

УДК 159.964

DOI <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-3-8>

## ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СХИЛЬНОСТІ ДО СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

**Момот Марина Анатоліївна,**

викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах  
Черкаського інституту пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля  
Національного університету цивільного захисту України  
ORCID ID: 0000-0002-8065-7058

*У статті розглянуто основні психологічні чинники, що зумовлюють схильність до суїцидальної поведінки у військовослужбовців Збройних Сил України (ЗСУ). Проаналізовано основні стресові фактори, пов'язані з військовою службою, а саме: тривалі бойові дії, фізичні та емоційні навантаження, соціальні та міжособистісні проблеми. Розглянуто психологічні явища та стани, що можуть призводити до суїцидальних намірів в особи, включаючи депресію, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), почуття безвиході та ізоляції. Запропоновано рекомендації щодо психологічної підтримки та превентивних заходів, спрямованих на нівелювання схильності до суїцидальної поведінки серед військовослужбовців. Результати дослідження можуть бути використані для покращення програм психологічної допомоги у військових підрозділах та підвищення ефективності психологічної реабілітації військових. Дослідження методами теоретичного аналізу, включаючи опитування та інтерв'ю з військовослужбовцями, а також аналіз медичних та психологічних даних. Особливу увагу приділено аналізу індивідуальних та групових факторів ризику, таких як вік, сімейний стан, попередній бойовий досвід та рівень соціальної підтримки. У статті розглянуто діагностичний інструментарій для виявлення осіб, схильних до суїцидальної поведінки. Окреслено особливості морально-психологічного стану військовослужбовців в умовах воєнного стану. Здійснено аналіз особливостей професійно-психологічного відбору військовослужбовців ЗСУ. Результати дослідження підкреслюють важливість своєчасного виявлення та підтримки військовослужбовців, які перебувають у зоні ризику, а також розробки індивідуалізованих програм психологічної допомоги. Впровадження запропонованих заходів може значно знизити рівень суїцидальної поведінки серед військовослужбовців та сприяти підвищенню ефективності виконання бойових завдань за рахунок поліпшення морального стану особового складу.*

**Ключові слова:** суїцид, бойовий стрес, ПТСР, суїцидальна поведінка, деструкції психіки.

**Momot Maryna. Psychological factors of the prediction to suicidal behavior of servicemen of the Armed Forces of Ukraine**

*The article examines the main psychological factors that determine the tendency to suicidal behavior among servicemen of the Armed Forces of Ukraine. The main stress factors associated with military service were analyzed, namely: prolonged combat operations, physical and emotional stress, social and interpersonal problems. Considered psychological phenomena and conditions that can lead to suicidal intentions in a person, including depression, post-traumatic stress disorder (PTSD), feelings of hopelessness and isolation. Recommendations for psychological support and preventive measures aimed at reducing the tendency to suicidal behavior among military personnel are offered. The results of the study can be used to improve psychological assistance programs in military units and increase the effectiveness of psychological rehabilitation of military personnel. Studies in methods of theoretical analysis, including surveys and interviews with military personnel, as well as analysis of medical and psychological data. Special attention is paid to the analysis of individual and group risk factors, such as age, marital status, previous combat experience and level of social support. The article discusses the diagnostic toolkit for identifying persons prone to suicidal behavior. The peculiarities of the moral and psychological state of military personnel in the conditions of martial law are outlined. An analysis of the features of the professional and psychological selection of servicemen of the Armed Forces of Ukraine was carried out. The results of the study emphasize the importance of timely identification and support of servicemen who are at risk, as well as the development of individualized programs of psychological assistance. The implementation of the proposed measures can significantly reduce the level of suicidal behavior among military personnel and contribute to the improvement of the effectiveness of combat tasks by improving the morale of personnel.*

**Key words:** suicide, combat stress, PTSD, suicidal behavior, destruction of the psyche.

### Вступ

У сучасному суспільстві проблема суїцидальної поведінки серед військовослужбовців набуває особливої гостроти. Збройні Сили України, які перебувають на передовій захисту суверенітету та територіальної цілісності держави, стикаються з численними викликами, які впливають на психологічний стан військових. Тривалі бойові дії, постійний стрес, фізичні та емоційні навантаження створюють передумови для виникнення суїцидальних схильностей. Дослідження психологічних чинників, які зумовлюють суїцидальну поведінку серед військовослужбовців, є надзвичайно важливим для розробки ефективних превентивних заходів та підтримки психічного здоров'я військових.

Бойовий стрес у військовослужбовців Збройних Сил України є чинником ризику розвитку ПТСР та суїцидальної поведінки, при цьому ризик зростає зі збільшенням кількості та інтенсивності травматичних подій, що може залишатися ще тривалий час після завершення служби. Такі умови можуть підвищувати рівень суїцидальної поведінки серед військовослужбовців, тому узагальнення досвіду дослідження суїцидальної поведінки військовослужбовців ЗСУ є важливим для подальшого недопущення таких випадків.

Дослідженням проблеми суїцидальної поведінки у військовому середовищі займалися: Д. В. Лебедєв, О. О. Назаров, О. В. Тімченко, В. Є. Христенко, І. О. Шевченко (узагальнення теорій суїцидальної поведінки); Р. П. Федоренко (методи психологічної допомоги потенційним суїцидентам, психодіагностика суїцидальної поведінки); В. В. Суліцький (психологія суїцидальної поведінки); В. Є. Мозальов та Р. О. Власенко (соціально-психологічні чинники суїцидальної поведінки військовослужбовців у бойових умовах); О. С. Колесніченко (заходи профілактики суїциду серед військовослужбовців); Н. А. Агаєв, О. М. Кокун (опис зарубіжного досвіду щодо недопущення небойових втрат особового складу); І. Я. Пінчук, С. В. Болтоносів та інші (дослідження суїцидальної поведінки у ветеранів ООС на Сході України).

На сьогодні існує багато досліджень з обраної проблематики, проте зростання показника завершених суїцидів серед військовослужбовців ЗСУ станом на сьогодні означає, що слід детально дослідити чинники такої поведінки та зниження їхнього впливу на психологічний стан військовослужбовця задля недопущення подальших спроб суїциду.

### Матеріали та метод

На сьогодні існує велика кількість методів для виявлення ознак суїцидальної поведінки, проте для психологічної діагностики військовослужбовців використовуються спеціальні, які допомагають максимально швидко та конкретно виявити таких осіб у військовому середовищі.

Основним методом виявлення осіб, схильних до суїцидальної поведінки, є аналіз документів особової справи: ознайомлення з характеристикою, довідкою про сімейний стан, перевірку відомостей про стан здоров'я. Таким чином психолог може побачити наявність або відсутність чинників суїцидальної поведінки. Під час аналізу особової справи можна використовувати Карту суїцидального ризику, в якій чітко зазначені чинники суїцидальної поведінки військовослужбовця.

З метою подальшого виявлення ознак суїцидальної поведінки проводиться індивідуальна бесіда, включаючи спостереження. Попередньо складають спеціальний план бесіди, у якому формулюють орієнтовні питання. У процесі бесіди можна побачити такі ознаки як: невпевненість, тривожність, немотивовані дії і сльозливість, замкнутість, недовірливість, дефекти мовлення, моторики тощо, можна з'ясувати проблеми, що заважають жити та вести службу військовослужбовцю. Мотиви вступу на службу до ЗСУ можуть дати інформацію про схильність до суїцидальної поведінки: війна як спосіб самознищення [2].

За В. О. Баношенко, діагностичним інструментарієм для виявлення осіб, схильних до суїцидальної поведінки є [3]: 1) методи, безпосередньо спрямовані на визначення ризику суїцидальності: карта суїцидального ризику; тест «Суїцидальна мотивація»; тест «Антисуїцидальна мотивація»; методика виявлення схильності до суїцидальної поведінки (СР-45); 2) загальні

методи, що опосередковано свідчать про ознаки суїцидальної поведінки: комплексні опитувальники (тест Р. Кеттелла; ММРІ); проєктивні методики: колірний тест Люшера, тематичний апперцептивний тест (ТАТ); шкала реактивної та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна; шкала депресії Бека; методика діагностики психоемоційного вигорання Бойка; опитувальник «Самопочуття-активність-настрій» (САН); опитувальник рівня суб'єктивного контролю (УСК).

Таким чином, застосування комплексної психодіагностики забезпечить повну картину схильності до суїцидальної поведінки, вчасне її виявлення може запобігти спробі суїциду, а, отже, підвищить шанси на збереження життя військовослужбовця.

За методичними рекомендаціями Головного управління виховної та соціально-психологічної роботи Збройних Сил України, на етапі збору інформації про джерела суїцидального ризику військовослужбовця проводиться професійне спостереження за поведінкою військовослужбовців (коливання настрою, прагнення до усамітнення, тривога, роздратованість, стурбованість, порушення сну, погіршення апетиту, неадекватне сприйняття реальності, суїцидальні думки, ідеї тощо); аналіз результатів професійно-психологічного відбору, соціального-демографічних даних військовослужбовців; вивчення індивідуально-психологічних якостей військовослужбовців; вивчення соціально-психологічних особливостей малої групи військового підрозділу. Виявлені особи із суїцидальним ризиком заносяться до групи посиленої психологічної уваги: саме з нею проводяться заходи із психопрофілактики суїцидальної поведінки [7].

На думку А. П. Казмірчук, методом діагностики схильності до суїцидальної поведінки є ранжування за шкалами суїцидальної активності (діагностичні кількісні способи, критерії оцінки вираженості аутоагресивної активності і суїцидального ризику) [4].

Зазвичай такі шкали – це набір ознак у формі анкет, що дозволяє ранжувати в балах імовірність вчинення суїцидальних дій, ступінь вагомості, серйозності здійсненої суїцидальної спроби тощо [3]. Є різноманітні шкали оцінки рівня суїцидальної активності: оцінки вираженості та динаміки суїцидального ризику; оцінки суїцидальності; оцінки суїцидальних намірів та ідей; ступені вираженості пресуїцидального синдрому і серйозності суїцидальних намірів.

Під час оцінювання суїцидального ризику найчастіше використовуються об'єктивні обставини, пов'язані з суїцидальною спробою, а також самооцінка потенційним суїцидентом своєї поведінки [12]. При оцінюванні серйозності вчинення суїцидальних дій враховуються: ступінь ізоляції при намірі їх здійснення; тривалість пресуїцидального періоду; приготування до здійснення суїцидальної спроби з можливим усуненням перешкод при її реалізації; ступінь бажаності та очікування смерті.

В. П. Москалець для верифікації психологічного стану потенційного суїцидента вважає доцільним проведення психодіагностичного дослідження з використанням традиційних тестових методик, що застосовуються для оцінки вираженості соціально-психологічної дезадаптації: самооцінки психічних станів Г. Айзенка, діагностики соціально-психологічної дезадаптації К. Роджерса і Р. Даймонда, шкала безнадійності А. Бека [9; 10].

Отже, психодіагностика схильності до суїцидальної поведінки військовослужбовців ЗСУ полягає у дослідженні наявних соціально-психологічних проблем у їхньому житті, що включає як спостереження за поведінкою військовослужбовців, так і за їхнім психологічним станом. Психодіагностика також спрямована на виявлення депресії у військовослужбовця, оскільки вона може зумовлювати суїцидальну поведінку.

### **Результати**

Суїцидальна поведінка військовослужбовців є результатом складної взаємодії різних соціальних, психологічних, психофізіологічних та соціокультурних чинників, оскільки військова служба належить до розряду суїцидонебезпечних. Неможливість знайти адекватне рішення виникаючих у військовій службі проблем підштовхує частину військовослужбовців до суїцидальної поведінки.

На думку В. Є. Мозальова, чинником суїцидальної поведінки завжди є конфлікт, який передбачає для особи наявність об'єктивних вимог, суб'єктивного ставлення до них (усвідомлення цих вимог, відчуття ступеня їх складності), оцінку власних можливостей щодо подолання ситуації, яка створює передумови суїциду, та реальні дії особи в ситуації, що склалася [8]. Суїцидонезбезпечною конфліктна ситуація стає тоді, коли військовослужбовець починає сприймати її як гранично складну, а власні можливості – недостатні, відчуває гостру фрустрованість власних потреб, що спонукає його вибрати суїцидальні дії як єдино можливі.

Найбільш розповсюдженими соціально-психологічними чинниками суїцидальної поведінки військовослужбовців є [11]:

- особисте життя: проблеми та негаразди у інтимно-особистісних стосунках, нерозділене кохання, втрата коханої людини, зради дружини, ревності; самотність, відчуженість, втома; смерть дітей, близької людини;

- особливості родинних стосунків: непорозуміння з батьками, тривалі конфлікти, негаразди, проблеми у родині, важке захворювання одного з близьких родичів;

- особиста життєва криза: крах ціннісних установок, глибокі внутрішні переживання, незадоволеність, відсутність можливості самореалізації;

- професійна неспроможність: негативні результати виконання службового завдання; конфлікти з керівним складом, труднощі адаптації; незадовільне фінансове забезпечення (відсутність можливості забезпечити себе та близьких необхідним, великі боргові зобов'язання, в тому числі, кредити);

- реальна загроза втрати або втрата соціального статусу, престижу: звільнення з керівної посади, втрата роботи, загроза тюремного ув'язнення; порушення кримінальної справи, виявлення порушення службової дисципліни або чинного законодавства тощо;

- суттєве погіршення стану здоров'я: погане самопочуття, фізичне, психоемоційне виснаження, психічний розлад, наявність важкого, невиліковного соматичного захворювання, отримання важкої інвалідності, невиліковні хвороби; алкоголізм, наркоманія; стан афекту;

- соціальні чинники: особливості актуальної ситуації, «депресивні» пори року, збіг несприятливих обставин, принесення себе в жертву в умовах війни.

Отже, всі чинники впливають комплексно, але загальною причиною суїцидальної поведінки є соціально-психологічна дезадаптація, що виникає в результаті порушення міжособистісної взаємодії. Очевидно, що тривале перебування у стані напруження в ході бойових дій призводить до виснаження адаптаційних ресурсів, психологічні та фізіологічні можливості вичерпуються, що стає причиною виникнення ПТСР.

За висновками Т. Глушкової, існують наступні чинники суїцидальної поведінки військовослужбовців [2]: конфлікти, зумовлені специфікою військово-професійної діяльності і військово-соціальною взаємодією: індивідуальні адаптаційні труднощі військової служби; міжособистісні конфлікти з іншими військовослужбовцями; конфлікти, зумовлені специфікою сімейних стосунків військовослужбовця: конфлікти у родині; переживання за можливі наслідки розлучення з дружиною; самотність; тяжка хвороба; конфлікти, пов'язані з антисоціальною поведінкою військовослужбовця: нестатутні взаємостосунки; боязнь ганьби за антисоціальний проступок; конфлікти, пов'язані зі станом здоров'я військовослужбовця: психічні захворювання; хронічні соматичні захворювання; фізичні вади (дефекти мови, особливості зовнішності, які сприймаються як вада тощо).

Д. В. Лебедєв виокремлює наступні причини виникнення суїцидальної поведінки в умовах військової служби [5]: труднощі в адаптації військовослужбовця; знуцання з боку товаришів по службі; втрата соціального статусу у військовому колективі; страх відповідальності за вчинення злочину; професійна непридатність.

На думку дослідниці О. С. Лісової, причинами суїцидальної поведінки військовослужбовців можна назвати [6]:

– відчутне погіршення умов служби та зниження рівня життя і добробуту значної кількості військовослужбовців і членів їхніх родин, поширення фінансово-економічної кризи, нестабільність політичної ситуації;

– недостатність матеріальних та моральних стимулів до ефективної самовідданої роботи, підтримки належного фізичного та психічного стану військовослужбовців (через постійну критику, відсутність підтримки від суспільства та держави, низьку оцінку власної роботи керівництвом, реальну перспективу зниження соціального статусу тощо);

– надмірна індивідуально-психологічна вразливість щодо негативних моментів службової діяльності (ненормований робочий день, значне психофізичне навантаження, хронічна перевтома, небезпека для життя, надвисока відповідальність, необхідність постійного спілкування з асоціальними особами, упереджене ставлення з боку командування, стан гострого психоемоційного стресу після складних службових ситуацій);

– формальне проходження щорічних профілактичних психолого-психіатричних, медичних оглядів і неналежне проведення завчасних профілактичних заходів;

– прорахунки професійного відбору кандидатів на службу в ЗСУ і на навчання у вищі військові навчальні заклади;

– недостатня чисельність особового складу структурних підрозділів служби психологічного забезпечення та роботи з особовим складом;

– недостатність відповідних знань і досвіду в командирів підрозділів, на яких безпосередньо покладено організацію психопрофілактичної роботи (за відсутності психологів);

– непрофесійні дії безпосереднього командування, психологів, медичних працівників;

– відсутність належного контролю за якістю профілактичних заходів, станом здоров'я і поведінкою підлеглих на службі та в побуті з боку безпосереднього командування, працівників кадрових органів;

– наявність серйозних захворювань, зокрема найбільший ризик щодо скоєння аутоагресивних дій становлять військовослужбовці з депресією, органічними ураженнями головного мозку;

– відсутність сформованих життєвих цінностей і позитивного світогляду;

– невміння ефективно та адекватно вирішувати конфлікти;

– несприятливі особистісні риси, що призводять до деструктивних форм поведінки: недостатній самоконтроль, відсутність механізмів психологічного захисту, відсутність соціальної конформності, безкомпромісність та підвищена вразливість;

– негативний соціально-психологічний клімат і конфлікти у сфері службових та сімейних стосунків;

– наявність родичів, що вчинили суїцид, наслідування прикладу знайомої людини;

– побоювання відповідальності за серйозне порушення службової дисципліни або навіть кримінальної відповідальності.

На думку американських дослідників, низький морально-психологічний стан (далі – МПС) військовослужбовця може бути чинником його суїцидальної поведінки. Так, високий МПС включає дисципліну, бойовий дух, волю до перемоги, самовладання, почуття власної гідності, чесність, відданість обов'язку і службі, почуття офіцерської честі тощо. Відповідно протилежний полюс цих властивостей означає низький МПС [8]. Негативно на МПС впливає підвищений інтерес до матеріального стимулювання, зневага до ворога, переоцінка своїх сил, залежність від комфорту, втрата ініціативи в ході бою, наявність расових упереджень, прояв крайніх форм індивідуалізму, відчуженість, напруженість у взаєминах, зловживання алкоголем та наркотиками [1].

Отже, перелічені вище чинники можуть бути причинами суїцидальної поведінки військовослужбовця. Фізичні та психологічні навантаження, що переносяться військовослужбовцем, негативно позначаються на психічному стані, а значить негативно впливають на МПС, що

може позначитися на схильності до суїцидальної поведінки. Чим більша кількість чинників впливає на особистість військовослужбовця, тим ймовірніше виникнення суїцидальної поведінки. Разом з тим, сприйняття ситуації військовослужбовцем теж грає важливу роль, оскільки сама по собі ситуація не чинить негативу, якщо її такою не сприймати.

### Висновки

Суїцидальна поведінка – це крайня форма аутоагресивності людини, яка може завершитися летально; може бути діагностована як у психологічно здорової людини, так і у хворої. Суїцидальну поведінку можна побачити за суїцидальними тенденціями – думками про суїцид, бажаннями і намірами вбити себе, суїцидальними мотивами, відповідними емоційними переживаннями (туга, безнадія, тривога, почуття провини), а також конкретними вчинками, спрямовані на заподіяння собі смертельної шкоди. Наслідками такої поведінки може бути незавершена спроба суїциду (парасуїцид) або завершений суїцид.

Соціально-психологічними чинниками суїцидальної поведінки військовослужбовців ЗСУ виступають негативні (такі, що оцінюються ними як погані) соціальні умови життя та ведення військової служби; психологічна нестійкість, яка виникла в результаті власного психічного стану. Психологічний стан військовослужбовця є вирішальним для виникнення суїцидальної поведінки, оскільки самі по собі умови життя не можуть негативно впливати на психологічний стан, оскільки тут вирішує ставлення військовослужбовця до них (його характер). Для виникнення суїцидальних намірів у військовослужбовця характерна комплексна дія чинників: один чинник часто виступає пусковим, тобто першим і має вагоме значення для подальшого розгортання суїцидальної поведінки.

### Література:

1. Агаєв Н. А. Досвід роботи в армії США та арміях інших країн щодо недопущення втрат особового складу з причин, не пов'язаних із виконанням завдань за призначенням: методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗУ, 2018. 156 с.
2. Глушкова Т. О. Профілактика суїцидів у військових частинах. *Практична психологія і соціальна робота*. 2000. № 1. С. 26–30.
3. Динамічне психологічне вивчення особового складу / Баношенко В. О. та ін. Київ : СПЦ ЗСУ, 2009. 60 с.
4. Казмірчук А. П. Суїциди в збройних силах України: аналіз та напрями їх запобігання. *Проблеми військової охорони здоров'я*. 2017. Вип. 47. С. 310–319.
5. Лебедев Д. В. Психологія суїцидальної поведінки: посібник. За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Харків, 2007. 129 с.
6. Лісова О. С. Психологія суїцидальної поведінки. Чернівці. 2004. 233 с.
7. Методичні рекомендації командирам, штабам, органам виховної роботи щодо профілактики суїцидальної поведінки військовослужбовців. Головне управління виховної та соціально-психологічної роботи Збройних Сил України Соціально-психологічний центр Збройних Сил України. Київ. 2011. 26 с.
8. Мозальов В. Є., Власенко Р. О. Соціально-психологічні чинники та напрями запобігання суїцидальної поведінки військовослужбовців в бойових умовах. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. № 5 (75). с. 72–77.
9. Москалець В. П. Патопсихологія суїцидальної поведінки. Психологія суїциду. Київ, 2004. С. 145–209.
10. Москалець В. П. Психологія суїциду. Київ : Академія, 2004. 288 с.
11. Семенов С. Психологічний аналіз проблеми суїцидальної поведінки військовослужбовців. *Вісник Національного університету оборони України*. 2019. № 3 (53). С. 119–132.
12. Цимбалюк І. Самогубство як проблема девіантної поведінки. *Психолог*. 2003. Груд. (№ 46). С. 12–14.