

БОЕВОЙ СТРЕСС В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ: СИСТЕМНЫЙ АНАЛИЗ КЛЮЧЕВЫХ ФАКТОРОВ

Юсипова Александра Борисовна
Докторант, Международный институт
психологии Smart
yusipovaab@mail.ru

COMBAT STRESS: SYSTEM ANALYSIS OF KEY FACTORS

A. Yusipova

Summary: The subject of the study is modern combat stress factors. The article presents a comprehensive analysis of modern combat stress factors that affect the psychophysiological state of military personnel in the context of current forms of military conflicts. Both traditional and new determinants (cyber threats, information overload) are considered. As a result, the need for an expanded classification and grouping of combat stress factors based on the hybrid stress paradigm, the principle of neurocyphic convergence (considering digital and biological stressors as an interconnected system) and a multilevel stress response model has been identified. The author proposes the concept of a three-dimensional model of the cumulative effect of combat stress factors. The main conclusion is the substantiation of the position that modern research on combat stress requires interdisciplinary interaction of specialists in various fields, which will increase the effectiveness of measures to preserve the mental health of not only military personnel, but will also be important for society as a whole.

Keywords: combat stress, stress factors, modern military conflicts, new threats, systemic approach, mental health, three-dimensional model concept, social stability.

Аннотация: Предметом исследования являются современные факторы боевого стресса. В статье представлен комплексный анализ современных факторов боевого стресса, оказывающих влияние на психофизиологическое состояние военнослужащих в условиях актуальных форм военных конфликтов. Рассматриваются как традиционные, так и новые детерминанты (киберугрозы, информационная перегрузка). В результате выявлена необходимость в расширенной классификации и группировке факторов боевого стресса, базирующейся на парадигме гибридного стресса, принципе нейроцифровой конвергенции (рассмотрение цифровых и биологических стрессоров как взаимосвязанной системы) и модели многоуровневой стресс-реакции. Автором предложена концепция трехмерной модели совокупного влияния факторов боевого стресса. Основным выводом является обоснование положения о том, что современные исследования боевого стресса требуют междисциплинарного взаимодействия специалистов в различных областях, что позволит повысить эффективность мер по сохранению психического здоровья не только военнослужащих, но и будет иметь важное значение для общества в целом.

Ключевые слова: боевой стресс, стрессовые факторы, современные военные конфликты, новые угрозы, системный подход, психическое здоровье, трехмерная концепция модели, социальная стабильность.

Введение

В современном мире, где характер военных конфликтов претерпевает радикальные изменения, проблема факторов боевого стресса выходит на новый уровень значимости. Глобальная цифровизация, трансформация методов ведения войны и усложнение информационной среды создают качественно новые формы стрессового воздействия и беспрецедентные вызовы для психики военнослужащих, которые еще недостаточно изучены специалистами. Остроту проблеме добавляет наблюдаемый рост различных симптомов посттравматических стрессовых расстройств. Все это свидетельствует о необходимости пересмотра существующих подходов к пониманию природы боевого стресса и разработке методов его профилактики.

Основные результаты

Научное сообщество сегодня стоит перед необходимостью создания комплексной концепции боевого стресса, которая бы адекватно отражала реалии современных гибридных конфликтов. От решения этой

задачи зависит не только эффективность системы психологической помощи военнослужащим, но и в целом боеспособность армий в условиях новых вызовов. Исследования в данной области приобретают особую значимость, так как его результаты могут лечь в основу принципиально новых подходов к подготовке личного состава, ротационной службы и послебоевой реабилитации. Особую социальную значимость проблеме придает тот факт, что последствия боевого стресса в его современных проявлениях выходят далеко за рамки военной сферы, влияя на общественное здоровье и социальную стабильность. В этом контексте изучение факторов боевого стресса представляет собой не только узковоенную, но и общегуманитарную задачу, имеющую важное значение для национальной безопасности и устойчивого развития общества в условиях геополитической турбулентности.

Столь масштабные изменения в природе современных военных конфликтов и их психологических последствий закономерно ставят вопрос о необходимости переосмысления всей системы факторов боевого стресса.

К классическим элементами боевого стресса относятся: эмоциональные факторы (угроза, страх смерти и повреждений, потеря сослуживцев, постоянный гнев, ярость, разочарование и т.д.), когнитивные (необходимость принятия жизненно важных решений в условиях дефицита времени); средовые (проживание в тяжелых условиях, экстремальные температуры, шумы, взрывы, ограниченный обзор и т.д.); физиологические (хроническое недосыпание, усталость, ранения и т.д.) [4].

Схожую концепцию классификации стрессоров предложили и американские исследователи, связав их с внешними и внутренними факторами. Они определили, что к внешним стрессовым факторам, связанным с боевыми действиями, относятся: членовредительство, убийство комбатантов, наблюдение за гибелью людей, потеря сослуживцев, травмы, приводящие к потере конечности, экстремальные условия жизни, снижение ее качества, а к ментальным (внутренним) отнесли: требования и ожидания, трудные решения, динамика и изменения, изоляция, одиночество, религиозная конфронтацию, виктимизацию, семейные проблемы и т.п. [8].

Как отмечает А.М. Резник, стрессоры военного времени не ограничиваются прямой угрозой жизни и утратой близких. Они характеризуются высокой частотой повторения, экстремальной эффективностью и продолжительностью, а также необычно сочетаются с тяжелым физическим и психическим истощением. Нередко их воздействие усугубляется полученными ранениями, явными или субклиническими черепно-мозговыми травмами. Помимо этого, военные конфликты сопровождаются множеством неблагоприятных факторов, включая суровые климатические условия и социально-стрессовые воздействия [6].

В тоже время, Д. Стюарт, в своем исследовании, посвященном предикторам и последствиям травмы, делает акцент на том, что существует такой фактор, как буллинг в армии, который является особенно важной проблемой, учитывая уникальную среду, в которой это происходит [9].

В связи с тем, что технический прогресс последних лет внес существенные коррективы в стратегию и тактику ведения боевых действий, наблюдаются значительные изменения в структуре боевых стрессоров, обусловленные, во-первых, усилением угрозы со стороны дистанционных систем вооружения (БПЛА и др.), а, во-вторых – психологическими последствиями использования новейших образцов боевой экипировки и средств индивидуальной защиты» [5].

Индийский военный психолог, Ритеш Кумар Саини, считает, что операторы дронов могут страдать от эмоционального отстранения, психического и физи-

ческого истощения, выгорания и тревожащих образов смерти и разрушений в связи с необходимостью работы на длительных интервалах и с повышенной бдительностью [10].

На наш взгляд, современный боевой стресс требует междисциплинарного синтеза с учетом нейрофизиологических (реакции мозга), техносоциальных (влияние цифровых систем), культурно-экологических факторов, что исключает редукцию к какому-либо одному аспекту. В этой связи, принципиально важным представляется учет системных закономерностей.

Этот аспект получает развитие в работах А.Г. Караяни, где автор обращает внимание на то, что участник боевых действий испытывает на себе многомерное стрессовое воздействие, включающее: непосредственно боевые факторы, эмоциональные нагрузки, физиологические ограничения, когнитивные перегрузки, которые порождают конфликтующие побудительные тенденции, проявляющиеся на разных уровнях функционирования организма и психики. В то же время, авторы отмечают, что операторы беспилотников сталкиваются с сильнейшими операциональными стрессорами, выражающимися в опасности для жизни, бедности сенсорной информации, сложности дистанционного управления аппаратом [2,3].

Тем не менее, исследователи расходятся в оценке стрессоров, воздействующих на операторов БПЛА и боевых пилотов. Одни из них утверждают, что различия в негативных последствиях операторов БПЛА и боевых пилотов практически отсутствуют, и такие состояния развиваются под воздействием неудобного графика работы, неудобного интерфейса, а не боевых стрессоров. Другие, напротив, отмечают трагический характер картин и время их наблюдения операторами БПЛА [3].

Мы считаем, что в условиях цифровизации войны, традиционные факторы стресса (физические перегрузки, страх смерти и т. д.) дополняются принципиально новыми угрозами, такими как: кибернетизация (дистанционное управление боем — эмоциональная отчужденность, перегрузка от одновременной работы с различными электронными системами), автоматизация (принятие решений искусственным интеллектом – потеря контроля), виртуализация (смешение реального и цифрового пространств), имеющими нефизические (дипфейки, мемы), непрерывные и персонализированные измерения. Таким образом, любой «классический» стрессор имеет цифровой аналог, усиливающий его воздействие. В результате возникает парадокс: чем совершеннее технологии на поле боя, тем сложнее психофизиологическая адаптация военнослужащего к боевой среде.

В данном контексте представляется возможным рассмотрение всей системы факторов боевого стресса через призму их принадлежности к различным, но взаимосвязанным уровням воздействия. Такой подход позволяет не только систематизировать имеющиеся знания, но и выявить новые, ранее не учитывавшиеся взаимозависимости между различными аспектами боевого стресса в современных условиях. В этой связи мы предлагаем расширенную классификацию и группировку факторов боевого стресса, базирующуюся на парадигме гибридного стресса, принципе нейроцифровой конвергенции (рассмотрение цифровых и биологических стрессоров как взаимосвязанной системы) и модели многоуровневой стресс-реакции. (Таблица 1.)

В результате экспертного опроса, исследователями были выявлены основные неблагоприятные факторы: недостаток сна и отдыха, неблагоприятны полевые условия, выполнение обязанностей в ночное время, нервно-психическое напряжение, физические нагрузки (Таблица 2)

Неблагоприятные условия (например, плохая ос-

вещенность, шум) могут усугубляться техногенными факторами – влиянием технических и технологических условий на выполнение задач (оборудование, эргономика, условия среды). Физические нагрузки также могут быть усилены неэргономичным снаряжением или отсутствием поддержки.

Недостаток сна и отдыха, нервно-психическое напряжение снижают индивидуальную устойчивость, а групповая динамика влияет на распределение нагрузок при длительной работе.

Ночное время работы и длительная непрерывная работа нарушают циркадные ритмы, соответственно, при данной экспозиции наступает кумулятивный эффект от нагрузок.

Таким образом, проведенный нами анализ современных факторов боевого стресса позволяет сделать вывод о том, что современный боевой стресс требует системы оценки, учитывающей такие критически важные аспекты, как: технологическая сложность (степень цифро-

Таблица 1.

Группировка стрессовых факторов в зоне боевых действий.

Категория	Подкатегория	Примеры конкретных факторы
Физиологические	Физические нагрузки	Длительное отсутствие сна, переутомление и т.д.
	Травмы и ранения	Болевой шок, контузия, потеря конечностей, хронические боли и т.д.
Психологические	Угроза жизни	Постоянные обстрелы, риск плена, внезапные атаки и т.д.
	Моральные дилеммы	Необходимость убивать, гибель товарищей и т.д.
Социальные	Групповая динамика	Конфликты в подразделении и т.д.
	Разлука с близкими	Отсутствие связи с семьей, чувство одиночества и т.д.
Экологические	Условия среды	Антисанитария, химические, биологические заражения и т.д.
	Климатические	Жара, холод, влажность и т.д.
Информационные	Когнитивная перегрузка	Большой поток данных, неопределенность и т.д.
	Дефицит информации	Неясность обстановки, слухи и т.д.
Техногенные	Оружие массового поражения	Угроза ядерного/химического удара, дроны-камикадзе и т.д.
	Технические сбои	Отказ оружия, GPS-глушение и т.д.
Психо-информационные стрессоры цифровой среды	Цифровое утомление	Мультизадачность в связи с количеством цифровых интерфейсов, противоречивость данных и т.д.
	Киберпсихологические атаки	Доксинг семей военнослужащих, дипфейк-команды и т.д.
	Цифровая идентичность	Конфликт реальной и цифровой личностей, кибербуллинг из-за «цифрового следа» и т.д.
	Мематическое воздействие	Троллинг, воздействие военных мемов и т.д.
Климатически-эргономические	Экипировка	Дисбаланс микроклимата, тактильные нарушения, ограничения подвижности в утепленной экипировке и т.д.
Постконфликтные	Возвращение к мирной жизни	Проблемы адаптации, посттравматическое стрессовое расстройство, чувство вины и т.д.
	Юридические последствия	Расследования военных преступлений, давление средств массовой информации, судебные иски и т.д.

Источник: составлена и предложена автором

Таблица 2.

Ранжирование и оценка наиболее значимых неблагоприятных факторов операторами БПЛА.

Значимость	Наименование фактора	Баллы
1	Недостаток сна и отдыха	7,79 ±2,15
2	Неблагоприятные полевые условия	7,27±2,23
3	Выполнение обязанностей в ночное время	6,93±1,85
4	Нервно-психическое напряжение	6,82±2,24
5	Физические нагрузки	6,68±1,92
6	Длительная непрерывная профессиональная деятельность	5,4±1,86

Источник: [1]

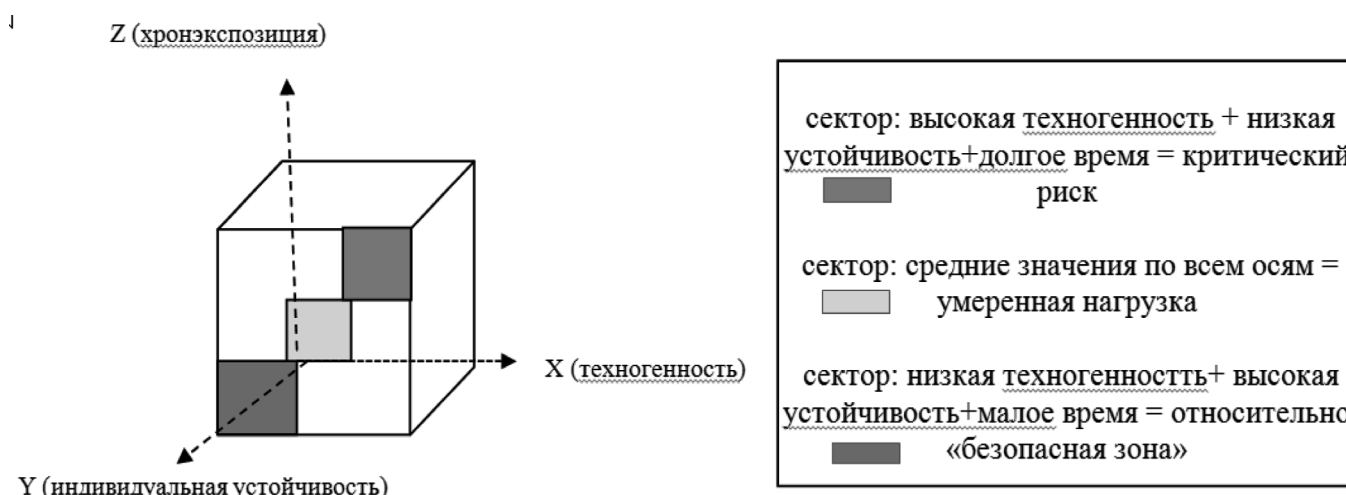


Рис. 1. Концепция трехмерной модели совокупного влияния факторов боевого стресса «ТИХО»

Источник: составлена и предложена автором

визации боевых задач), психологическая уязвимость (индивидуальная устойчивость) и продолжительность воздействия стрессоров. В этой связи, мы предлагаем концепцию трехмерной модели совокупного влияния факторов боевого стресса, где каждый фактор представляет отдельную ось. (Рисунок 1.)

В данной концепции, каждая ось отвечает за ключевой параметр стресса: ось X (техногенность) – отражает уровень цифровизации боя (дроны, кибератаки и т.д.), ось Y (индивидуальная устойчивость) – психофизиологические резервы комбатанта (опыт, стрессоустойчивость и т.д.), ось Z – хронэкспозицию (длительность воздействия). Каждый фактор боевого стресса можно «расположить» внутри куба, оценив его по трем осям. Чем ближе к вершине, тем опаснее комбинация. Условно, сложная техника – правая сторона, новобранец – ближний край, работает сутки – верх куба, итог – красная зона. Модель позволяет визуализировать взаимовлияние ключевых параметров, может быть использована как инструмент для оценки комплексного воздействия, понимания, какие именно комбинации наиболее опасны для психики и где можно вмешаться, чтобы снизить риск боевого стресса, а также для обучения, анализа и прогноза степени воздействия стрессоров. Такой подход позволяет си-

стемно управлять рисками, учитывая ключевые факторы.

Выводы

Проведенное нами исследование современных факторов боевого стресса подтверждает необходимость дальнейших изысканий в данной области, включая разработку новых подходов к диагностике, коррекции и предупреждению боевого стресса с учетом стремительно меняющихся реалий вооруженных конфликтов. Решение этой задачи требует междисциплинарного взаимодействия специалистов различных областях, что позволит повысить эффективность мер по сохранению психического здоровья военнослужащих, но и будет иметь важное значение для общества в целом. Последствия боевого стресса не ограничиваются военной сферой – они оказывают глубокое влияние на социальную стабильность, психическое здоровье семей ветеранов, а также на экономические и демографические процессы. Таким образом, изучение современных факторов боевого стресса остается актуальным направлением, от развития которого зависит не только индивидуальная устойчивость военнослужащих и эффективность выполнения боевых задач, но и психологическое благополучие общества в условиях современных вызовов и угроз.

ЛИТЕРАТУРА

1. Иванов Е.А., Калик В.В. К вопросу о физических и психологических нагрузках операторов беспилотных летательных аппаратов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2023. – №1. – С. 189–192. DOI: 10.34835/isnp.2308-1961.2023.01.p189-193.
2. Караяни А.Г. Боевой стресс: проблемы определения и классификации // Вестник Московского университета МВД России. – 2024. – № 1. – С. 254–264. – DOI: 10.24412/2073-0454-2024-1-254-264. – EDN: WPMCBW.
3. Караяни А.Г., караваев А.Ф. Психологические и психофизиологические особенности деятельности операторов боевых беспилотных летательных аппаратов // психопедагогика в правоохранительных органах. – 2021. – №1 (84) – С. 6 – 15. DOI: 10.24412/1999-6241-2021-1-84-6-15.
4. Литвинцев С.В., Снедков Е.В., Резник А.М. Боевая психическая травма: руководство для врачей. – Москва: Медицина, 2005. – 430 с. – ISBN 5-225-04063-2.
5. Малюченко Г.Н. Влияние технических инноваций на боевые стрессоры и психологические реакции участников СВО // Российский военно-психологический журнал. – 2024. – №4. – С. 36 – 43. DOI: 10.25629/RMPJ.2024.04.04
6. Резник А.М. Обзор исследований внешних факторов и генетических предпосылок боевого посттравматического стрессового расстройства // Вестник Медицинского института непрерывного образования – 2022. –; №4. –С. 46-54. – DOI: 10.46393/27821714_2022_4_46
7. Ушаков И.Б., Бубеев Ю.А. (ред.). Боевой стресс: механизмы стресса в экстремальных условиях: сборник научных трудов симпозиума. – Москва: Истоки, 2005. – 184 с. – ISBN 5-88242-430-5.
8. Rivera A.C., LeardMann C.A., Rull D.R., Cooper A, Warner S., Faix D., Deagle E., Neff R., Caserta R., Adler B.A. Combat exposure and behavioral health in U.S. Army Special Forces. // PLoS ONE – 2022. – №4 (6). – P. 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0270515>
9. Stuart J. Bullying in the military: A review of the research on predictors and outcomes of bullying victimization and perpetration. // Military behavioral health. – 2020. – №9 (4). – P. 1–12. DOI: 10.1080/21635781.2020.1864527
10. Saini R.K. Cry in the sky: psychological impact on drone operators. // Industrial Psychiatry Journal. – 2021. – №30 (1). – P. 15–19. DOI: 10.4103/20972 – 6748.328782

© Юсипова Александра Борисовна (yusipovaab@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»