздрава РСФСР, 1928. 108 с.

35. Буданов А.В., Басенко М.С. Программа действий сотрудника по обеспечению личной профессиональной безопасности. М.: 1996. 21 с.

36. Буденновск: семь дней ада. М.: Кодекс, Объединенная редакция МВД РФ, 1995. 144 с.

37. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением. М., 1989. 298 с.

38. Булько В.И., Козаченко В.В., Рустанович А.В., Дунин Г.С. Организация коррекционных и реабилитационных мероприятий в условиях локального вооруженного конфликта // Социально-правовые и психологические основы деятельности органов внутренних дел и внутренних войск МВД России: проблемы теории и практики: Матер. междунаучно-практ. конф. 20–21 марта 1997 г. СПб., 1997. Ч. 4. С. 27–28.

39. Васильков М.Е. Психологическая подготовка сотрудников ОВД к действиям в особо сложных условиях // Актуальные проблемы общественной безопасности. Иркутск, 1996. С. 81–82.

40. Васькин И. Идеологическая обработка в вооруженных силах Пакистана // Зарубежное военное обозрение. 1989. № 12. С. 19–21.

41. Васильев Т.Э. Начала Хатха-Йоги. М.: Прометей, 1989. 232 с.

42. Вахов В.П., Исаев А. Б. и др. Клинико-психологическое изучение особенностей психического реагирования очевидцев крупной катастрофы и участников ликвидации ее последствий / Экстремальная физиология, гигиена и средства индивидуальной защиты: Матер. 3-й Всесоюзн. конф. М., 1990. С. 9.

43. Варчук В.В. Духовность. Единство профессиональной и общекультурной духовно-нравственной подготовки кадров МВД России // Духовность. Правопорядок. Преступность. М., 1996. С. 192–199.

44. Ведомости съезда народных депутатов Российской Федерации и Верховного Совета Российской Федерации. 1993. № 9. С. 328.

45. Веремеенко И.И. Механизм административно-правового регулирования в сфере охраны общественного порядка. М., 1981. Ч. 1. С. 18.

46. Веремеенко И.И., Колонтаевский Ф.Е. Проблемы административной практики в сфере обеспечения общественного порядка, совершенствования организации и деятельности милиции общественной безопасности: Научно-аналитический обзор. М.: Академия МВД РФ, 1995. 35 с.

47. Ветров С.Д. Пограничные психические расстройства у эвакуированных из Припяти (период отдаленных последствий аварии на ЧАЭС) / Автореф. канд. дис. мед. наук. М., 1996. 26 с.

48. Владимиров П. Академия «психологической обороны» бундесвера // Зарубежное военное обозрение. 1989. № 12. С. 15–19.

49. Воробьев А. Психологическое воздействие отравляющих веществ на человека // Зарубежное военное обозрение. 1991. № 6. С. 15–16.

50. Воробьев А. Разработка методов и средств предупреждения боевых психических травм в армии США // Зарубежное военное обозрение. 1992. № 3, 4, 5. С. 43–45.

51. Воробьев С. Дисциплина в зарубежных странах, пути и методы ее укрепления // Информационно-методический сборник № 3(6), М.: 1993. С. 59–61.

52. Войтенко А.В. Правовые аспекты предупреждения противоправных действий военнослужащих внутренних войск при выполнении ими служебных обязанностей // Материалы научно-практической конференции «Современные проблемы обеспечения безопасности жизнедеятельности военнослужащих внутренних войск». 1994, С. 91–93.

53. Вяткин Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях. М., 1981. С. 90.

54. Гейко Ю., Лесков С. Разведбанд // Комсомольская правда. 1996. 25 окт. С. 5.

55. Гиссен Л.Д. Время стрессов. М., 1990. С. 52.

56. Готвальд Ф.Т., Ховальд В. Помоги себе сам. Медитация / Пер. с нем. М.: СП «Интерэксперт», 1992. 174 с.

57. Грегор О. Как противостоять стрессу. Стресс жизни: Сборник. СПб.: ТОО «Лейла», 1994. С. 7–114.

58. Гримак Л.П. Резервы человеческой психики. М., 1987. С. 9.

59. Гримак Л.П. Общение с собой: Начала психологии активности. М.: Политиздат, 1991. 320 с.

60. Губачев Ю.М., Иовлев Б.В., Карвасарский Б.Д., Разумов С.А., Стабровский Е.М. Эмоциональный стресс в условиях нормы и патологии человека. Л.: Медицина, 1976. 224 с.

61. Гушин В.В. Общественная безопасность и чрезвычайные ситуации. М., 1996. 179 с.

62. Данилов А. Профилактика боевых психических травм в вооруженных силах США // Зарубежное военное обозрение. 1991. № 9. С. 11–16.

63. Дерюгин Ю.И. Некоторые психологические проблемы ликвидации землетрясения в Армении // Психол. журнал. 1989, № 4. Т. 10. С. 129–134.

64. Дикая Л.Г., Махнач А.В. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям и факторы его формирования // Психол. журнал. 1996. № 3. Т. 17. С. 140–148, 157.

65. Долин А.А., Попов Г.В. Кэмпо-традиции воинских искусств. М., 1990. 427 с.

66. Дякин В. Социальная защищенность военнослужащих Франции // Зарубежное военное обозрение. 1990. № 8. С. 10–13.

67. Дьяченко М.И. Адаптация к экстремальной ситуации // Материалы 4-го Всесоюзного съезда общества психологов. Тбилиси: Мецниереба, 1971.

68. Дьяченко М.И. Психологический анализ боевой деятельности советских воинов. М., 1972. С. 30–36.

69. Зарубежный опыт. Экспресс-информация. Выпуск № 7. М.: 1995. Новинки оснащения полицейского. С. 1–5.

70. Захаров Б. Психологическая подготовка личного состава к бою // Инф. метод. сборник. М., 1993. № 3 (6). С. 9–18.

71. Зейгарник Б.В., Рубинштейн С.Я. Психология в годы войны // Вестник московского университета. Серия 14, Психология. 1985. № 2. С. 8–12.

72. Зубков А.И. Взаимосвязь духовности общества и устойчивого правопорядка в Российском государстве // Духовность. Правопорядок. Преступность. М., 1996. С. 159–163.

73. Елков И. Мы решили расстрелять «дедов». Сохраните письмо для суда над нами» // Комсомольская правда. 1998. 5 февр. С. 3.

74. Иванов Ю.М. Йога и психотренинг. Путь к физическому совершенству и космическому сознанию. М., 1990. 287 с.

75. Иванов Ю.М. Как стать экстрасенсом. М., 1990. 217 с.

76. Илларионов В.П. Организация ведения переговоров с преступниками. М.: Юрид. институт МВД РФ, 1994.

77. Искусство выживания полицейского во время рейдов по изъятию наркотиков // Экспресс-информация. Зарубежный опыт. 1994, Выпуск 7, С. 1–7.

78. Истомина Г.М. Сафронов А.Д. Психологическая подготовка сотрудников органов внутренних дел к действиям в экстремальных ситуациях как условие предупреждения их гибели и ранений / Проблемы организаций работы с личным составом органов внутренних дел. Труды Академии МВД РФ. М., 1993. С. 26–31.

79. Кабанов М.М., Личко А.Е., Смирнов В.М. Методы психологической диагностики и коррекции в клинике. Л.: Медицина, 1983. 310 с.

80. Кайнов В.И. Институт президентства и конституционные основы безопасности военной службы // Материалы научно-практической конференции «Современные проблемы обеспечения безопасности жизнедеятельности военнослужащих внутренних войск», СПб, 1994. 39–30 авг. С. 56–60.

81. Карвасарский Б.Д. Психотерапия. М.: 1985. 303 с.

82. Калинина Ю. Военные ввали... // Московский комсомолец. 1997. 19 янв. С. 1.

83. Калинина Ю. Не убий // «МК». 1997. 11 июня. С. 3.

84. Калманов Г.Б., Козюля В.Г. Социально-психологические формы дезадаптации у сотрудников УИС и профилактика // Психопедагогика в правоохранительных органах: Научно-практ. журнал. Омск: ОЮИ МВД РФ, 1996. № 1(3). С. 86–88.

85. Калмыков Н. Нужна единая программа // Щит и меч. 1997. 19 июня. С. 5.

86. Каменченко П.В. Посттравматическое стрессовое расстройство // Журнал невропатологии и психиатрии. 1993. № 9. С. 95–99.

87. Камышев А.А. Социально-психологические аспекты обеспечения боевой деятельности военнослужащих внутренних войск МВД России // Социально-правовые и психологические основы деятельности органов внутренних дел и внутренних войск МВД России: проблемы теории и практики // Матер. междунаучно-практ. конф., 20–21 марта 1997 г. СПб., 1997. Ч. 4. С. 30–33.

88. Канаева Л.С. Клиническая трансперсональная психотерапия непсихотических депрессивных расстройств / Автореф. дисс. канд. мед. наук. М.: 1996. 26 с.

89. Каретников И.В. Личность осужденного как объект профилактического воздействия ИТК // Личность осужденных и вопросы их исправления и перевоспитания. М., 1986. С. 81.

90. Карпов В.С. Специальные методы психологической подготовки сотрудников ОВД к выполнению задач в условиях вооруженного конфликта // Психопедагогика в правоохранительных органах: Научно-практ. журнал. Омск: ОЮИ МВД РФ, 1996. № 1(3). С. 86–88.

91. Кизляр – Первомайское: операция без аналогов. М.: Кодекс, Объединенная редакция МВД России, 1996. – 128 с.

92. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. М.: Наука, 1983.

93. Кекелидзе З.И. Медико-психологическая помощь пострадавшим при стихийных бедствиях и катастрофах: Пособие для врачей. М., 1997.

94. Коваленко В.И. Психологическая подготовка участковых инспекторов милиции к работе в условиях расширения демократии и гласности / Автореф. дис. канд. психол. наук. М., 1990. С. 20–23.

95. Козюля В.Г. и др. Повышение стрессоустойчивости сотрудников ИТК: Учебное пособие. М., 1995.

96. Колос И.В., Вахов В.П., Назаренко Ю.В. Психическое состояние сотрудников правоохранительных органов, переживших землетрясение // Воен.-мед. журн. 1991. № 1. С. 27.

97. Колос И.В., Вахов В.П., Колесников А.А. Психосоматические нарушения в структуре невротических расстройств у сотрудников правоохранительных органов, работающих в стрессовых условиях // Материалы XII съезда психиатров России. М., 1995. С. 152–153.

98. Колодзин Б. Как жить после психической травмы. М.: Шанс, 1992. 92 с.

99. Колодкин Л.М. Интеллигенция и духовность / Духовность. Правопорядок. Преступность. М., 1996. С. 115–121.

100. Кондрашов А. // Аргументы и факты. 6 февраля 1998 г. С. 8.

101. Концелидзе Р.И. Правовая и социальная защита сотрудников милиции / Автореф. дис. канд. юр. Наук / МВДШМ МВД РФ/ М., 1993. 20 с.

102. Концелидзе Р.У. Понятие и содержание правовой защиты работников милиции // Проблемы совершенствования правового регулирования деятельности правоохранительных органов на современном этапе: Межвуз. сб. науч. тр. М.: МВШМ МВД СССР, 1991.

103. Концелидзе Р.У. Понятие и сущность социальной защиты работников милиции // Проблемы повышения эффективности деятельности органов внутренних дел: Межвуз. сб. науч. тр. М.: МВШМ МВД РФ, 1992. С. 9.

104. Концелидзе Р.У. Правовая и социальная защита сотрудников милиции: Автореф. дис. канд. юр. наук. М.: МВШМ МВД РФ, 1993. С. 9–12.

105. Коровников А.В. Состояние и перспективы развития законодательства о социальной защите сотрудников правоохранительных органов // Общество, право, полиция: Матер. междунаучно-практ. конф., 23–24 мая 1996 г. СПб., 1996. Ч. 1. 199 с.

106. «КП» «Черная хроника расстрелов в Армии». 1997. 23 дек. С. 4.

107. Королев В.Ю., Кудрявцев Ю.Н. Особенности поведения в ИТК осужденных, страдающих олигофренией // Личность

осужденных и вопросы исправления перевоспитания. М., 1986. С. 27.

108. Короленко Ц.П. Психология человека в экстремальных условиях. Л.: Наука, 1978. С. 178–180.

109. Костенюк В. Альтернативная служба в европейских странах НАТО // Зарубежное военное обозрение. 1995. № 6. С. 7–9.

110. Котенев И.О. Психологические последствия воздействия чрезвычайных обстоятельств на личный состав органов внутренних дел / Автореферат диссертации на соискание ученой степени канд. псих. наук. М., 1994. С. 30.

111. Котенев И.О. Опросник травматического стресса для диагностики психологических последствий несения службы сотрудниками органов внутренних дел в экстремальных условиях: Методич. пособие. М.: Академия МВД РФ, 1996. С. 3–27.

112. Котенев И.О. Психологические реакции работников милиции в чрезвычайных обстоятельствах и постстрессовые состояния: предупреждение и психологическая коррекция // Психопедагогика в правоохранительных органах: Научно-практ. журнал. Омск: ОЮИ МВД РФ, 1996. № 1(3). С. 76–84.

113. Краснов В.Н. Экологическая психиатрия: методология, предмет исследования и ближайшие практические задачи // 12 съезд психиатров России. М., 1996. С. 158–160.

114. Краснянский А.Н., Морозов В.П. Посттравматическое стрессовое расстройство у ветеранов афганской войны // Материалы XII съезда психиатров России. М., 1995. С. 161–162.

115. Крепелин Э. Введение в психиатрическую клинику. М., 1923. С. 71.

116. Крылов А.А., Перова Т.Т. Проблемы социально-психологической мотивации сотрудников подразделений ОВД и ВВ, действующих в особых условиях // Социально-правовые и психологические основы деятельности органов внутренних дел и внутренних войск МВД России: проблемы теории и практики

// Матер. междунаучно-практ. конф. 20–21 марта 1997 г. СПб., 1997. Ч. 4. С. 111–113.

117. Кукушин В.М. Твоя профессиональная этика. М., 1994. 63 с.

118. Куликов А. О неотложных мерах по коренному улучшению работы с личным составом в системе Министерства внутренних дел Российской Федерации // Профессионал. 1997. №1(17). С. 3–7.

119. Куликов В.В. Адаптационные реакции у призывников и военнослужащих срочной службы/клинико-психологический анализ/ Автореф. дисс. канд. мед. наук. М., 1989. С. 29.

120. Кэннон Б. Физиология эмоций. Л., 1927. С. 9.

121. Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях. М.: Политиздат, 1989. 304 с.

122. Левин И. Разработка в США перспективного индивидуального оружия и экипировки // Зарубежное военное обозрение. 1996. № 2. С. 19–26.

123. Литвинцев С.В. Клинико-организационные проблемы оказания психиатрической помощи военнослужащим в Афганистане: Автореф. дис. докт. мед. наук. СПб., 1994. С. 37.

124. Маетная Е., Коц И. «Комсомолка» помогла Сереже Рябовицкому. Но обожженных Чечней ребят – десятки тысяч по России// Комсомольская правда. 1996. 16 нояб. С. 3.

125. Маетная Е. // Комсомольская правда. 1997. 23 дек. С. 4.

126. Марк Дейч. Письма мертвого солдата.// МК. 1998. 3 февр. С. 3

127. Майдыков А.Ф., Мелехин А.В. Некоторые проблемы применения сил и средств в экстремальных условиях: Сборник МВД СССР. М., 1991. № 2. С. 29–32.

128. Материалы научно-практической конференции «Современные проблемы обеспечения безопасности жизнедеятельности военнослужащих внутренних войск». 29–30 августа 1994 г. СПб. 105 с.

129. Мгимов Ю. Морально-этический кодекс военнослужащих США // Зарубежное военное обозрение. 1994. № 12, С. 7–11.

130. Меерсон Ф.З. Адаптация, стресс и профилактика.- М: Наука, 1981. 284 с.

131. Мелехин А.В. О предмете ведения мобилизационных подразделений ОВД // Проблемы деятельности органов внутренних дел в экстремальных условиях: Сборник научных трудов. М.: ВНИИ МВД России, 1995. С. 45.

132. Мелехов Д.Е. Социальная психиатрия и психиатрическая клиника // Журн. невропатол. и психиатр. 1972. № 3. С. 384–393.

133. Месников В.И., Голобородько С.А. Суициды как проблема обеспечения безопасности воинской службы // Материалы научно-практической конференции: «Современные проблемы обеспечения безопасности жизнедеятельности военнослужащих внутренних войск». СПб., 1994. 19–30 авг.

134. Методические рекомендации по психологической подготовке личного состава специальных подразделений органов внутренних дел. М.: ВНИИ МВД РФ, 1996. 32 с.

135. Методика оценки морально-психологического состояния личного состава внутренних войск МВД России. М.: Управление по работе с личным составом ГУКВВ МВД России, 1995. С. 8–10.

136. Медведев В. // Комсомольская правда. 1998. 23 дек. С. 3.

137. «МК». 1998. 28 янв. С. 1.

138. «МК». 1998. 27 янв. С. 1.

139. Мозговой С., Данилов Н. Роль института военных священников в зарубежных армиях // Зарубежное военное обозрение. 1997. № 3. С. 11–13.

140. Моисеенко Г. Бой местного значения // Известия. 1998, 3 февр. С. 3.

141. Морозов П. Военно-церковная служба бундесвера // Зарубежное военное обозрение. 1996. № 9, С. 13–15.

142. Морозов Г.В., Кудрявцев И.А. О патоморфозе реактивных психозов // Журн. невропатол. и психиатр. 1979. С. 1356–1361.

143. Морально-психологическая подготовка личного состава к выполнению задач по защите конституционных прав граждан в условиях чрезвычайного положения и при вооруженных конфликтах. М.: Академия МВД России, 1995. 38 с.

144. Мухина В.С. Психологическая помощь пострадавшим от землетрясения в Армянской ССР // Психол. журн. 1989. № 5. Т. 10. С. 27–30.

145. Мышляев Н. П. Взаимодействие участковых инспекторов милиции и общественности по профилактике правонарушений: Учебное пособие. М., 1990.

146. Мясищев В.Н. Личность и неврозы. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1960. 426 с.

147. Наенко Н.И. Психическая напряженность. М.: МГУ, 1976.

148. Натаров В.И. Группоаналитическая психотерапия: методы, принципы, методики // Психол. журн. 1994. № 2. Т. 15. С. 127–134.

149. Некоторые критерии выбора тактики силового вмешательства полицейских в ходе выполнения ими служебных обязанностей. Зарубежный опыт. 1995., Выпуск 2. С. 1–9.

150. Нечипоренко В.В., Курпатов В.И. Профилактика пограничных нервно-психических расстройств у военнослужащих // Военно-медицинский журнал. 1995. № 12. С. 21–24.

151. Нечипоренко В.В., Литвинцев С.В. Патогенез боевой психиатрической травмы // Общая патология боевой травмы: Руководство для врачей и слушателей академии. СПб., 1994. С. 103–111.

152. Нечипоренко В.В., Литвинцев С.В., Снедков Е.В. Патогенетическая и патофизиологическая роль боевых стрессоров в

формировании клиники и динамики психических реакций // Материалы XII съезда психиатров России. М., 1995. С. 216–217.

153. Никифоров А.М., Шишмарев Ю.Н., Шантырь И.И. Проблемы медицинского обеспечения ликвидаторов аварии на ЧАЭС // Матер. Всерос. конф. «Радиоэкологическая медицина и социально-экономические последствия аварии на ЧАЭС. Реабилитация территории и населения». 21–25 мая. М.: НМЦ «Голицино», 1996. С. 90.

154. Новинки оснащения полицейского // Экспресс-информация. Зарубежный опыт. Выпуск № 7. Москва. 1995. с. 1–5.

155. Олейников В.С. Акмеология нравственно-правового воспитания военнослужащих внутренних войск // Материалы научно-практической конференции «Современные проблемы обеспечения безопасности жизнедеятельности военнослужащих внутренних войск». СПб. 1994. 29–30 авг. С. 73.

156. Организация и тактика действий сил и средств органов внутренних дел и внутренних войск МВД при проведении специальных операций: Пособие. М.: ВНИИ МВД России, 1997. С. 99.

157. Основные виды деятельности и психологическая пригодность к службе в системе органов внутренних дел: справочное пособие. М.: 1997. С. 344.

158. Останкович А.Е. О контрактном способе комплектования Вооруженных сил // Военная мысль. 1994. № 4. С. 70–75.

159. ОШО. Медитация – искусство экстаза. М., 1993. – 192 с.

160. Папкин А.И. Личная безопасность сотрудников органов внутренних дел (тактика и психология безопасной деятельности).- М., 1996. 244 с.

161. Пожидаев Д. Информационная война в планах Пентагона // Зарубежное военное обозрение. 1996. № 2. С. 4.

162. Пономарев П.Г. Социальные и правовые проблемы противодействия преступности в России // Духовность. Правопорядок. Преступность. М., 1996. С. 30–39.

163. Пономаренко В.А. Психологическое очищение // Психол. журн. 1994. № 3. Т. 15. С. 146–158.

164. Положий Б.С. Психические расстройства, связанные с социальным стрессом: новая проблема Российской психиатрии // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. 1996. № 2. С. 15–17.

165. Порфирьев Б.Н. Организационно-правовые основы управления при ЧС. М., 1995. С. 9–27.

166. Порядок прохождения службы полицейскими Гамбурга // Борьба с преступностью за рубежом. № 7, М.: 1991. С. 27–30.

167. Психологическое обеспечение специальных операций органов внутренних дел по освобождению заложников. Методические рекомендации. М., 1995. 118 с.

168. Приходько Е.П., Човдырова Г.С. О психологической поддержке заложников и участников операций по их освобождению // Проблемы деятельности органов внутренних дел в экстремальных условиях: Сб. научных трудов. М.: ВНИИ МВД России, 1996. С. 64–74.

169. Приходько Е.П., Човдырова Г.С. Психологическое обеспечение переговорного процесса при захвате заложников // Проблемы деятельности органов внутренних дел в экстремальных условиях: Сб. научных трудов. М.: ВНИИ МВД России, 1996. С. 72.

170. Профессионал, ППА, Декларация о полиции. 1996, 4(16) С. 26–28.

171. Профессиональные заболевания полицейских Великобритании. Проблемы преступности в капиталистических странах // Ежемесячный информац. бюллетень, 1988. 1, С. 12–14.

172. Проблемы набора молодого пополнения в полицию земли Нижняя Саксония (ФРГ) // Борьба с преступностью за рубежом. М., 1991. 7. С. 30–31.

173. Психологическое обеспечение деятельности личного состава ОВД в экстремальных условиях: Методические рекомендации. М.: ГУК МВД России, 1997. 44 с.

174. Психологическое обеспечение специальных операций ОВД по освобождению заложников. Методические рекомендации. М., 1995. 118 с.

175. Различные аспекты правовой защиты и профессиональной подготовки полицейских для деятельности в рамках единой Европы // Борьба с преступностью за рубежом. 1991. 1, С. 73–76.

176. Разумов С.А. Эмоциональный стресс в условиях норм и патологии человека. Л.: Медицина, 1996, С. 9–27.

177. Резник Б. Сержант, вернувшийся из Чечни, убил четверых // Известия. 1995, 17 окт. С. 3.

178. Реутов Г. О взаимоотношениях военнослужащих в армии США // Зарубежное военное обозрение. 1998. № 3. С. 55.

179. Решетников М.М., Баранов Ю.А., Мухин А.П., Чермякин С.В. Уфимская катастрофа: особенности состояния, поведения и деятельности людей // Психол. журн. 1990. № 1. Т.11. С. 95–101.

180. Румянцева Г.М и др. Медико-психологическая помощь жителям районов экологических бедствий: Метод. рекомендации. М., 1995. 22 с.

181. Рудестам К. Групповая психотерапия. М.: Прогресс, 1993. 368 с.

182. Рутман Э.М. Надо ли убежать от стресса? М.: Физкультура и спорт, 1990. 128 с.

183. Свядощ А.М. Неврозы и их лечение. М.: Медицина, 1982. 368 с.

184. Севрюков Д. В Чечне 205-я бригада тонула в крови и водке // Комсомольская правда. 1997, 31 марта. С. 2.

185. Селиверстов В.И., Филимонов О.В. Правовое положение осужденных: Лекция. М., 1997. 33 с.

186. Селье Г. Стресс без дистресса. М.: Прогресс, 1979. 123 с.

187. Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме. М., 1960. С. 36.

188. Селье Г. На уровне целого организма. М.: Наука, 1966. 133 с.

189. Селье Г. Когда стресс не приносит горя // Известные силы в нас. М., 1992. С. 103–158.

190. Система своевременного выявления «проблемных» сотрудников полиции // Экспресс-информация. Зарубежный опыт. США. М., 1995. Выпуск 5, С. 1–6.

191. Смуглевич А.Б. Психогенные заболевания. Психопатии// Руководство по психиатрии. М., 1983. Т. 2. С. 342.

192. Снежневский А.В. Клиническая психопатология// Руководство по психиатрии. М., 1983. Т. 1. С. 77.

193. Собчик Л.Н. Методы психологической диагностики. М., 1990. Вып. 1. 73 с.

194. Спилбергер Ч.Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги // Стресс и тревога в спорте: Международный сборник. М.: Физкультура и спорт, 1983. С. 12–23.

195. Съедин С.И., Абдурахманов Р.А. Психологические последствия воздействия боевой обстановки: Учебное пособие. М.: МО России, 1992. 68 с.

196. Станчинский Г.А., Хальзов В.И. Психология личности военнослужащего внутренних войск: Учебное пособие. Ленинград, 1991. 82 с.

197. Столяренко А.М. Психологическая подготовка личного состава ОВД: Учебное пособие. М., 1987. С. 9.

198. Стрельченко А.Б., Човдырова Г.С. Психологические аспекты обеспечения профессиональной надежности сотрудников ОВД в экстремальных условиях// Психопедагогика в право-

охранительных органах. Омск.: ОЮИ МВД России, 1996. № 1(3). С. 70–72.

199. Стрельченко А.Б. Психофизиологические корреляты профессиональной надежности сотрудников ОВД в экстремальных условиях деятельности // Психопедагогика в правоохранительных органах. Омск.: ОЮИ МВД России, 1996. № 1(3). С. 12-15.

200. Стресс жизни: Сборник. СПб.: ТОО «Лейла», 1994. 384 с.

201. Стурова М.П., Первозванский В.Б. Социально-педагогические основы деятельности ИТУ. М.: Академия МВД России, 1993. 123 с.

202. Тарабрина Н.В., Лазебная Е.О. Синдром посттравматических стрессовых нарушений: современное состояние и проблемы // Психол. журн. 1992. № 2. Т. 13. С. 14–29.

203. Тарабрина Н.В., Лазебная Е.О и др. Психологические последствия участия в ликвидации аварии на Чернобыльской АЭС // Матер. Всерос. конф. «Радиоэкологическая медицина и социально-экономические последствия аварии на ЧАЭС. Реабилитация территории и населения». 21-25 мая. М.: НМЦ «Голицино», 1996. С. 84.

204. Татаринцев В. Крушение // Щит и меч. 1997. № 3. 14 янв. С. 4.

205. Токарев Н.А. Профессионально-психологическая подготовка рядового и младшего начальствующего состава милиции подразделения охраны органов внутренних дел / Автореф. дисс. канд. психол. наук. М., 1990. С. 17–20.

206. Туманов В.Д. Психология готовности сотрудников органов внутренних дел к действиям в экстремальных условиях: Лекция. М.: МВД России, РИПК, 1994.-39 с.

207. Ушаков Г.К. Пограничные нервно-психические расстройства. М.: Медицина, 1987. 304с.

208. Файдыш Е.К. Измененные состояния сознания. М., 1993. С. 18–21.

209. Феденко Н.Ф. Очерки по психологии личности советского воина. М., 1966. С. 27.

210. Филимонов Д. Бери шинель, беги домой // Известия. 1998. 16 янв.

211. Филмор А. Психологическая подготовка полицейских в США// Police. 1980. August, 12. P. 20–22.

212. Фомин Б. Линдер И. Диалог о боевых искусствах Востока. М.: Мол. гвардия, 1990. 366 с.

213. Фромм Э. Душа человека. М., 1992. С. 27–29.

214. Фролова А.А. Лечение и профилактика пограничных психических расстройств у работников опасных профессий (инкассаторы, милиционеры патрульно-постовой службы)/Автореф. канд. дис. мед. наук. М., 1998. 18 с.

215. Фресс П. Эмоции // Экспериментальная психология. М., 1975. Вып. 5. С. 111–195.

216. Характеристика состояний психической дезадаптации у сотрудников пожарной охраны в напряженных и экстремальных условиях деятельности и их профилактика: Метод. рекомендации. М.: МВД России, 1992. 19 с.

217. Хананишвили М.М. Информационные неврозы. М., 1978. С. 18.

118. Хейердал Т. Путешествие на Кон-Тики. М., 1972. С. 27.

119. Черепанова Е. Психологический стресс. М., 1996. 94 с.

220. Черненилов В.И., Юстицкий В.В. Применение методов психолого-педагогического воздействия при решении оперативно-служебных задач: Учебное пособие. Минск, 1989. 77 с.

221. Черноушек М. Психология жизненной среды. М., 1989. С. 36.

222. Човдырова Г.С. Психологические механизмы поддержания боевого духа сотрудников в экстремальных условиях // Проблемы деятельности органов внутренних дел в экстремальных условиях: Сб. научных трудов. М.: ВНИИ МВД России, 1997. С. 72.

223. Човдырова Г. С. Психологическая стимуляция боевого духа сотрудников ОВД для действий в экстремальных условиях // Психопедагогика в правоохранительных органах. Омск: ОЮИ МВД России. 1996, № 1(3). С. 70–72.

224. Човдырова Г.С. О некоторых проблемах профилактики возникновения экстремальных условий в следственных изоляторах и исправительно-трудовых учреждениях // Проблемы деятельности органов внутренних дел в экстремальных условиях: Сб. научных трудов. М.: ВНИИ МВД России, 1996. С. 57-71.

225. Човдырова Г.С. Некоторые критерии психологической готовности сотрудников ОВД к действиям в экстремальных условиях // Проблемы деятельности органов внутренних дел в экстремальных условиях: Сб. научных трудов. М.: ВНИИ МВД России, 1995. С. 72.

226. Човдырова Г.С., Клименко Т.С. Социально-психологические пути повышения стрессоустойчивости сотрудников ОВД и ВВ в экстремальных условиях // Психопедагогика в правоохранительных органах. Омск: ОЮИ МВД РФ, 1997. № 3(5). С. 81.

227. Човдырова Г.С. Посттравматические стрессовые расстройства («чеченский синдром») и проблемы адаптации и реадaptации сотрудников ОВД и ВВ к психосоциальным условиям // Психопедагогика в правоохранительных органах. Омск: ОЮИ МВД России, 1997. № 3(5). С. 70–72.

228. Човдырова Г.С. Стресс и проблемы адаптации сотрудников ОВД и ВВ в экстремальных условиях // Проблемы деятельности ОВД и ВВ в экстремальных условиях: Сб. научных трудов. М.: ВНИИ МВД России, 1997. С. 81.

229. Човдырова Г.С., Бродченко О.И. Основные принципы и методы психопрофилактики и психокоррекции посттравматических стрессовых расстройств среди работников ОВД и ВВ // Проблемы деятельности ОВД и ВВ в экстремальных условиях: Сб. научных трудов. М.: ВНИИ МВД России, 1997. С. 90.

230. Човдырова Г.С. Проблемы повышения психологической стрессоустойчивости личного состава системы МВД России в экстремальных условиях. М.: ВНИИ МВД 1998. – 156 с.

231. Човдырова Г.С. Медико-психологические и правовые проблемы безопасности жизнедеятельности личного состава системы МВД.

232. Чуркин А.А. Некоторые подходы к оптимизации специализированной помощи больным с пограничными психическими расстройствами // Всесоюзный съезд невропатологов и психиатров, 8-й.-М., 1988. Т.1. С. 264–266.

233. Шамаров В.М. Механизм реализации социальных гарантий и правовой защиты личного состава органов внутренних дел. М.: Академия МВД России, 1994. С. 9–12.

234. Шамаров В.М. Государственное обеспечение работников милиции. М.: Академия МВД России, 1995. С. 3–9.

235. Шамаров В.М. Становление систем денежного довольствия работников милиции. М.: Академия МВД России, 1995. С. 9–12.

236. Шамаров В.М. Организация работы с личным составом органов внутренних дел. М., 1997. 97 с.

237. Шамаров В.М., Лойт Х.Х., Никифоров А.В. Служебная дисциплина и законность в ОВД: основные направления воспитательной работы по их укреплению. М., 1997.

238. Шергин А.П. Административная юрисдикция. М.: Юрид. лит. 1979. 143 с.

239. Шевцов А.Ю. Клиническая характеристика и психотерапия пограничных психических расстройств у работников крупного промышленного предприятия / Автореф. дис. канд. мед наук. М.: 1999. 24 с.

240. Юнг К.Г. Проблемы души современного человека. М., 1994. 126 с.

241. Являнский И.//«КП», 1998, 21 янв. С. 7.

242. Яковлев Г.М., Новиков В.С., Хавинсон В.Х. Резистентность, стресс, регуляция. Л., 1990. 225 с.

243. Baker G.W. Comments on the present status and the future directions of disaster research / *The Threat of Impending Disaster: Contributions to the Psychology of Stress*. Cambridge, Mass., 1964. P. 315-330.

244. Bartone P.T. Psychosocial predictors of soldier adjustment to combat stress // *Third European Conference on Traumatic Stress*. Bergen, Norway, 1993. P. 19.

245. Burner M. (Stress at aspects psychosociodynamiques. «Schweiz. Arch. Neurol. Psychiat.». 1977, 121, № 1, 115-124 (франц.).

246. Blak R.A. Critical incident debriefing for law enforcement personnel: A model // *Critical Incident in Policing: Revised*. Washington, DC., 1991. P. 23.

247. Dancu C. V. Reliability and Validity a Brief Instrument for Assessing Post – Traumatic Stress Disorder // *J. Traum. Stress*. 1993, № 4. V.6. P. 459-473.

248. *Die Polizei*, 1991, № 2, S.59.

249. Foreman W.A. Policy stress response to a civilian aircraft disaster / *Critical Incidents in Policing: Revised*. Washington, DC., 1991. P. 85-97.

250. Freedy J.R., et al. Understanding Acute Psychological Distress Following Natural Disaster // *J. Traum. Stress*. 1994, № 2. V.7. P. 257-273.

251. Fritz C.E., Marks E.S. The NORC studies of human behavior in disaster // *J. Soc. Iss.* 1954. V.10. P. 26-41.

252. Figley C.R. (Ed) *Stress Disorders Among Vietnam Veterans*. New York: Bruner. Masel, 1978. – 236 p.

253. Carrison W.E. Modelling inoculation training for traumatic incident exposure / *Critical Incidents in Policing: Revised*. Washington, DC., 1991. P. 107-117.

254. Gersons B.P. Patterns of PTSD among police officers following shooting incidents: A two-dimensional model and treatment implications // *J. Traum. Stress*. 1989. V. 2(3). P. 247-257.

255. Green B.L. Defining trauma: Terminology and generic stressor dimensions / *J. Appl. Soc. Psychol.* 1990. P. 1632-1642.

256. Gudjonsson G.H., Adlam K.R.C. Occupational stressors among British police officers // *The Police Journal*. 1985. V.1. P. 73-79.

257. Herman J.L. Complex PTSD: A Syndrome Survivors of Prolonged and Repeated Trauma // *J. Traum. Stress*. 1992, № 3. V.5. P. 377-391.

258. Hodgkinson P.E., Stewart M. *Coping with Catastrophe: A Handbook of Disaster Management*. L., N.Y.: Routledge, 1991. – 230 p.

259. Horn J.M. Critical incidents for law enforcement officers // *Critical Incidents in Policing: Revised*. Washington, DC., 1991. P. 143-148.

260. Horowitz M., Wilner N., Alvarez W. Impact of Event Scale: A measure of subjective stress // *Psychol. Med.* 1979. V.41. P. 209-218.

261. Joseph S., Williams R., Yule W. Changes. Outlook Following Disaster: The Preliminary Development of a Measure to Assess Positive and Negative Responses // *J. Traum. Stress*. 1993, № 2. V.6. P. 271-279.

262. Kaftarian S.J. Burnout in mental health workers after major disasters: The Armenian earthquake experience // *Медицина катастроф. Матер. межд. конф. М.*, 1990. С. 477.

263. Kardiner A. The social distress syndrome of our time // *J. Amer. Acad. Psychoanal.* 1978. V.1. P. 89-101.

264. Kardiner A. The social distress syndrome of our time // *J. Amer. Acad. Psychoanal.* 1978., V. 2. P. 215-230.

265. Kleber R.J., Brom D. *Coping with trauma. Theory, prevention and treatment*, Amsterdam: Swets Leiting, 1992. – 317 p.

266. Koscheyev V.S. et al. Psychological Status of Chernobyl Nuclear Power Plant Operators After Nuclear Disaster // *J. Traum. Stress*. 1993, № 4. V.6. P. 561-567.

267. Lazarus R.S. Environmental Planning in the Context of Stress and Adaptation: Symposium «Society, stress and disease». Stockholm, Oxford. April, 1970. – 436 p.

268. Lippert W.W. Police officer suicide : Treating the affected department // Critical Incidents in Policing: Revised. Washington, DC., 1991. P. 179-190.

269. Malouff J., Schutte N. // "Journal of Police Science and Administration" 1986, 14, N3, pp.175-177.

270. Mitchell J.T. Helping the helper: Practice and policy in the 1990's / Third European Conference on Traumatic Stress. Bergen, Norway, 1993. P. 25.

271. Mitchell J.T. Dyregrow A. International Handbook of Traumatic Stress Syndromes. New York: Plenum Press, 1993. P. 918.

272. Mc Mains M.J. The management and treatment of post-shooting trauma: Administration and programs/Critical Incidents in Policing. Revised. Washington, DC., 1991. P. 191-197.

273. Mikulincer M., Solomon Z. Attributional style and combat-related posttraumatic stress disorder // J. Abnormal Psychol. 1992, № 3. V.97.

274. Nielsen E. Factors influencing the nature of posttraumatic stress disorders / Critical Incidents in Policing. Revised. Washington, DC., 1991. P. 213-219.

275. Pierson T. Critical Incident Stress: A Serious Law Enforcement Problem // Police Chief. 1989. № 2. P. 32-33.

276. Police, USA, 1994, N5, с.32-35. Экспресс информация. 1995, Выпуск N9, С.1-5.

277. Robison R.C., Mitchell J.T. Evaluation of Psychological Debriefings // J. Traum. Stress. 1993, № 3. V.6. P. 367-382.

278. Reiser M. Stress, Distress and Adaptation in police Work // The police Chief, USA. 1976, № 1. P. 24-27.

279. Solomon L., Mikulincer M., Flum H. Negative life events, coping responses and combat related psychopathology: A prospective Study // J. Abnormal Psychol. 1988, № 3. V.97. P. 9-12.

280. Stratton J., Parker D., Snibbe J. Post-traumatic stress disorder and perennial stress-diathesis controversy // J. Nerv. Ment. Dis. 1987. P. 175.

281. Twain D., Mc Gee R., Bennet L.A. Functional areas of psychological activity / Psychologists in the Criminal Justice System/ Ed. S.L. Brodsky. Carbondale, IL: Admark. 1972. P. 15-20.

282. Eitinger L. Denial in concentration camps: some personal observation in the positive and negative functions of denial in extreme life situations // The denial of stress / Ed. J. S. Breznitz N.Y.: Int. Univ. Press. 1983. P. 27.

283. Van der Kolk B.A. Pierre Janet and the breakdown of adaptation in psychological trauma // Am. J. Psychiatry. 1989, № 12 (146). P. 1530-1540.

284. Wilson J.P., Raphael B. (Eds.) International Handbook of Traumatic Stress Syndromes. New York: Plenum Press, 1993. 1011 p.

285. Workshop «Post-Traumatic Stress Disorders»: Textbook. Brussels: Queen Astrid Military Hospital, 1991. P. 7-9.

286. Westwood J. Federation must take lead on stress // Police. 1985, № 8. V.17. P. 52-60.

Концевая полоса

Гульшат Сулеймановна Човдырова

ПРОБЛЕМЫ СТРЕССА, ПСИХИЧЕСКОЙ
ДЕЗАДАПТАЦИИ И ПОВЫШЕНИЯ
СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ ЛИЧНОСТИ В УСЛОВИЯХ
СОЦИАЛЬНОЙ ИЗОЛЯЦИИ

Монография