

**ԱՐՑԱԽՅԱՆ ՊԱՏԵՐԱԶՄԻ ՄԱՍՆԱԿԻՑՆԵՐԻ
ՎԵՐԱԿԱՆԳՆՈՂԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔՆԵՐԻ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՄԱՆ
ՀՈԳԵՔԱՆԱԿԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ**

*Մկրտումյան Մ. Պ. (Հայկական պետական մանկավարժական համալսարան,
Երևան, Հայաստան)*

dr-mkrtumyan@mail.ru

*Սարգսյան Լ. Խ. (Հայկական պետական մանկավարժական համալսարան,
Երևան, Հայաստան)*

kukulily@gmail.com

Ներկայացման ամս. 26.03.2021

Գրախոսման ամս. 27.03.2021

Տպագրության ընդունման ամս. 14.04.2021

Հոդվածում ներկայացվում են 2020 թ.-ի արցախյան պատերազմում վիրավորված զինվորների հետ տարվող հոգեբանական աշխատանքների սոցիալ-հոգեբանական առանձնահատկությունները, սթրես գործոնների վնասվածքային ազդեցության հոգեֆիզիոլոգիական բնութագրերը: Ըստ վնասվածքի բնույթի տարանջատվում և մեկնաբանվում են տարբեր վնասվածքային խմբերին պատկանող զինվորների, հետվնասվածքային սթրեսի դրսևորման առանձնահատկությունները: Գիտականորեն հիմնավորված տեխնոլոգիաների և մշակված հանձնարարականների շնորհիվ ապահովվել են պատերազմից տուժածների վերականգնողական գործընթացների արդյունավետությունը, ինչպես նաև հոգեբանական վերահսկողական աշխատանքների մակարդակը:

DOI: <https://doi.org/10.46991/SBMP/2021.4.1.083>

Հանգուցային բառեր՝ *հոգեբանական վնասվածք, սոցիալ-հոգեբանական պայմաններ, հետվնասվածքային հոգեվիճակներ, սոցիալ-հոգեբանական վերականգնում:*

«Վազգաբնակչությունը վերջին տասնամյակների ընթացքում ապրում է մշտապես փոփոխվող, անկայուն սոցիալ-հոգեբանական, տնտեսական, ռազմաքաղաքական բարդ իրադարձությունների պայմաններում [1, 2]: Հոգեբանական տեսանկյունից՝ կենսագործունեության անբարենպաստ փոփոխությունները, տարաբնույթ սպառնալիքները (պետական հեղաշրջումներ, մեծ ու փոքր պատերազմներ, տնտեսական, քաղաքական ճգնաժամեր, աղետներ և այլ գործոններ), մարդկանց լայն զանգվածների շրջանում առաջացնում են

վախի, անվտանգության կորստի, խուճապային տրամադրությունների մթնոլորտ: Նմանատիպ երևույթների և այլ հիմնախնդիրների ուսումնասիրման հարցերին անդրադարձել են բազմաթիվ հայրենական և արտասահմանյան հետազոտողներ [3, 6, 8]: Այս տեսանկյունից առանձնապես կարևոր է 2020թ. արցախյան պատերազմի հետևանքով առաջացած հոգեբանական հիմնախնդիրների ուսումնասիրումը: Մասնագետների կարծիքով ժամանակակից պատերազմները նյութական և մշակութային արժեքների, կենդանի ուժի ոչնչացման ու ճակատագրերի խեղման առումով հանդիսանում են գերիզոց երևույթներ, միևնույն ժամանակ, դրանք դեռևս մինչև վերջ չուսումնասիրված չեն: Որպես օրինաչափություն՝ կենսագործունեության անբարենպաստ, արտակարգ պայմաններում հավանական և իրական սպառնալիքների, վտանգների նկատմամբ օրգանիզմը հակազդում է տագնապի, վախի, սարսափի, լարվածության, սթրեսի դրսևորումներով: Մասնագիտական գրականության մեջ օրգանիզմում դիտարկվող այդպիսի երևույթները որակվում են որպես հետվնասվածքային սթրեսային խանգարումներ ՀՎՍԽ (Post-traumatic stress disorder (PTSD)) [7, 8]: Սահմանամերձ վայրերերում ապրողների և պատերազմի մասնակիցների հետ կատարված հոգեբանական աշխատանքների փորձը ցույց է տալիս, որ կանխարգելման, վերականգնողական աշխատանքների բացակայության դեպքում ՀՎՍԽ-ները չպայթած ականների նման թաքնված մնում են օրգանիզմում, հոգեկան ոլորտում և պահպանվում շատ երկար ժամանակ [1, 2]: Վնասվածքային սթրես ապրելու փաստը որոշ մարդկանց համար յուրօրինակ «վնասվածքային փորձ» է, որը նմանատիպ իրավիճակներում հայտնվելիս, ի հայտ է գալիս նոր հզորությամբ: Կրկնվող վտանգների, դեպքում (ռազմական դրության կասկածելի փոփոխություն, գերեվարում, բռնություն և այլն) դրանք արտահայտվում են քրոնիկ վախերի, սարսափելի տեսիլքների, թվացյալ ցավերի կայուն դրսևորմամբ, նյարդային համակարգի գործառության փոփոխություններով [1, 9]: Քանի որ արցախյան պատերազմի մասնակիցները հիմնականում երիտասարդ և միջին տարիքի ակտիվ քաղաքացիներ են, մեր համոզմամբ, այս հիմնախնդիրը ՀՀ համար իր նշանակությամբ ռազմավարական է, իսկ գիտական առումով՝ արդիական և շատ կարևոր:

Հետազոտական և գործնական աշխատանքներն ուղղված են եղել մարտական գործողությունների մասնակից զինվորների հոգեվնասվածքային վիճակների բացահայտմանն ու դրանց հետագա զարգացումների կանխարգելմանը, ընդհանուր բարենպաստ հոգեվիճակի վերականգնմանը:

Հետազոտական և գործնական աշխատանքների արդյունքում բացահայտվել են պատերազմի մասնակիցների կողմից կարևորվող նշանակալի բացասական գործոնները, դրանց ազդեցության պայմանները, ռազմական գործողություններում առաջին տպավորություններն ու հուզական ապրումները, հոգեվնասվածքային գործոնների անձնային ընկալման առանձնահատ-

կությունները, առանձնահատուկ նշանակության ապրումների, զգացումների վերապրման յուրահատկությունները, դրանց ծագման առաջնահերթություններն ու անձի հոգեկանի վրա թողած ազդեցության առանձնահատկությունները, հոգեմարմնական զգացումների բազմազանությունները, մարտական գործողություններում տեղի ունեցած երևույթների վերաբերյալ անձի վերաբերմունքը և սուբյեկտիվ ինքնագնահատականը: Բացահայտվել են նաև վերականգնողական գործընթացի փուլայնության, ինչպես նաև ապրումների, զգացումների վերաիմաստավորման յուրահատկությունները:

Աշխատանքներն իրականացվել են 100-ից ավելի 18-45 տարեկան ժամկետային և պայմանագրային զինծառայողների հետ, որոնք կրում էին տարբեր աստիճանի, բեկորային և հրազենային վնասվածքներ: Աշխատանքներն իրականացվել են 2020թ-ի սեպտեմբեր-դեկտեմբեր ամիսների ընթացքում՝ «Աստղիկ», բժշկական կենտրոնում: Ինչպես հետազոտական, այնպես էլ վերականգնողական գործընթացները կառուցվել են անհատական և խմբային եղանակներով՝ հաշվի առնելով հիվանդանոցային պայմանները, դրանց իրականացման նպատակահարմարությունը: Ժամանակակից պատերազմներում կիրառվող զինատեսակների և մարտավարության յուրահատկությունների պատճառով հոգեբանական լարվածությունը հաճախ գերազանցում է անգամ բազմակողմանի պատրաստվածություն և զորավարությունների մասնակցության փորձ ունեցող պրոֆեսիոնալ զինվորականների հնարավորությունները: Մարտական գործողություններում զինվորականը գրեթե միշտ առնչվում է մահվան հավանականության հետ: Վախը դառնում է ամենուր զինվորին ուղեկցող հուզական ֆոն, որում դրսևորվում են նրա անձնային բնութագրիչները (համարձակության, ռիսկի, հանդուգն որոշումների կայացման, սառնարտության, գործողություններում հնարամտության ու ստեղծարարության դրսևորումներ և այլն) [4]: Ընդ որում դրանք կարող են դրսևորվել նաև բարոյական իմաստով հակառակ բևեռով, ինչը բացահայտվում է հոգեվերականգնողական աշխատանքներում: Օրինակ՝ նահանջի, դիրքերից փախուստի փորձերը, գերի հանձնվելու, ինքնասպանության մտքերը և այլն (վերջիններիս ապրումները զինվորի հոգեկանում երկարատև պահպանվում են):

Նշված համակազմի հետ տարվող հոգեբանական աշխատանքները մասնագետից պահանջում են նրբանկատ մոտեցում: Նշանակալի է հատկապես հոգեբանի առաջին մուտքը վիրավորված զինվորի անձնային տարածք: Մասնագիտական հաղորդակցման գործընթացը պահանջում է զսպվածություն, ինքնատիրապետում, բարձր դիտողականություն, պատրաստակամություն, համբերատարություն և հետևողականություն: Կարևոր են հոգեբանի անձնային ոգեղենությունն ու բարձր կուլտուրան, զինվորի նկատմամբ հոգատար վերաբերմունքը (բացառվում է խղճահարությունը): Զինվորի հոգեվիճակի այս կամ այն կողմերը քննարկող հարցադրումները պետք է լինեն նպատակաուղղված, հստակ կառուցված, համակարգված, օբյեկտիվ: Հատուկ ուշադ-

րություն է դարձվում զինվորների ապրումների հոգեմարմնական հակազդումներին՝ կարևորելով նրանց խոսքը, օգտագործվող ածականները, դրանց հաճախականությունը, նրանց համար նշանակալի և աննշան, երկրորդական համարվող հասկացությունները, գործողությունները: Պետք է հաշվի առնել նաև այն հանգամանքը, որ մարտադաշտում տեղի ունեցող գործողությունները մշտապես գերազանցում են զինվորի պատկերացումներն ու զգայական շեմի հնարավորությունները:

Հաշվի առնելով վնասվածքային դեպքի բնույթն ու առանձնահատկությունները՝ աշխատանքներն իրականացվում են ժամանակի երեք փուլերի հաշվառմամբ:

Անցյալի փորձի հիման վրա ձևավորվում է անձի երջանկության, լիարժեք ապրելու, ապահովության զգացման, սեփական հնարավորությունների ինքնագնահատականը, սկզբունքներն ու աշխարհայացքը: Դրանցում կարևորվում են անցյալի հիշողությունների, տպավորությունների, ապրումների, զգայությունների իմաստավորումը և սուբյեկտիվ գնահատականները:

Ներկան մարդու պահանջմունքների, նպատակների իրականացման, ինքնահաստատման, ակտիվ գործունեություն ծավալելու կարևորագույն ժամանակային փուլն է, որում նշանավորվում են անձնային ձեռքբերումներն ու աճը, դրանց նկատմամբ վերաբերմունքը, դրանց հիման վրա ձևավորվող ինքնագնահատականը: Անցյալի և ներկայի իրատեսական գնահատման շնորհիվ, ինչպես նաև ապրած կյանքի բովանդակության իմաստավորմամբ, անձը իր նախաձեռնություններն ու ակնկալիքները կապում է ապագայի հեռանկարի, դրանում սպասվող հաջողությունների հետ: Կյանքի անցյալի և ներկայի ժամանակային փուլերի բովանդակային կողմերը անձի համար դեպի ապագան ընդվզելու, նպատակներն իրականացնելու, հաջողության համար մինչև վերջ պայքարելու յուրօրինակ հենարաններ են:

Հետվնասվածքային սթրեսային խանգարումները ՀՎՍԽ (Post-traumatic stress disorder (PTSD) խափանում, փշրում են հենց այդ նախաձեռնողական կառույցները, խլում են մարդուց նրա երբեմնի հաջողությունների բերկրանքն ու արժեզրկում կյանքի իմաստը: Վնասվածքային հոգեվիճակները մշտապես մարդուն ուղղորդում են դեպի անցյալ, նրան տանում երբեմնի հաջողությունների, երջանկության հիշողությունների գիրկ: ՀՎՍԽ-ների գոյությունը ի չիք է դարձնում ներկա ժամանակում անձի նախաձեռնություններն ու նպատակները, ապագան՝ մշուշոտ ու անկանխատեսելի: Հոգեկան վնասվածքների ֆոնին մարդը կորցնում է հոգեբանական անվտանգության, ապահովության զգացումը, ամեն ինչի նկատմամբ հույսն ու հավատը: Այդպիսի զինվորները գրեթե չեն շփվում, տառապում են ճնշող «մեղավորության զգացումից» ապրում են անցյալի տհաճ հուշերով:

Մարտական գործողություններում ստացած յուրաքանչյուր վնասվածք իր տեսակով եզակի է: Հետևապես աշխատանքների (առողջարարական, թերա-

պևտիկ, սոցիալականացման, հարմարման և այլն) իրականացման ռազմավարությունը պետք է հստակ կանոնակարգվի, առավել ևս երբ խոսքը վերաբերում է ծանր վնասվածքներին (հրազենային, բեկորային, այրվածքներ, կոնտուզիաներ, անդամահատություն և այլն):

Վիրավորված զինվորները առանձնապես ծանր են տանում ստորին վերջույթների անդամահատության դեպքերը: Տարածքում տեղաշարժվելը կենսական կարևոր պահանջմունք է մարդու համար: Այդ իսկ պատճառով վնասվածքի այս տեսակը չափազանց ծանր է ապրվում: Հոգեբանական աշխատանքներում հաշվառվում են վնասվածքի բնույթը, առաջացման պայմանները, ազդող գործոնի առանձնահատկությունները, հոգեմարմնական հակազդումները, անձի կողմից դրանց տրվող գնահատականները: Ռազմական գործողություններում ստացած վնասվածքները անխուսափելիորեն դրսևորվում են զինվորների օրգան համակարգերի գործառնական հնարավորությունների յուրահատուկ փոփոխություններով: Դրանք արտահայտվում են հենաշարժական, գազափոխանակության, սիրտ-անոթային, նյարդային համակարգերի գործառնական խանգարումներով և դրանց զուգակցվող յուրահատուկ հոգեվիճակների ուղեկցությամբ: Նպատակահարմար է աշխատանքների ընթացքում կիրառել զինվորի համար մատչելի, մելոդիկ երաժշտությամբ զուգակցվող աուտոգեն մարզման հոգետեխնիկաներ, շնչառական հատուկ վարժությունների, դրական հուզական վիճակներ առաջացնող շարժուն, մատչելի խաղերի չափավորված վարժություններ:

Առանձնահատուկ հոգատարությամբ պետք է իրականացվեն անդամահատվածների և գերիների հետ տարվող սոցիալ-հոգեբանական հարմարման, վերականգնողական աշխատանքները: Հաղթահարման առումով այս խնդիրներն ունեն ընդհանուր պահանջներ, որոնք պետք է գտնվեն մասնագետի ուշադրության կենտրոնում: Դա նոր իրականությանը հարմարման դժվարության, վախի, սոցիալականացման, սեփական ուժերին վստահելու և համոզված լինելու անհրաժեշտության բարդ հոգեբանական իրականություն է, որում հայտնվում են զինվորները: Վիրավորված կամ անդամահատված զինվորները միջավայրի մարդկանց կողմից առանձնակի հարգանքի, հոգատարության և ուշադրության են արժանանում: Գերի ընկածները պատերազմից տուժված թերևս ամենազգայուն, ամենախոցելի խմբերն են, որովհետև բացի նրանց մոտ գոյություն ունեցող ֆիզիկական, հոգեբանական վնասվածքներից, նրանք կրում են ճակատագրի կողմից իրենց բաժին հասած խորը ցավը, մեղքի զգացումը: Նրանց երբեք հանգիստ չեն տալիս գերության պայմաններում բարոյական, իրավական, անձնային, նվաստացումները, ազգային և անձնային արժանապատվության նկատմամբ բռնությունները, ինքնության, հավատի, ինքնագնահատականի նվաստացման հիշողությունները [5]: Գերի ընկած զինվորների հոգեկան ոլորտում ՀՎՍԽ-ների հիմքում ընկած են նաև նրանց կողմից կորցրած համարվող երբեմնի զինվորական փառքի ապրում-

ները, չհաջողված գործողությունների, չիրականացված նպատակների նկատմամբ մեղքի զգացումը, կտտանքների վերաբերյալ պահպանվող աղավաղված, հիշողությունները: Նրանք ապրում են անձնային խորը ճգնաժամ: Փորձը ցույց է տալիս, որ առանձին դեպքերում գերի ընկած որոշ զինվորներ ձգտում են մեկուսացման: Նրանց պարանոցի, ուսագոտու հողերը ծալված են, կրծքավանդակը ներս ընկած, հայացքը անկայուն, ապրումներն ու մտադրությունները խիստ քողարկված: Սովորաբար վնասվածքի հաղթահարման ընթացքը հապաղում է, շփման, հաղորդակցման հնարավորությունները հասցված են նվազագույնի: Մի հանգամանք ևս՝ հասարակության որոշ շերտեր նրանց նկատմամբ վերաբերվում են որպես «օգտագործված, մնացորդային նյութի», երբեմն դիտարկվում է նրանց նկատմամբ խղճահարություն, որը նրանց կողմից ընդունվում է որպես վիրավորանք: Պատերազմի մասնակիցների շարքում գերության մեջ հայտնվածները հոգեբանական վերականգնողական, աշխատանքների առումով հանդիսանում են ամենախոցելի խմբերը: Այդ իսկ պատճառով նպատակահարմար է, որ աշխատանքները տարվեն բժիշկների, հոգեբույժների, սոցիալական աշխատողների, իրավապաշտպանների և այլ մասնագետների հետ սերտ համագործակցության պայմաններում:

Գրականություն

1. **Մկրտումյան Մ. Պ.** Պատերազմական և սահմանամերձ վայրերի տեղահանվածների սոցիալ-հոգեբանական վերականգնողական աշխատանքների կազմակերպման առանձնահատկությունները: ՀՀ առողջապահության նախարարություն, Գիտաժողովի ելույթների ժողովածու, Երևան, 1995, էջ 56-67:
2. **Մկրտումյան Մ. Պ.** Պատերազմից հետո զինվորների սոցիալ-հոգեբանական հարմարման և վերականգնողական գործընթացների առանձնահատկությունները: «Զինծառայողների համակողմանի դաստիարակության հիմնահարցերը» Գիտագործնական կոնֆերանսի ելույթների ժողովածու, Երևան, 1996, էջ 105-112
3. **Агрель Я.**, Стресс: его военные следствия - психологические аспекты проблемы. /В кн.: Эмоциональный стресс. Л., Медицина, 1970, с. 255-260.
4. **Кадыров Р. В.** Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD). – СПб.: Реч., 2012, с. 42-45, 442 с.
5. **Калшед Д.** Внутренний мир травмы: архетипические защиты личностного духа. –М.: Академический Проект, 2007, с. 74, 368с.
6. **Лазарус Р. С.** Теория стресса и психофизиологические исследования. Эмоциональный стресс (под ред. Л. Леви), Л., Медицина, 1970, с. 178–208.
7. **Малкина–Пых И. Г.** – Экстремальные ситуации. –М.: Эксмо, 2006, с. 409-412, 960 с.

8. **Тарабрина Н. В.** Практикум по психологии посттравматического стресса. –СПб: Питер, 2001, с. 50-54, 272 с.
9. **Тарабрина Н. В.** Психология посттравматического стресса: Теория и практика, Институт психологии РАН, 2009, с. 14-16, 304 с.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ РАБОТ УЧАСТНИКОВ АРЦАХСКОЙ ВОЙНЫ

Мкртумян М. П. (АГПУ, Ереван, Армения)

Саргсян Л. Х. (АГПУ, Ереван, Армения)

В статье обсуждаются социально-психологические детерминанты эмоциональных переживаний, а так же психофизиологические характеристики посттравматических психических состояний участников Арцахской войны 2020 года. С учетом особенностей травмированных групп и членов их семей, анализируются особенности проявления посттравматического стресса и специфику воздействия на организм личности. В процессе реабилитационных работ выявлены многообразие детерминантов травм и их субъективные проявления. Благодаря разработанным технологиям и методическим указаниям в реабилитационных работах обеспечивается процесс социализации и адаптации участников послевоенным условиям жизнедеятельности.

Ключевые слова: *психическая травма, социально-психологические, военные факторы, посттравматические психические состояния, социально-психологическая реабилитация.*

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF REHABILITATION WORKS ORGANIZATION OF PARTICIPANTS OF THE ARTSAKH WAR

Mkrtumyan M. P. (ASPU, Yerevan, Armenia)

Sargsyan L. Kh. (ASPU, Yerevan, Armenia)

The article discusses the social and psychological characteristics of the Artsakh war in 2020, as well as the characteristics of the psychophysiological changes in the traumatic effects of stress factors on the participants. Taking into account the characteristics of the traumatized groups and members of their families, significant factors and their specificity of post-traumatic stress manifestation are considered by groups. Thanks to scientifically based technologies and methodological guidelines, an effective process of rehabilitation work and the necessary level of psychological control of the victims are ensured.

Keywords: *mental trauma, social and psychological conditions, post-traumatic mental states, social and psychological rehabilitation.*