



УДК 159.9:331.101.3

DOI <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2020.31.3>

Результаты апробации программы психологической помощи офицерам высшего командного состава – участникам военных действий с признаками стрессового расстройства

У. С. Алиев

*Российский государственный педагогический университет им. А. И. Герцена,
г. Санкт-Петербург, Россия*

С. М. Шингаев

*Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования,
Санкт-Петербургский государственный университет, г. Санкт-Петербург, Россия*

Аннотация. С целью апробации программы психологической помощи проводилась первичная диагностика индивидуально-психологических характеристик офицеров высшего командного состава, принимавших участие в боевых действиях и обнаруживающих признаки стрессового расстройства. Разрабатывалась программа помощи, оценивалась эффективность ее применения. Выборку составили 45 офицеров, отвечавших условиям эксперимента. Проверялась гипотеза, заключающаяся в том, что в процессе оказания психологической помощи офицерам высшего командного состава – участникам военных действий с признаками стрессового расстройства возможны коррекция их индивидуально-психологических характеристик, повышение уровня стрессоустойчивости. По окончании эксперимента у респондентов, испытавших на себе психологическое воздействие, повысилась эмоциональная устойчивость и интернальность, в то же время обнаружилось снижение уровня тревожности и проявлений ассоциативных стратегий поведения в стрессовых ситуациях.

Ключевые слова: офицеры высшего командного состава, признаки стрессового расстройства, экспериментальная апробация, психологическая помощь, адаптация и стрессоустойчивость, индивидуальное консультирование.

Для цитирования: Алиев У. С., Шингаев С. М. Результаты апробации программы психологической помощи офицерам высшего командного состава – участникам военных действий с признаками стрессового расстройства // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2020. Т. 31. С. 3–15. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2020.31.3>

Введение

На протяжении всего XX века каждый новый локальный конфликт, вооруженное столкновение или полномасштабная война ставили вопросы необходимости диагностики, лечения и восстановления здоровья военнослужащих, так как в период войн отмечался рост психических и соматических расстройств у военнослужащих. Возрастание интереса к совокупности

психических и физиологических расстройств при боевой травме и ее последствиям вылилось в ряд серьезных фундаментальных исследований. Так, изучением стресса у военнослужащих – участников военных действий в свое время занимались А. Г. Караяни, И. В. Сыромятников, Б. П. Бархаев, М. И. Дьяченко, П. А. Коробейников, А. М. Самарин, В. Н. Цыган, В. В. Нечипоренко, Т. Г. Погодина, В. Ю. Шанин, Е. В. Снедков, S. Bourne, C. F. Fidelity, H. W. Krohne и др.

Воинская служба характеризуется жестким трудовым и жизненным ритмом, оказывающим сильное давление на психическое состояние военнослужащих. При участии же в военных действиях военнослужащие имеют дело с реальной опасностью для жизни, в их сознании оставляют свой след и человеческие жертвы, свидетелями которых они были, и материальные потери, и пережитые ими самими лишения [Скирмант, 2017]. Установлено, что психологические потери среди военнослужащих, выполняющих служебно-боевые задачи, порой способны оказать не менее сильное психологическое влияние на ход боевых действий, чем потери физические. Не удивительно, что это способствует возникновению у военнослужащих психологической травмы, влекущей за собой ухудшение их психического и физического состояния [Психологические последствия ... , 2003, с. 146–162]. По возвращении в мирное время, где опыт, полученный в экстремальных условиях, попросту неуместен, у военнослужащих возникают дезадаптивные реакции, порождающие посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), основными симптомами которого являются: нарушение сна, фрагментированная амнезия, повышенная бдительность, неадекватная возбудимость, ощущение заброшенности, тревога, потеря смысла жизни, закрытость в общении и т. д. Следствием этого выступают: потребность в «приключениях», внутренние терзания, конфликты с окружающими, снижение физического здоровья [Караяни, 2014]. Часто в поисках выхода из сложившейся ситуации военнослужащие начинают злоупотреблять алкоголем, наркотиками. Кроме того, у многих из них возникают мысли о самоубийстве [Ерёмина, Крюков, Логинова, 2002].

В ходе осуществления литературного обзора по проблеме также удалось определить, что полное излечение лиц, участвующих в военных конфликтах, от ПТСР невозможно. Вместе с тем возможно облегчение их участи через повышение их адаптивных возможностей [Авдиенко, 2018].

Таким образом, частым последствием участия военнослужащих в военных действиях является развитие стрессового расстройства – отсроченной и затяжной реакции на событие угрожающего характера, обуславливающей общий дистресс и разрушающе действующей на организм. В связи с этим представляется естественным утверждение о том, что военнослужащие остро нуждаются в успешной интеграции в общество мирного времени. Это и выступает причиной поиска средств снижения проявлений у них признаков стрессового расстройства, усиления их внутренних ресурсов, способствующих адаптации к мирной жизни.

Организация и методы исследования

Цель исследования: апробация программы психологической помощи офицерам высшего командного состава – участникам военных действий с признаками стрессового расстройства.

Предмет исследования: коррекция индивидуально-психологических характеристик офицеров высшего командного состава – участников военных действий с признаками стрессового расстройства в процессе оказания психологической помощи.

Сформулированная цель исследования реализуется путем решения следующих *исследовательских задач*:

- 1) осуществление первичной диагностики индивидуально-психологических характеристик офицеров высшего командного состава;
- 2) разработка и реализация программы психологической помощи офицерам высшего командного состава – участникам военных действий с признаками стрессового расстройства;
- 3) оценка эффективности апробации программы психологической помощи офицерам высшего командного состава – участникам военных действий с признаками стрессового расстройства.

Методы исследования: опрос, эксперимент, методы математико-статистической обработки.

Гипотеза исследования: в процессе оказания психологической помощи офицерам высшего командного состава – участникам военных действий с признаками стрессового расстройства возможны коррекция их индивидуально-психологических характеристик, повышение уровня стрессоустойчивости.

Исследование проводилось в три этапа.

1. Констатирующий этап исследования: подразумевал подбор методов исследования, формирование выборки исследования, а также первичную диагностику индивидуально-психологических характеристик офицеров высшего командного состава.

Всего было обследовано 45 офицеров высшего командного состава в возрасте 45–60 лет. Все офицеры имели срок службы от 20 до 42 лет. Группу составили 15 генералов и 30 полковников, которые принимали участие в военных действиях и обнаруживают признаки стрессового расстройства.

В программу исследования вошли следующие методики: «Прогноз-2» (В. Ю. Рыбников) [Дьяконов, Овчинников, 2008]; «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций» (С. Хобфолл) [Водопьянова, 2009]; «Шкала самооценки тревожности» (Ч. Д. Спилбергер – Ю. Л. Ханин) [Дерманова, 2002]; «Методика диагностики социально-психологической адаптации» (К. Роджерс, Р. Даймонд) [Фетискин, Козлов, Мануйлов, 2009].

Проведенное исследование показало, что офицеры высшего командного состава, принимавшие участие в военных действиях, склонны к нервно-психическим срывам ввиду неудовлетворительной нервно-психической устойчивости. Для них характерен высокий уровень личностной тревожности, выражающийся в склонности воспринимать широкий диапазон ситуаций как угрозу для себя, а также довольно высокие показатели социальной

дезадаптированности. Кроме того, было установлено, что офицеры высшего командного состава, принимавшие участие в военных действиях, в большинстве обнаружили преобладание неконструктивных стратегий преодоления стрессогенных ситуаций. При этом они предпочитали в качестве наиболее характерных при преодолении ситуаций, вызывающих дискомфорт, ассоциальные и агрессивные действия.

2. Формирующий этап исследования: включал разработку и реализацию программы психологической помощи высшему командному составу – участникам военных действий с признаками стрессового расстройства. Выборка здесь была разделена на две группы – экспериментальную (22 человека) и контрольную (23 человека).

Нами была подготовлена программа развивающих занятий с элементами тренинга на тему «Устойчивость к стрессу – это реальность». Составляя программу, мы использовали упражнения и игры, предложенные А. Г. Грецовым [2008] и Г. Б. Мониной [Монина, Раннала, 2009, с. 250].

Программа была ориентирована:

- на углубление знаний о стрессе, его причинах и последствиях, о поведении в стрессовых ситуациях (интеллектуализацию стресса);
- на развитие навыков сознательного управления собой в стрессовых ситуациях.

Программа предполагала шесть занятий, продолжительность каждого из которых составила 50 мин.

Планирование и краткое содержание занятий представлено в табл. 1.

Таблица 1

Программа развивающих занятий
«Устойчивость к стрессу – это реальность»

№	Название занятия	Цель занятия
1	Здравствуйте!	Знакомство тренера с участниками группы, создание положительного эмоционального настроения на работу, ознакомление участников с правилами работы
2	Что мы знаем про стрессы?	Формирование представлений участников тренинга о стрессе
3	Самоконтроль	Тренировка умения произвольно регулировать свое состояние в различных ситуациях как основы поведения в эмоционально напряженных условиях
4	Стресс нам не нужен!	Развитие навыков самоконтроля, способности воспринимать ситуацию так, чтобы она выступала не источником переживаний, а руководством к действию
5	Ресурсы стрессоустойчивости	Развитие представлений участников тренинга о стрессоустойчивости
6	Подведем итоги!	Обобщение полученных знаний, обратная связь

Занятия проводились с военнослужащими в подгруппах (по 10 и 12 человек) два раза в неделю для того, чтобы они имели возможность осваивать полученные на занятиях знания и умения в повседневной жизни.

Наряду с этим было организовано психологическое консультирование военнослужащих, подразумевающее специально организованный процесс общения с лицами, обратившимися к психологу за какой-либо помощью, в процессе которого у них меняется отношение к окружающему миру и собственной личности, актуализируются дополнительные адаптивные силы, отыскиваются новые возможности выхода из трудных ситуаций, и, как следствие, они быстрее и качественнее адаптируются к актуальным условиям жизни.

Консультативные встречи с военнослужащими – представителями высшего командного состава, участниками военных действий с признаками стрессового расстройства, проводились в течение четырех месяцев. При этом с каждым из них состоялось не менее восьми встреч. Работа осуществлялась в специальном кабинете по психодиагностике и консультированию, оборудованном всем необходимым методическим инструментарием для достижения благоприятного психологического климата, обеспечивающего продуктивное взаимодействие между консультантом и консультируемым.

В рамках консультативного процесса были выделены четыре смысловых блока:

1) «Самоконтроль и противостояние стрессу» – развитие у участников военных действий с признаками стрессового расстройства умения произвольно регулировать свое состояние в различных ситуациях для того, чтобы более комфортно ощущать себя в эмоционально напряженных ситуациях;

2) «Социально-психологические отношения, или Я и мир» – анализ системы межличностных отношений с социумом;

3) «Жизненные планы и перспективы» – активизация представлений участников военных действий с признаками стрессового расстройства о себе как о личности, выполняющей различные роли, акцентирование их внимания на вопросах смысла и цели жизни, их места и роли в жизни;

4) «Уверенность в себе» – развитие у участников военных действий с признаками стрессового расстройства веры в себя, собственные силы, свое будущее.

В процессе консультирования реализовывались индивидуальный и личностно ориентированный подходы. Встречи проводились в доверительной обстановке. Во время бесед использовались приемы эмпатийного (активного) слушания: поощрение, одобрение, активизация собеседника (кивки головой, контакт глаз); уточнения и просьбы дать дополнительные, более точные разъяснения; повтор (дословное повторение слов собеседника); развитие мыслей собеседника путем проговаривания подтекста высказывания для нахождения истинного смысла высказывания; отражение чувств собеседника (использование фраз типа «Мне кажется, Вы чувствуете себя не-сколько...»; «Внешне кажется, что Вы весьма (очень)...»; «У меня сложилось впечатление...» и т. д.); разделение чувств, сопереживание.

Таким образом, оказываемая военнослужащим – представителям высшего командного состава, участникам военных действий с признаками стрессового расстройства, помощь предполагала формирование у них поло-

жительного отношения к себе, другим, к жизни и будущему, а также обогащение их представлений о стрессе и способах управления стрессом, что способствовало обогащению их внутренних резервов, стимулирующих в свою очередь повышение адаптивного потенциала.

3. Контрольный этап исследования подразумевал повторную диагностику индивидуально-психологических характеристик участников военных действий с признаками стрессового расстройства, с которыми проводилась психологическая работа (ЭГ) и с которыми она не проводилась (КГ), с целью оценки эффективности предложенной нами программы. В программу исследования были включены те же методики, что и использовались в программе констатирующего этапа исследования.

Результаты исследования

Все полученные на данном этапе результаты представлены графически (с указанием среднегрупповых показателей) в сравнении с результатами, полученными на констатирующем этапе исследования. Для выявления значимых различий между индивидуально-психологическими характеристиками офицеров высшего командного состава, участников военных действий, пребывающих с признаками стрессового расстройства, до и после реализации программы психологической помощи использовался непараметрический *W*-критерий Вилкоксона.

Результаты, полученные в ходе проведения методики «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций», представлены на рис. 1.

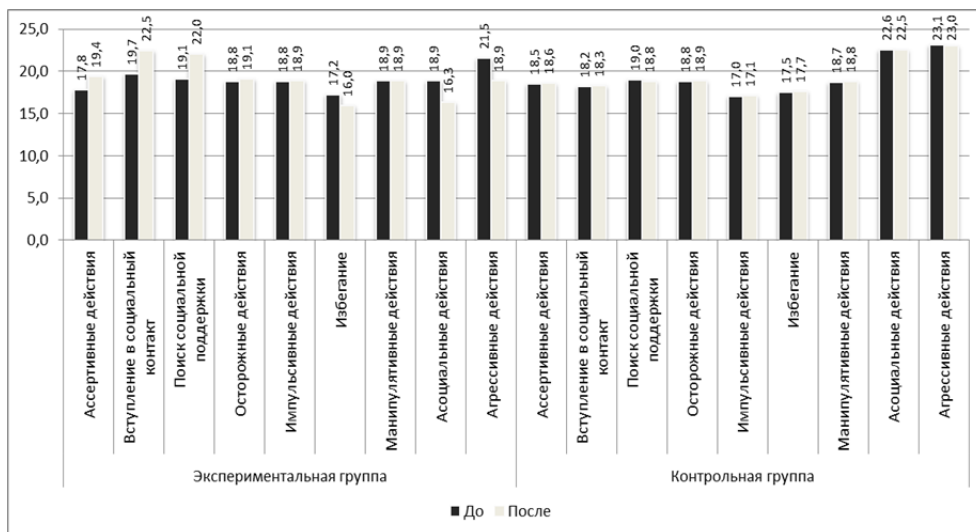


Рис. 1. Выраженность показателей, характеризующих предпочтение представителями ЭГ и КГ моделей преодолевающего поведения, до и после психологического воздействия, в баллах

Из данных, отраженных на рисунке, следует, что у представителей экспериментальной группы после участия в формирующем эксперименте изменились показатели, характеризующие позитивные копинг-стратегии. Так, представители экспериментальной группы начали проявлять большую активность в преодолении стресса и стали чаще обращаться к просоциальным стратегиям поведения в стрессовой ситуации (обращение к социальному окружению, в том числе в стремлении найти у окружающих понимание и поддержку). Кроме того, они стали реже использовать асоциальные стратегии поведения в стрессовых ситуациях (снизились показатели, характеризующие склонность к осуществлению асоциальных действий для разрешения ситуаций, вызывающих дискомфорт, и готовность к открытому агрессивному поведению в сложных ситуациях). В контрольной группе изменения практически не обнаружены.

Для расчета статистической значимости выявленных в группах сдвигов был использован *W*-критерий Вилкоксона (табл. 2).

Таблица 2

Расчет *W*-критерия Вилкоксона по методике «Стратегии преодоления стрессовых ситуаций»

Критерии оценки	ЭГ (n = 22)		КГ (n = 23)	
	<i>W</i> _{Эмп}	<i>p</i>	<i>W</i> _{Эмп}	<i>p</i>
Ассертивные действия	3,225	0,001**	0,816	0,414
Вступление в социальный контакт	3,220	0,001**	0,707	0,480
Поиск поддержки	2,907	0,004**	1,633	0,102
Осторожные действия	1,732	0,083	1,000	0,317
Импульсивные действия	0,513	0,608	0,707	0,480
Избегание	2,395	0,017**	1,300	0,194
Непрямые действия	0,000	1,000	1,414	0,157
Асоциальные действия	3,730	0,000**	0,378	0,705
Агрессивные действия	3,979	0,000**	0,966	0,334

***p* ≤ 0,01; **p* ≤ 0,05.

Из указанного в табл. 2 вытекает, что такие показатели, как «ассертивные действия», «вступление в социальный контакт» и «поиск поддержки», у представителей экспериментальной группы после получения психологической помощи статистически значимо улучшились. В выраженности же показателей «избегание», «асоциальные действия» и «агрессивные действия» отмечена значимая отрицательная динамика.

Итак, для военных, принявших участие в формирующем эксперименте, стало более приемлемым активное преодоление стрессовых ситуаций в совокупности с использованием социальных ресурсов (контактов). Наряду с этим значимых изменений в предпочтении копинг-стратегий в контрольной группе не обнаружено.

Проанализируем результаты формирующей работы с представителями высшего командного состава, участниками военных действий, по повышению у них нервно-психической устойчивости (НПУ) с использованием методики «Прогноз-2» (рис. 2).

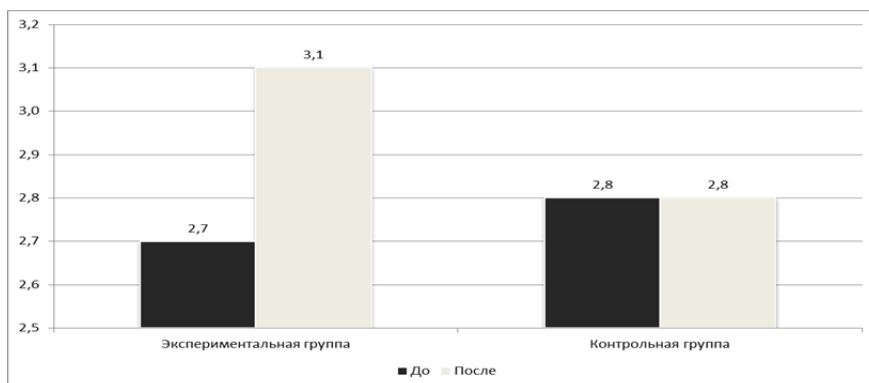


Рис. 2. Выраженность показателей нервно-психической устойчивости у представителей ЭГ и КГ до и после психологического воздействия, в стенах

Рисунок 2 демонстрирует, что в результате участия представителей экспериментальной группы в формирующем эксперименте среднегрупповой показатель нервно-психической устойчивости повысился. Так, если ранее среднегрупповой показатель НПУ в группе составлял 2,7 стена, то после психологического воздействия он увеличился до 3,1 стена. Тенденция к повышению нервно-психической устойчивости в показателях контрольной группы не выявлена (как на констатирующем, так и на контрольном этапах исследования среднегрупповые показатели НПУ в группе составили 2,8 стена).

Для расчета статистической значимости выявленных в группах сдвигов был использован *W*-критерий Вилкоксона (табл. 3).

Таблица 3

Расчет *W*-критерия Вилкоксона по методике «Прогноз-2»

Критерии оценки	ЭГ ($n = 22$)		КГ ($n = 23$)	
	$W_{\text{эмп}}$	p	$W_{\text{эмп}}$	p
Нервно-психическая устойчивость	3,821	0,000**	1,727	0,084

** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$.

Согласно данным табл. 3 повышение показателя нервно-психической устойчивости у представителей экспериментальной группы после оказания им психологической помощи статистически значимо ($p \leq 0,01$), а изменения в контрольной группе статистически незначимы.

Результаты, полученные в ходе проведения методики «Шкала самооценки тревожности», представлены на рис. 3.

Среднегрупповой показатель личностной тревожности у представителей экспериментальной группы после участия в формирующем эксперименте снизился с 49,3 до 43,3 балла, что свидетельствует о положительной динамике. В контрольной группе изменения являются малозаметными. При этом у обследуемых отмечена тенденция к повышению тревожности.

Для вычисления статистической значимости выявленных в группах сдвигов был использован *W*-критерий Вилкоксона (табл. 4).

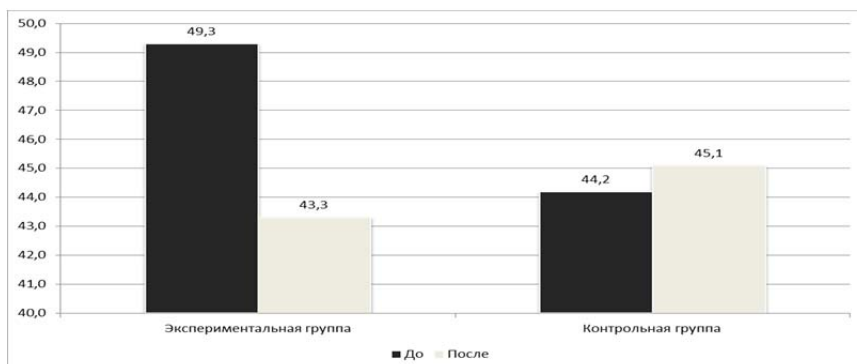


Рис. 3. Выраженность показателей личностной тревожности у представителей ЭГ и КГ до и после психологического воздействия, в баллах

Таблица 4

Расчет *W*-критерия Вилкоксона по методике «САН»

Критерии оценки	ЭГ (n = 22)		КГ (n = 23)	
	<i>W</i> _{Эмп}	<i>p</i>	<i>W</i> _{Эмп}	<i>p</i>
Личностная тревожность	3,563	0,000**	0,159	0,873

***p* ≤ 0,01; **p* ≤ 0,05

Как мы видим, снижение тревожности у представителей экспериментальной группы после получения ими психологической помощи статистически значимо. Изменения же, выявленные в контрольной группе, статистически значимыми не являются.

Результаты, полученные в ходе применения методики «Диагностика социально-психологической адаптации», отражены на рис. 4.

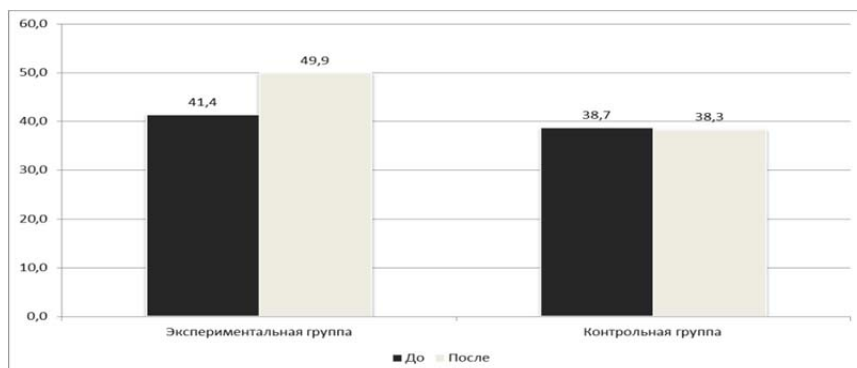


Рис. 4. Выраженность показателей социальной адаптированности представителей ЭГ и КГ до и после психологического воздействия, в баллах

Рисунок наглядно демонстрирует, что среднегрупповой показатель социальной адаптированности у представителей экспериментальной группы после участия в формирующем эксперименте повысился с 41,4 до 49,9 бал-

ла, что свидетельствует о положительной динамике. В контрольной группе изменения являются незначительными.

Анализ отдельных компонентов социальной адаптированности обследуемых показал (рис. 5), что в экспериментальной группе за исследуемый период было отмечено повышение таких компонентов адаптированности, как самопринятие, принятие других, эмоциональный комфорт и интернальность. Таким образом, обследуемые стали воспринимать себя, свое окружение и актуальные жизненные обстоятельства более позитивно. Кроме того, у них отмечено повышение ответственности за все, что происходит в их жизни. В то же время в контрольной группе среднегрупповые показатели, характеризующие отдельные компоненты адаптированности ее участников, остались неизменными.

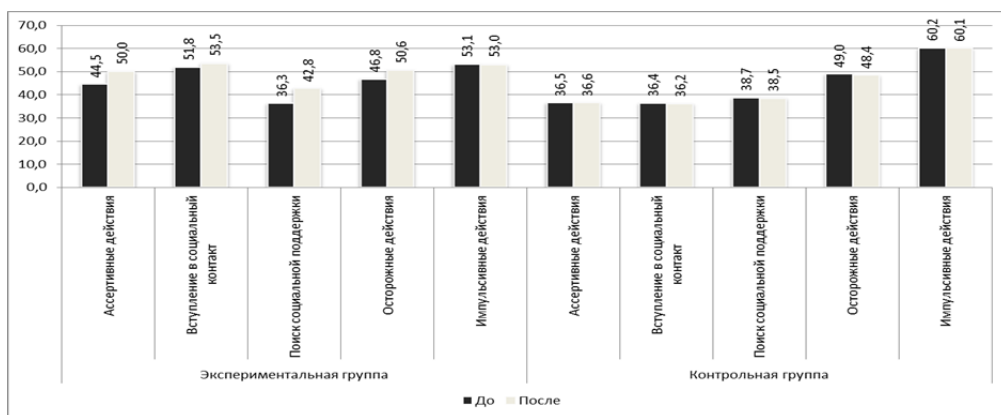


Рис. 5. Выраженность отдельных компонентов социальной адаптированности у представителей ЭГ и КГ до и после психологического воздействия, в баллах

Для определения статистической значимости выявленных в группах сдвигов был использован W -критерий Вилкоксона (табл. 5).

Таблица 5

Расчет W -критерия Вилкоксона по методике
«Диагностика социально-психологической адаптации»

Критерии оценки	ЭГ ($n = 22$)		КГ ($n = 23$)	
	$W_{\text{Эмп}}$	p	$W_{\text{Эмп}}$	p
Адаптация	3,792	0,000**	1,155	0,248
Самопринятие	3,943	0,000**	0,273	0,785
Принятие других	2,541	0,011**	0,669	0,503
Эмоциональная комфортность	3,416	0,001**	1,095	0,274
Интернальность	3,600	0,000**	1,766	0,077
Стремление к доминированию	0,241	0,809	0,108	0,914

** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$.

Из указанных в таблице данных вытекает, что за исследуемый период у представителей экспериментальной группы статистически значимо улучшились практически все показатели социальной адаптированности. Наряду с этим у их коллег, вошедших в контрольную группу, трудности, связанные с адаптацией к условиям жизни в социуме, остались прежними (изменения статистически незначимы).

Выводы

По завершении психологического воздействия участники военных действий с признаками стрессового расстройства, составившие экспериментальную группу, стали проявлять большую эмоциональную устойчивость, у них заметно снизился уровень тревожности. Они начали воспринимать себя, свое окружение и актуальные жизненные обстоятельства более позитивно. У них отмечено повышение уровня интернальности. Кроме того, они стали реже использовать асоциальные стратегии поведения в стрессовых ситуациях (снизились показатели, характеризующие склонность к асоциальным действиям для разрешения ситуаций, вызывающих дискомфорт, и готовность к открытому агрессивному поведению в сложных ситуациях). В то же время они стали чаще обращаться к просоциальным стратегиям поведения (обращение к социальному окружению). В контрольной же группе изменения практически не обнаружены.

Полученные результаты позволили констатировать эффективность оказанной участникам военных действий с признаками стрессового расстройства психологической помощи, позволяющей повысить их стрессоустойчивость. В связи с этим можно заключить, что в качестве средств, позволяющих повысить стрессоустойчивость и улучшить психоэмоциональное состояние участников военных действий с признаками стрессового расстройства, могут быть использованы развивающие занятия с элементами тренинга и индивидуальное психологическое консультирование.

Список литературы

- Авдиенко Г. Ю.* Психологическая коррекция и реабилитация участников боевых действий. М. : Юрайт, 2018. 299 с.
- Водопьянова Н. Е.* Психодиагностика стресса. СПб. : Питер, 2009. 336 с.
- Грецов А. Г.* Психологические тренинги. СПб. : Питер, 2008. 368 с.
- Диагностика эмоционально-нравственного развития / сост. и ред. И. Б. Дерманова. СПб. : Речь, 2002. 171 с.
- Дьяконов И. Ф., Овчинников Б. В.* Психологическая диагностика в практике врача. СПб. : «СпецЛит», 2008. 180 с.
- Ерёмина Т. И., Крюков Н. П., Логинова Ю. Ю.* Социально-психологическая адаптация граждан, принимавших участие в боевых действиях. Саратов : ПМУЦ, 2002. 60 с.
- Караяни А. Г.* Психологические последствия войны и социально-психологическая реадaptация участников военных действий // Вестник ЮУрГУ. Сер. Психология. 2014. Т. 7, № 4. С. 59-64.
- Монина Г. Б., Раннала Н. В.* Тренинг «Ресурсы стрессоустойчивости». СПб. : Речь, 2009. 250 с.
- Психологические последствия участия военнослужащих в боевых действиях в Чеченской республике и их медико-психолого-социальная коррекция / А. Л. Иванов [и др.] // Консультативная психология и психотерапия. 2003. № 4. С. 146-162.

Скирмант И. С. Психологические последствия участия военнослужащих в боевых действиях [Электронный ресурс] // Материалы IX Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум» URL: <https://scienceforum.ru/2017/article/2017030092> (дата обращения: 20.11.2019)

Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. 2-е изд., доп. М. : Психотерапия, 2009. 544 с.

Results of Testing the Psychological Assistance Program for Senior Officers Suffering Post-Traumatic Stress after Taking Part in Hostilities

U. S. Aliyev

Herzen State Pedagogical University of Russia, Saint-Petersburg, Russian Federation

S. M. Shingayev

St. Petersburg Academy of Postgraduate Pedagogical Education, St. Petersburg State University, Saint-Petersburg, Russian Federation

Abstract. Officers participating in hostilities often face challenges taking the form of stress disorder. Most of them fail to take a constructive strategy to avoid emotionally stressful situations. The fact that these officers are in urgent need in their successful integration into peacetime life is well founded. Senior officers deserve special attention as they are in charge of not only the results of their own activities, but the results of their subordinates' activities. This problem needs to be properly addressed, and ways to reduce posttraumatic stress disorder symptoms have to be found. It is necessary to reinforce their internal resources to adapt to peaceful time life and improve their psycho-emotional condition. The paper presents the results of the experimental testing of counseling and rehabilitation program for senior officers suffering post-traumatic stress after taking part in hostilities.

Keywords: senior officers, posttraumatic stress disorder symptoms, experimental testing, counseling, adaptation and ability to cope with stress, individual counseling.

For citation: Aliyev U.S., Shingayev S.M. Results of Testing the Psychological Assistance Program for Senior Officers Suffering Post-Traumatic Stress after Taking Part in Hostilities. *The Bulletin of Irkutsk State University. Series Psychology*, 2020, vol. 31, pp. 3–15. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2020.31.3> (in Russian)

References

Avdienko G.Yu. *Psikhologicheskaya korrektsiya i reabilitatsiya uchastnikov boevykh deistviy* [Psychological correction and rehabilitation of combatants]. Moscow, Yurayt Publ., 2018, 299 p. (in Russian)

Vodopyanova N.E. *Psikhodiagnostika stressa* [Psychodiagnosics of stress]. St. Petersburg, Peter Publ., 2009, 336 p.

Gretsov A.G. *Psikhologicheskkiye treningi* [Psychological trainings]. St. Petersburg, Peter Publ., 2008, 368 p. (in Russian)

Dermanova I.B. (ed.) *Diagnostika emotsionalno-nravstvennogo razvitiya* [Diagnosis of emotional and moral development]. St. Petersburg, Speech Publ., 2002, 171 p. (in Russian)

Dyakov I.F., Ovchinnikov B.V. *Psikhologicheskaya diagnostika v praktike vracha* [Psychological diagnostics in the practice of a doctor]. St. Petersburg, SpecLit Publ., 2008, 80 p. (in Russian)

Eremina T.I., Kryukov N.P., Loginov Yu.Yu. *Sotsialno-psikhologicheskaya adaptatsiya grazhdan, prinyavshikh uchastie v boevykh deystviyakh* [Socio-psychological adaptation of citizens who took part in hostilities]. Saratov, Medical Center Publ., 2002, 60 p. (in Russian)

Karayani A.G. Psikhologicheskiye posledstviya voyny i sotsialno-psikhologicheskaya reaptatsiya uchastnikov voyennykh deystviy [Psychological consequences of war and socio-psychological rehabilitation of participants in hostilities]. *Vestnik YUUrGU: Seriya Psikhologiya* [Bulletin of SUSU: Series Psychology], 2014, vol. 7, no. 4, pp. 59-64. (in Russian)

Monina G.B., Rannala N.V. *Trening «Resursy stressoustoychivosti»* [Training «Stress resistance»]. St. Petersburg, Speech Publ., 2009, 250 p. (in Russian)

Ivanov A.L., Rubtsov V.V., Zhumatiy N.V., Davletshina M.V. Psikhologicheskiye posledstviya uchastiya voyennosluzhashchikh v boyevykh deystviyakh v Chechenskoj respublike i ikh mediko-psikhologo-sotsialnaya korrektsiya [Psychological consequences of the participation of military personnel in hostilities in the Chechen Republic and their medical, psychological and social correction]. *Konsultativnaya psikhologiya i psikhoterapiya* [Consultative psychology and psychotherapy], 2003, no. 4, pp. 146-162. (in Russian)

Skyrmant I.S. Psikhologicheskiye posledstviya uchastiya voyennosluzhashchikh v boyevykh deystviyakh [Psychological consequences of the participation of military personnel in hostilities]. *Materialy IX Mezhdunarodnoj studencheskoj nauchnoj konferentsii «Studencheskiy nauchnyy forum»* [Proceedings of the IX International Student Scientific Conference «Student Scientific Forum»]. Available at: <https://scienceforum.ru/2017/article/2017030092> (date of access: 20.11.2019). (in Russian)

Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manuilov G.M. Sotsialnopsikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malyx grupp [Socio-psychological diagnosis of personal development and small groups]. Moscow, Psychotherapy Publ., 2009, 544 p. (in Russian)

Алиев Уалит Саламатович

кандидат юридических наук,
магистр психологии, экстерн
кафедра психологии профессиональной
деятельности, Институт психологии
Российский государственный педагогический
университет им. А. И. Герцена
Россия, 191186, Санкт-Петербург,
набережная реки Мойки, 48
e-mail: firrein@mail.ru

Aliyev Ualit Salamatovich

Candidate of Sciences (Law), Master's
Degree in Psychology, External Student
Department of Psychology of Professional
Activities, Institute of Psychology,
Herzen State Pedagogical
University of Russia
48, Moika River Embankment,
St.-Petersburg, 191186, Russian Federation
e-mail: firrein@mail.ru

Шингаев Сергей Михайлович

доктор психологических наук, профессор,
заведующий, кафедра психологии
Санкт-Петербургская академия
постдипломного педагогического
образования
Россия, 191002, Санкт-Петербург,
ул. Ломоносова, 11–13
Санкт-Петербургский государственный
университет
Россия, 199034, Санкт-Петербург,
Университетская набережная, 7–9
e-mail: sshingaev@mail.ru

Shingayev Sergey Mikhailovich

Doctor of Sciences (Psychology), Professor,
Head of the Department of Psychology
St. Petersburg Academy of Postgraduate
Pedagogical Education
11-13, Lomonosov st., St.-Petersburg,
191002, Russian Federation
St. Petersburg State University
7–9, Universitetskaya Embankment,
St.-Petersburg, 199034, Russian Federation
e-mail: sshingaev@mail.ru