

УДК 159.9:341.341

DOI: <https://doi.org/10.17721/1728-2217.2022.50.54-59>О. Хміляр, д-р психол. наук, проф.
hmilar@ukr.net

ORCID ID 0000-0003-2693-1906,

В. Апальков, ад'юнкт кафедри суспільних наук
Vitaliy-1979@ukr.net

ORCID ID 0000-0003-4318-2417

Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського, Київ, Україна

ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ ПІСЛЯ ПОЛОНУ*Ми чекаємо на повернення одних, а вони повертаються зовсім іншими
(із досвіду роботи з військовополоненими)*

Серед усіх видів суворих випробувань, з якими стикається військовослужбовець в ході ведення війни, особливе місце займає полон. Суттєво підбиваючи здоров'я військовослужбовця, звужуючи його подальші перспективи, травмуючи психіку й породжуючи важку психічну та моральну кризу, полон кардинально змінює життя особистості. Проводячи тривалі заходи реінтеграції та пост-ізоляційного супроводу осіб, яких було звільнено з військового полону, розкрито особливості реадаптації та перебігу психічних станів військовослужбовців у перші чотири-п'ять тижнів після звільнення. З'ясовано, що сам факт фізичного повернення військовослужбовця з полону в мирне середовище не є ознакою його повернення до звичного способу життя, притаманного до полону. Ретельну увагу приділено перебігу протікання внутрішньособистісного конфлікту, непрошених спогадів, які мимоволі активізують механізми пам'яті колишніх військовополонених, породжують і призводять до повторної травматизації. Розкрито особливості взаємодії членів родини з постаттю колишнього військовополоненого. Висвітлено, як військовослужбовці з різним адаптаційним потенціалом та індивідуально-типологічними властивостями реінтегруються в соціум. Окреслено специфіку поведінки військовослужбовця, до дій якого під час перебування в полоні була прикута увага засобів масової інформації. Уперше доведено взаємозв'язок між соціальним інтелектом і трьома конституційними типами особистості військовослужбовця (ендоморф, мезоморф та ектоморф), що в підсумку дало змогу з'ясувати, наскільки цей взаємозв'язок є запорукою ефективною адаптації до мирного життя звільнених із полону осіб.

Ключові слова: військовий полон, поведінка, звільнення з полону, психіка військовополоненого, непрохані спогади, соціальний інтелект, адаптація до свободи.

Постановка проблеми. Розпочинаючи роботу над цією публікацією, мимоволі згадалися слова мудрого старого директора школи, закарбовані на сторінках листа, які він надсилав кожному вчителю, якого брав на роботу: "Шановний учителю! Я пережив концтабір, мої очі бачили те, чого не має бачити жодна людина на Землі: як фахові інженери споруджують газові камери; як кваліфіковані лікарі отруюють дітей; як добре підготовлені медичні сестри вбивають немовлят; як випускники закладів вищої освіти розстрілюють, гвалтують і спалюють дітей та жінок... Тому я не довіряю освіченості! Водночас прошу Вас допомагати учням ставати людьми. Ваші зусилля ніколи не мають призвести до появи чудовищ із науковими ступеннями, добре тренованих психопатів, освічених Ейхманів. Читання, письмо, арифметика важливі лише тоді, коли допомагають нашим дітям стати більш Людяними!". Ми впевнені, слова директора школи не мають кордонів і покликані лунати крізь час.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Працюючи впродовж 2011-2012 років із викладачем кафедри психології та педагогіки В. Савінцевим над розділом "Психологічні аспекти полону" [1, с. 329–338], ми на той час не до кінця вірили, що міне буквально декілька років і через горнило військового полону, що безумовно займає особливе місце серед суворих випробувань війни, пройде декілька тисяч наших співвітчизників. Проблема полону займе значне місце в наукових розвідках В. Апалькова, С. Асєєва, М. Грушко, В. Карпова, В. Лефтерєва, А. Побідаша, О. Тімченка, Ю. Широбокова, а світовий бестселер В. Франкла "Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі" [2] українським книжковим видавцями "Клуб Сімейного Дозвілля" в термін із 2016 по 2022 роки перевидаватиметься сім разів багатомільйонним тиражем.

Ю. Широбоков, досліджуючи психологію сучасного військового полону, зауважує, що на сьогодні ця проблема вивчена недостатньо. У більшості військово-

психологічних праць полон постає як свого роду "побічний" підсумок будь-якої війни, а військовополонені лише фігурують у довгому переліку людських і матеріальних втрат [3, с. 139]. У концепції Е. Гоффмана полон декодується як тотальний інститут десоціалізації особистості. Позбавивши людину контактів із зовнішнім світом, такий інститут перетворюється на особливий замкнений світ [4].

Значна кількість праць психологів (Б. Беттельхейм, Е. Кохен, В. Краль, В. Франкл, Ю. Широбоков) спрямована на розкриття психології військовополонених після потрапляння в концтабір і насамперед на з'ясування особливостей психічних реакцій ув'язнених, умовно поділених на три фази: шоку потрапляння в табір, типових змін характеру під час тривалого перебування в таборі, звільнення [5–7]. Особливий вектор досліджень спрямовано на виявлення шансу вижити у військовому полоні залежно від ставлення людини до життя, її духовної настанови в конкретній ситуації (Дж. Нардіні, Н. Хофмейер, М. Хертел-Вульф) [8]. Будь-яка спроба підняти дух людей у концтаборі припускала, що вдасться їх спрямувати на якусь мету в майбутньому. Той із полонених, хто більше не може вірити у своє майбутнє, вважається втраченим. Прийнято думати, що разом із майбутнім він втрачає і духовний стрижень, внутрішньо ламається і деградує як тілесно, так і духовно. Мужність жити напругу залежить від того, чи має людина віру в сенс життя (В. Франкл) [2].

Зважаючи на зазначене, услід за Ю. Широбоковим найбільш дієвою теоретико-методологічною основою дослідження психології життя військовослужбовця після полону вважаємо ідею міждисциплінарного синтезу, під яким розуміємо взаємозумовленість різних підходів і методів, що використовує психолог у процесі дослідження. Міждисциплінарний синтез, здійснюваний у конкретних просторово-часових межах, є, на наш погляд, найбільш адекватною стратегією за умови

безпрецедентного розширення дослідницького поля такого складного соціально-психологічного феномена, як військовий полон [3].

Мета статті покликана розкрити психологію життя військовослужбовця впродовж перших чотирьох-п'яти тижнів після повернення з ворожого полону.

Для досягнення мети статті використано методи аналізу, синтезу, порівняння та спостереження. Серед емпіричних методів – методику "Діагностики соціального інтелекту" Дж. Гілфорда і М. Саллівена, результати якої дали змогу з'ясувати, наскільки соціальний інтелект військовослужбовців трьох конституційних типів (ендоморфа, мезоморфа та ектоморфа за У. Шелдоном) звільнених з полону є запорукою ефективної адаптації до мирного життя.

Виклад основного матеріалу дослідження. Відраджаючись на передову, військовослужбовець підсвідомо розуміє про існування ризику бути вбитим, скаліченим чи потрапити в полон. На війні ризик та небезпека повсюди його супроводжуватимуть. Серед амбівалентного забарвлення думок, що калейдоскопічно змінюються, військовослужбовця з неймовірною силою тривожить одна: "Чи виживу я у разі потрапляння в полон?". Жодних гарантій, що б містили стверджувальну відповідь, на сьогодні не існує. За таких умов уява військовослужбовця продукує фантазмагорію ірраціональних страхів. Залежно від типології особистості страх може виступати як фактором стресу та фрустрації, так і ресурсом для подолання перешкод [9, 10].

За умов тривалої самотності страх суттєво посилюватиме протікання ряду негативних психічних станів. Зокрема, стан страху і психічного напруження, що нагнітається впродовж усього періоду перебування в полоні, позначається на характері, міміці та рухах військовослужбовця, роблячи його скутим і стривоженим [10–12]. Хронічне недоїдання в полоні руйнує здоров'я. Згодом тіло пожирає власний жир і навіть м'язи [2]. На психічному рівні це призводить до апатії, уповільнення реакцій, послаблення концентрації уваги й пам'яті. Тіло та обличчя військовополоненого випромінює напруженість, яку він самотужки не спроможний ані усвідомити, ані регулювати. Його внутрішній світ повністю психічно спустошений.

Психічні стани військовослужбовця у перші тижні після звільнення з полону. Звільнений із полону військовослужбовець у перші тижні схильний до деперсоналізації. Він ще не може по-справжньому радіти життю, оскільки має спочатку навчитися цьому, бо розучився. Якщо у перший день свободи те, що відбувається, здається йому чудовим сном, то далі минуле почне здаватися йому лише більше ніж кошмарним сном. У своїй праці "Стойкість" Е. Грейтенс, "морський котик" у минулому, зазначив, що за сім років полону на долю одного полоненого може випасти більше страждань, ніж інші люди змогли б вистраждати за сім життів [13]. Військовий полон звужує перспективи особистості, оскільки відбирає здоров'я, травмує психіку й краде дорогоцінний час, що мав бути використаний для особистого розвитку.

Особистість військовослужбовця після звільнення з полону дезадаптована за всіма рівнями піраміди А. Маслоу. На фізіологічному рівні колишній військовополонений зазнає повного позбавлення статевого життя, якісного харчування та здорового сну. За таких умов актуалізуються старі (хронічні) захворювання чи виникають нові. Для позбавлення полонених намірів чинити опір чи вдатися до втечі їх тримають надголодь. У такому разі військовослужбовцям ледь вистачає сил, щоб підтри-

мувати базові життєві функції організму. Безпековий рівень підлягає цілковитому руйнуванню з боку поневолювачів, адже полонений зазнає шкоди здоров'ю (аж до каліцтва чи смерті), позбавляється наявного майна, його плани на майбутнє також зазнають краху. Соціальний рівень руйнується через обмеження у спілкуванні з рідними та друзями. Рівень поваги зазнає руйнації шляхом цілковитого презирства до особистості полоненого й регулярного приниження. Попередні особисті досягнення нівелюються через їхню нездатність бути корисними в умовах полону, а самозвинувачення призводять до втрати самоповаги. На рівні самовираження військовополонений стикається з необхідністю позбутися попередніх моральних норм, оскільки в полоні вони не діють.

Військова психологія рясніє прикладами утримання військовослужбовців у полоні протягом двох десятирок років [1, 11, 14, 15]. Реальність повернення з нього містить у собі одночасно здобутки й перестороги. Найбільш вдалим, на нашу думку, поясненням цього процесу є його порівняння з підкоренням Евересту [16]. Адже перебування на піку вершини передбачає обов'язковий подальший спуск, що є надзвичайно небезпечним процесом. У контексті нашого дослідження спуск з вершини прірівнюється до заходів реінтеграції та відновлення військовослужбовця. Широко відомим є той факт, що, зважаючи на психічну та фізичну виснаженість організму та небезпечність маршруту, з вершини до базового табору доходять не всі. У цьому сенсі процес звільнення з полону тотожний підкоренню Евересту, адже не всі військовослужбовці здатні відновитися після повернення з полону та повернутися у соціум до звичного життя.

Соціальне оточення колишнього військовополоненого. Після звільнення полонений потребує психологічної допомоги. Саме звільнення як раптове зняття душевного гніту небезпечно щодо психологічного стану. Ця небезпека з характерологічного погляду є не що інше, як психологічний еквівалент кесонної хвороби. Так само, як фізичне здоров'я подолає опинитись в небезпеці, якщо його раптово підняти на поверхню (після перебування під високим атмосферним тиском), моральне й душевне здоров'я людини, раптово звільненої від психічної напруженості, також може постраждати [2, с. 104].

В. Франкл справедливо наголошує, що окрім моральної деформації, викликаній раптовим звільненням від душевного пригнічення, існують два фундаментальних переживання, які пригнічують поведінку звільненого з полону військовослужбовця, а саме: гіркота та розчарування на етапі повернення до колишнього життя. Гіркоту може спричиняти безліч дрібниць. Після повернення до колись рідного міста В. Франкл зауважував, що в багатьох місцях його зустрічають лише потисканням плечей і банальними фразами. Окрім почуття гіркоти, він неодноразово запитував себе: "Для чого я все це витерпів?" [2, с. 105]. Коли Франкл майже повсюди чув одне й те саме: "Ми нічого про це не знали", "Ми також страждали", – то знову запитував себе: "Невже вони не можуть сказати мені нічого кращого?" [2, с. 105].

Свято повернення з полону обертається на стрес не лише для полоненого, але й для родини, оскільки відбудовування стосунків вимагає нових підходів, нового мислення, нових цінностей у взаєминах, нового порядку у звичних речах та побуті. "Колишньому полоненому, як пише В. Франкл, потрібне не зняття напруги за будь-яку ціну, а усвідомлення потенційного сенсу. Людина потребує не гомеостазу, а так званої "ноодинаміки", тобто духовної рушійної сили в полярному полі напруги, де один полюс – це сенс, який треба наповнити, а другий – це

людина, яка здійснює це" [2, с. 115]. Цей процес не проходить безболісно. Психологічний стан військовослужбовців після звільнення характеризується пригніченістю всіх психічних функцій [6, 8, 11]. Самотність і відсутність співчуття – характеристика душевного стану таких військовослужбовців. Їм притаманна відлюдькуватість та недовіра. Відлюдькуватість військовослужбовця є наслідком втечі у власний внутрішній світ, де відбувається рефлексія набутого травматичного досвіду і намагання інтегруватись у новий світ з його (недосяжними на думку колишнього полоненого) стандартами та очікуваннями. Замкненість і мовчазність тут виступає як захисний механізм.

Моральний стан звільненого військовослужбовця позначається значним спустошенням його внутрішніх резервів. Щоб почати жити заново чи відновити попереднє життя звільнена особа намагається віднайти необхідні їй відчуття. У її психіці вони мають закласти необхідний базис, що буде поштовхом до нового життя, того, про яке вона мріяла, заради якого пройшла через нелюдські тортури, піднімалася після нелюдських кривджень та наруг. Звільнена особа відшукує відчуття скрізь – у людях, їхньому ставленні до себе, навколишньому середовищі, іноді в природній красі, спорті. Колишній полонений шукає те, що стане для нього винагородою (або принаймні компенсацією) за пережите, тоді як відсутність здорового співчуття завдає йому шкоди. Внутрішній вакуум вимагає наповнення новим сенсом для подальшого життя, адже сенс, що надав сил вижити в полоні, після звільнення втрачає над людиною свою силу [2].

Часто психологічна проблема військовослужбовця коріниться у спектрі переживань внутрішнього конфлікту чи психічної травми. Несвідомо особистість тримається за травматичний досвід, що ототожнюється нею з власною самістю. Тригери різної природи здатні запускати механізми пригадування обставин полону з його переживаннями [5, 10, 12]. Спогади про перенесені тортури викликають у звільнених осіб повторну психічну реакцію, що наближається за силою відчуттів до первинної. Мимовільні спогади подекуди наближають свідомість полоненого до переживання фізичного болю. Не завжди контрольовані реакції можуть містити акти агресії щодо власного ества чи довколишніх, виражатися в різних формах втечі – від замкненості в собі до фізичної віддаленості.

Оскільки в полоні особистість піддається нелюдським тортурам і подекуди примусово долучається до актів насилля над іншим полоненим, то її психіка зазнає значної шкоди й протягом деякого часу "черствіє", втрачає чутливість до прояву насилля та здатність до емпатії. Опираючись на погляди В. Франкла і результати власного досвіду, можемо стверджувати, що протягом перших тижнів після звільнення особи примітивного складу не можуть позбутися впливу жорстокості, що оточувала їх у полоні. Звільнившись, вони вважають, що можуть користуватися своєю свободою безжально й свавільно. Подекуди такі військовослужбовці свою поведінку виправдовували тим, що самі зазнали жахливих випробувань [2, с. 104]. Спогади про вказані події завдають душевного болю і дають привід до самозвинувачень. Коло стресу через спогади та самозвинувачення таким чином замикається, що може призвести до проявів суїцидальної поведінки.

Посттравматичний стресовий розлад осіб, звільнених із полону. Близько 96 % осіб, які повернулися з примусової ізоляції, свідчать про застосування до них різних форм фізичного насилля, тортур, жорстокого

поводження з метою посилення фізичних та психологічних страждань. Серед видів насилля використовувалися такі: 1) пиляння зубів напилком, виривання зубів плоскогубцями; 2) підвішування за руки на ланцюгу; 3) встромляння дротів у вуха для пробиття барабанної перетинки, гасіння цигарок у вухах; 4) заборона відвідування туалету для справляння природних потреб; 5) залишення в камері самого без світла на кілька тижнів; 6) ненадання їжі, води; 7) побиття руками, ногами, гумовими палками, предметами меблів, що могло тривати до 12 год (особи, які це здійснювали, змінювались); 8) імітація розстрілу; 9) тортури електричним струмом "Таліком"; 10) придушення; 11) прострільовання обох ніг; 12) переломи (відрізання) пальців рук і ніг, зрізання нігтів; 13) виколування очей; 14) згвалтування; 15) примушення до публічного наклепу та участі у зйомці пропагандистських відео. Переважна більшість військовослужбовців, які перенесли жахіття полону, мають ознаки посттравматичного стресового розладу різного ступеня прояву. Посттравматичний стресовий розлад військовополоненого – це, коли минуло для нього не відбулося як минуло [17]. У військовополонених простежується емоційне оніміння, уникнення ряду стимулів зовнішнього середовища, флешбеки, нічні кошмари, інтрузивні спогади.

Особливе місце серед методів психічного тиску посідає ізоляція військовополоненого. Довготривала ізоляція в поєднанні із засобами фізичного тиску доводить особистість полоненого до межі зневіри у власних поглядах і створює підґрунтя для їхньої зміни. Поневолювачі, відчуваючи захоплення від власної відваги щодо беззахисних полонених, майстерно застосовують метод "батого та пряника" [18]. Наслідуючи певну історичну традицію катувань, свідчення полонених приймаються лише по завершенню акту знущань. Використання багаторазового наближення полоненого до смерті (удушення, утоплення, імітація розстрілу) дає змогу вплинути на його свідомість і поведінку. У цьому контексті варто зауважити, що ступінь гуманізації суспільства ворогуючих сторін значною мірою впливає на ставлення та особливості утримання військовополонених.

Створення інформаційного вакууму в поєднанні з дозованим наданням викривленої інформації (декларування вигаданої воєнної перемоги над іншою стороною протиборства) закладає підґрунтя для успішної індоктринації та ідейної перелаштованості особистості полоненого. Метою вказаних дій є зміна його картини світу, що є триумфом процесу індоктринації. Через навіювання, переконання й пропаганду полоненим особам вкладають так звані "віруси свідомості", спрямовані на руйнування їхніх світоглядних підвалин. З їх допомогою формується нова, наперед передбачувана ідентичність особистості військовополоненого.

Коло спілкування військовополоненого. Життєвий досвід полонених наповнений речами, про які вони не прагнуть нікому розповідати, оскільки зрозуміти їх може лише колишній полонений. Час від часу звільнена особа відчуває прірву, що простягається поміж нею та іншим світом [11, 14]. Відчуття провини може тривалий час не полишати колишнього військовополоненого, і тому він потребує допомоги психолога та проведення фахових реінтеграційних заходів. Ніхто не знає, за що саме картає себе звільнена особа й що прагне приховати. І з цим багажем військовослужбовець намагається інтегруватися до нових для нього реалій, ведучи іноді подвійне, приховане життя. Думки колишнього полоненого досить амбівалентні. Він не певнений, що вчинені ним у полоні дії можуть вірно сприйматися та інтерпре-

туватися в мирному соціумі людьми, які ніколи не знали, що таке війна і жах полону.

Якщо певні вчинки військовослужбовця не будуть з'ясовані опосередковано, вони свідомо будуть ним замовчуватися під час кожного спілкування. Свідчення таких осіб можуть бути неправдивими з мотивів власної безпеки. Тому вивченню та перевірці підлягають усі набуті в полоні навички й звички. Полонені, схильні до рефлексії, вбачають у тому, що з ними сталося, розплату за колишні погані вчинки. Е. Фромм у своїй праці "Людина для самої себе" зазначає, що людині притаманна потреба відшукувати відповіді на питання про сенс життя та визначати ті норми, відповідно до яких вона має жити. Порухуючи норми, які особистість встановила сама для себе, вона відчуватиме почуття провини й підсвідомо очікуватиме за це покарання. Численні свідчення звільнених осіб є цьому підтвердженням [19].

Військовослужбовцю, який повернувся з полону, як і будь-якій здоровій людині, притаманна не лише непереборна жага до життя, але й потреба бути прийнятим іншою особою. Тривалий час після звільнення він може віднаходити розуміння та моральну підтримку лише поміж осіб, які також перебували в полоні. Ведучи тривале спостереження за такими військовослужбовцями, ми неодноразово пересвідчувалися, що вони поєднані особливим "братерством", посвяченим у яке може бути лише той, хто зазнав травматичного досвіду полону. У цьому зміненому світі вони "самотні серед людей" у своїх переживаннях та очікуваннях. Увесь подальший час звільнені особи змушені жити серед людей, які до них мають

амбівалентне (упереджене) ставлення від почуття жалості до презирства, що також є перепорою для їхньої гармонійної інтеграції в соціум.

Адаптація до свободи. Процес адаптації колишніх полонених до життя на свободі потребує відновлення фізичного та психічного здоров'я. Зміна зовнішніх умов існування військовослужбовця ініціює початок процесу поступового витіснення або заміни старих звичок на нові, зокрема відбувається їх витіснення зі свідомості людини. Водночас зі звільненням від старих звичок відбувається спад психічного напруження, у якому полонені перебували більшість часу [2, 3, 9, 11, 17].

З метою з'ясування, наскільки соціальний інтелект військовослужбовців трьох конституційних типів (ендоморфа, мезоморфа й ектоморфа за У. Шелдоном) [20], звільнених із полону, є запорукою ефективною адаптації до мирного життя, кожному з них пропонувалося розв'язати ряд задач, закодovаних у методиці Д. Гілфорда та М. Саллівена "Діагностика соціального інтелекту". У дослідженні соціальний інтелект визначався як здатність колишнього полоненого володіти кодами спілкування, декодувати думки, почуття, наміри іншої людини й відповідним чином регулювати поведінку щодо неї [21]. Належний його рівень забезпечує регуляцію дій і вчинків військовослужбовців, розуміння мовної продукції людини, а також її психомоторних символів (міміки, поз, жестів) [21].

Установлено, що такі риси військовослужбовця-ендоморфа, як доброзичливість, схильність до співчуття, високий рівень довірливості, привітність і поступливість після звільнення з полону зазнають суттєвих змін (рис. 1).

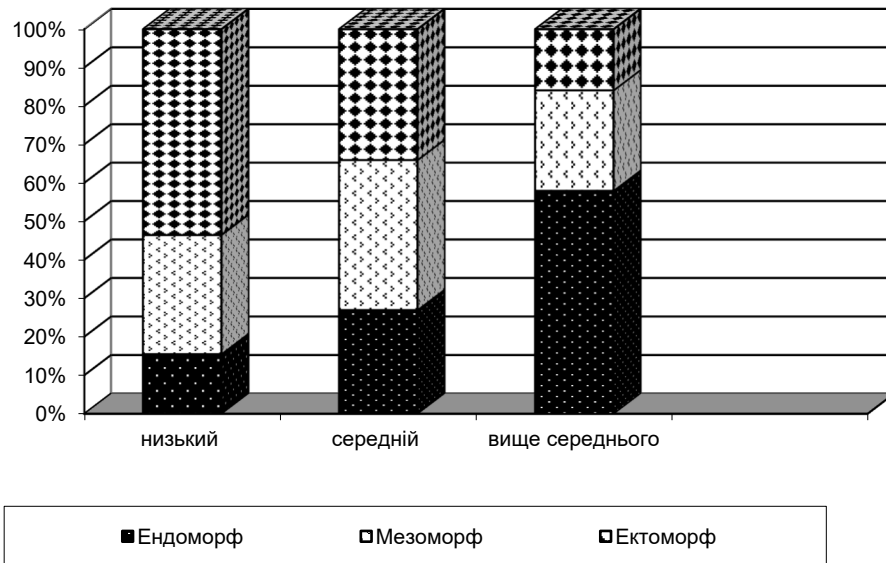


Рис. 1. Взаємозв'язок соціального інтелекту і конституційного типу особистості звільненого з полону військовослужбовця

Високий рівень емпатії ендоморфа нарівні з вище середнім рівнем соціального інтелекту, що притаманний 51 % досліджуваних осіб, робить їх досить вразливими. Спостерігаючи за ендоморфами із середнім (64 %) і вище середнього рівнем соціального інтелекту (51 %), виявлено, що їм найскладніше відмежуватися від свого минулого, оскільки їхній внутрішній світ зруйнувався в ту саму мить, коли вони потрапили в полон. Вдаючись до численних спроб раціоналізації пережитих моментів полону, володіючи образним, художнім мисленням, військовослужбовці тривалий час прагнуть

здолати "екзистенційний хаос" власної психіки. Водночас військовослужбовці-ендоморфи з низьким рівнем соціального інтелекту (17 %) до умов мирного життя адаптуються менш болісно, оскільки рідше вдаються до самоаналізу та рефлексії власного "Я".

Військовослужбовців мезоморфного типу з вище середнім (14 %) і середнім рівнем (56 %) соціального інтелекту вже через три-чотири тижні після повернення з полону виокремлює на фоні інших типів уміння справлятися зі складними життєвими ситуаціями, які вони прагнуть вирішувати поведінково через зміну світу навколо

себе. Водночас надмірна хоробрість, схильність до ризику, різноманітних авантур, а також прагнення домінувати будь-якою ціною, у них різко знижується. Військово-службовці-мезоморфи з низьким рівнем соціального інтелекту (30 %) тривалий час після звільнення з полону проявляють застрягаючий тип акцентуації характеру, досить потайливі у своїх почуттях і думках, на рівні з тривалим усамітненням подекуди проявляють вербальну агресію до рідних та близьких, що в подальшому переростає в особистий неспокій.

Високий рівень підозрілості, притаманний військово-службовцям-ектоморфам у повсякденному житті, кардинально загострюється після повернення з полону. Незалежно від рівня розвитку соціального інтелекту ектоморфи, адаптуючись до мирного життя, відчувають щоденну психічну напруженість. Постава таких осіб сигналізує про скутість. Виявлено, що військово-службовці-ектоморфи, старші 50 років і маючи середній рівень соціального інтелекту (19 %), значно швидше адаптуються до мирних буднів. Натомість досліджувані віком 21–38 років (24 %) більше часу проводять на самоті, досить потайні й здебільшого інтровертовані, не прагнуть нікого впускати в пережитий ними світ.

Переживання в полоні нарівні з набутих там досвідом зазвичай докорінно змінює особистість військово-службовця, що стає на заваді в порозумінні з рідними й близькими. Вони сповнені бажання повернути полоненого як втрачену частину власного життя та власного соціуму. Слід зазначити, що протягом перших днів і тижнів спілкування близькі особи відчувають розчарування у своїх очікуваннях, адже сам факт фізичного повернення військово-службовця ще не означає його повернення до звичного способу життя, що було до полону. Звільнення військово-службовця з полону є водночас кінцем і початком: закінчилися часи тортур і злиднів – розпочався час лікування та психологічного відновлення.

На етапі відновлення звільнені особи негативно сприймають родинну опіку, що може виражатись у роздратованості чи агресії [11]. Звільнений військово-службовець та його родина мають знову пройти шлях пізнання один одного. Має відбутися процес адаптації членів сім'ї до близької людини. Родина повинна оновити втрачені стосунки, звикнути та підлаштуватись один до одного. Поновлення вимагають і соціальні ролі, які протягом тривалого часу ними не виконувалися, як результат зазнали руйнівного впливу часу. Полон впливає і на розподіл обов'язків у сім'ї. Функції та обов'язки полоненого виконував хтось інший із членів родини. Після звільнення військово-службовця його сім'я очікує на повернення до виконання ним своїх соціальних ролей (чоловіка, батька, сина) та обов'язків (годувальника, захисника).

Зовнішнє середовище також значною мірою впливає на особистість колишнього військово-полоненого, адже надзвичайно різною є така переміна. Відчуваючи значну увагу до себе (що є частиною суспільного запиту), сім'я звільненого військово-службовця певний період часу вимушена підігравати очікуванням гостей і представників засобів масової інформації, аби задовольнити їхні очікування. У веденні такої гри родина відчуває свій обов'язок [10]. Протягом цього періоду звільнена особа може потай картати себе за нездатність демонструвати очікуваних від неї реакції.

Латентну загрозу військово-службовцю та його родині (на етапі полону) становить уявна ідеалізація їхнього майбутнього життя. Ідеалізація власних уявлень щодо подальшого спільного життя після звільнення виступає чинником, що апріорно завищує взаємні очікування. Вдавання у свідомості до "вигаданого життя" з людиною,

якої немає поруч, дає надію та відчуття щастя, водночас розмиває в пам'яті справжні риси її характеру. Об'єкт жадання подумки наділяється (ідеалізується) якостями, якими насправді не володіє. Такі дії є психологічною підтримкою допоки не мине розлука [2, 3, 5]. Після повернення військово-службовця додому наслідки "уявного життя" проявляються в завищеному рівні очікувань і спотвореному сприйнятті особистості. Зазвичай очікування родини не виправдовуються, оскільки з полону повертається зовсім "інша" людина. Різниця в "очікуваному" та "наявному" неодмінно призводить до певного розчарування і сімейних драм. Відновлення сімей після полону є соціально значущим і бажаним явищем. Відбудовування родинних стосунків доводиться розпочинати майже з нуля.

Градація осіб, звільнених із примусової ізоляції.

Згідно з аналітичним звітом за результатами роботи з особами, звільненими з примусової ізоляції у 2017-2018 роки, існує проблема "градації" таких людей. Коли перебування в ізоляції широко висвітлювалось у ЗМІ, після повернення до людини можуть ставитись і як до зрадника, і як до героя. У разі сприймання військово-полоненого як героя у нього може виникнути проблема "зірковості" [17]. При чому в перший час після повернення увага до такої особи є надмірною, їй надається різного роду допомога. Але з часом інтерес людей та ЗМІ до неї згасає, позаяк її матеріальний, психологічний стан зокрема не змінюється або може мати навіть негативну динаміку, і така особа однаково потребує кваліфікованої допомоги. Водночас зменшення уваги до колишнього полоненого призводить до поглиблення психологічних проблем.

Як **висновок** зазначимо, що неоголошеною стратегією поведінки полоненого стає розширення меж дозволеного. Сучасні методи психічного тиску в поєднанні з фізичними тортурами спроможні створити необхідне підґрунтя для його успішної індоктринації. За таких умов вважаємо за необхідне проводити підготовку військово-службовців до можливого потрапляння в полон та виживання у ньому з урахуванням зазначених вище ризиків і небезпек.

Звільнення з полону є лише первинним, багаторівневим етапом реадaptaції військово-службовця до мирного соціуму. Сам факт його фізичного повернення ще не означає повернення до звичного способу життя, що було до полону. Реінтегруючись в мирне середовище, колишній військово-полонений повинен по-новому вибудувати систему взаємин з оточуючими, йому слід допомогти відчувати себе знову здоровою, захищеною й цілісною особистістю. Комплекс заходів щодо реінтеграції колишніх військово-полонених до мирного життя в обов'язковому порядку має передбачати медичну підтримку і лікування, а також психологічну, соціальну та правову допомогу. Цей процес не минає безболісно. Родина, у яку повертається військово-службовець, так само потребує уваги й підтримки фахових психологів, як і сам військово-полонений. Запорукою успішного відновлення фізичного та психічного здоров'я особистості військово-службовця може стати кропітка праця тандему "психолог – родина". З плином часу військово-службовець повертається до повноцінного життя, надолужуючи активною діяльністю втрачений у полоні час. Перспективними напрямками подальших досліджень вважаємо визначення ефективних шляхів і методів психологічного впливу, спрямованих на відновлення оптимальної працездатності і формування у військово-службовця адекватної психологічної реакції на перебіг і наслідки перебування в полоні.

Список використаних джерел

1. Військова психологія та педагогіка: інноваційний підхід: підручник. У 2 ч. Ч. 1. Київ: НУОУ, 2012. С. 329–338.
2. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків: Клуб сімейного дозвілля, 2022. 159 с.
3. Шыробоків Ю. М. Теоретичні та прикладні аспекти психології військового полону: монографія. Харків: ТОВ "В СПРАВИ", 2020. 476 с.
4. Hoffmann E. Frame analysis: An essay on the organization of experience. New York, 2018. 752 p.
5. Bettelheim B. Individual and Mass Behavior in Extreme Situations. In: *Abnorm. Psychol.* Albany 38, 1943. P. 432.
6. Cohen E. A. Human Behavior in the Concentration Camp. London, 1954. P. 137.
7. Kral V. A. Psychiatric Observations under Severe Chronic Stress // *Amer. J. Psychiat.*, 1951. 108. P. 185.
8. Nardini J. E. Survival Factor in American Prisoners of War of the Japanese // *Amer. J. Psychiat.*, 1952. 109. P. 242.
9. Famine Disease in German Concentration Camps etc / P. Helweg-Larset, H. Hoffmeyer, J. Kieler et al. Copenhagen, 1952. P. 154.
10. Apalkov Vitalii. Black hole of captivity in the Universe of war // *Sci. J. of Polonia university periodyk naukovy akademii polonijnej*, 2021. Vol. 44, N 1. P. 9–16.
11. Асеев С. Світлий шлях. Історія одного концтабору. Львів: вид-во Старого Лева, 2020. 448 с.
12. Хміляр О. Ф. Психологія поведінки військовослужбовця в полоні: мат-ли наук.-практ. конф. // Застосування Сухопутних військ ЗС України у конфліктах сучасності. Львів: Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, 16 листопада 2017. С. 132-133.
13. Грейтенс Ерік. Стейкість: тяжко виборена мудрість для ліпшого життя. Харків: Фабула, 2021. 432 с.
14. Глуховський В. С. Мої спогади. Київ: Основа, 2008. 152 с.
15. Едвін Е. Двінгер. Армія за колючей проволокою. Дневник німецького військового полоненого в Росії 1915–1918 гг. Москва: ЗАО "Центрполиграф", 2004. 350 с.
16. Гойзенга Йоган. Людина граюча. Київ: Азбука-Аттикус, 2019. 400 с.
17. Реінтеграція та пост-ізоляційний супровід осіб, звільнених з примусової ізоляції: особливості роботи в умовах гібридної агресії: аналітичний звіт за результатами роботи з особами, звільненими з примусової ізоляції 27.12.2017 та 24.01.2018 (уточнений). Київ, 2018. 166 с.
18. Зімбардо Ф. Ефект Люцифера. Чому хороші люди чинять зло. 3-те вид. Київ: Yakaboo Publishing, 2019. 592 с.
19. Фромм Е. Людина для самого себе. Психоаналіз і етика. Київ: Yakaboo Publishing, 2019. С. 34–55.
20. Шелдон У. Аналіз конституціональних різниць по біографічеським даним. Психологія індивідуальних різниць: тексти, 1982. С. 252–261.
21. Хміляр О. Ф. Психологія символічної регуляції дій і вчинків особистості: монографія. Київ: ТОВ "Контекст Україна", 2016. 380 с.
22. Красницька О. В. Депривація військовослужбовців, які виконують завдання у відриві від основних сил та в умовах полону // *Вісн. Нац. ун-ту оборони України*, 2022. № 2(66). С. 50–63.
2. Frankl W. (2022). Man in search of true meaning. Psychologist in a concentration camp. Kharkiv: Family Leisure Club. 159 p. [in Ukrainian].
3. Shyrobokov Ju. M. (2020). Theoretical and practical aspects of the military captivity psychology: monograph. Kharkiv: CLO V SPRAVI. 476 p. [in Ukrainian].
4. Hoffmann E. (2018). Frame analysis: An essay on the organization of experience. New York. 752 p. [in English].
5. Bettelheim B. (1943). Individual and Mass Behavior in Extreme Situations. In: *Abnorm. Psychol.* Albany 38. P. 432. [in English].
6. Cohen E. A. (1954). Human Behavior in the Concentration Camp. London. P. 137. [in English].
7. Kral V. A. (1951). Psychiatric Observations under Severe Chronic Stress. In: *Amer. J. Psychiat.* 108. P. 185. [in English].
8. Nardini J. E. (1952). Survival Factor in American Prisoners of War of the Japanese. In: *Amer. J. Psychiat.* 109. P. 242. [in English].
9. Helweg-Larset P., Hoffmeyer H., Kieler J., Hess-Thaysen E., Hertel-Wulff M. (1952). Famine Disease in German Concentration Camps etc. Copenhagen. P. 154.
10. Apalkov Vitalii. (2021). Black hole of captivity in the Universe of war. Scientific journal of Polonia university periodyk naukovy akademii polonijnej. V. 44, nr. 1. P. 9–16.
11. Aseyev S. (2020). The bright way. The story of one concentration camp. Lviv: Staryi Lev Publishing House. 448 p. [in Ukrainian].
12. Khmiliar O. F. (2017). Psychology of serviceman's behavior in captivity. *Application of the Land Forces of the Armed Forces of Ukraine in modern conflicts: materials of scientific practice*. 1. conf., November 16, 2017. Lviv: National Academy of Land Forces named after Hetman Petro Sahaidachny. P. 132–133. [in Ukrainian].
13. Gracens E. (2021). Sustainability: hard-won wisdom for a better life. Kharkiv: Fabula. 432 p. [in Ukrainian].
14. Glukhovskiy V.S. (2008). My memories. Kyiv: Osнова. 152 p.
15. Edwin E. Dwinger (2004). Army behind barbed wire. Diary of a German prisoner of war in Russia 1915–1918 Moscow.: CJSC "Tsentrpoligraf". 350 p. [in Russian].
16. Goyzenga Johann (2019). The man is playing. Kyiv: Azbuka-Attikus. 400 p.
17. Reintegration and post-isolation support of persons released from forced isolation: features of work in the conditions of hybrid aggression. Analytical report on the results of work with persons released from forced isolation on December 27, 2017 and January 24, 2018 (updated). Kyiv, 2018. 166 p. [in Ukrainian].
18. Zimbardo F. (2019). The effect of Lucifer. Why good people do evil. The 3rd type. Kyiv: Yakaboo Publishing. 592 p. [in Ukrainian].
19. Fromm E. (2019). Man for himself. Psychoanalysis and ethics. Kyiv: Yakaboo Publishing. P. 34–55. [in Ukrainian].
20. Sheldon W. (1982). Analysis of constitutional differences in biographical data. Psychology of individual differences. Texts. p. 252-261.
21. Khmiliar O. F. (2016). Psychology of symbolic regulation of actions and deeds of personality: a monograph. Kyiv: Context Ukraine LLC. 380 p. [in Ukrainian].
22. Krasnytska O. V. (2022). Deprivation of servicemen who perform tasks in isolation from the main forces, and in conditions of captivity. *Bulletin of the National University of Defense of Ukraine*. № 2 (66). p. 50-63. [in Ukrainian].

References

1. Military psychology and pedagogy: an innovative approach: a textbook in 2 parts Part 1. (2012). Kyiv: NUOU. P. 329-338 [in Ukrainian].

O. Khmiliar, Dr of Sci. in Psychology, Prof.

hmiliar@ukr.net

ORCID ID 0000-0003-2693-1906,

V. Apalkov, adjunct Prof. of the Department of Social Sci.

Vitaliy-1979@ukr.net

ORCID ID 0000-0003-4318-2417

National Defense University of Ukraine named after Ivan Cherniakhovskiy, Kyiv, Ukraine

PSYCHOLOGY OF THE SERVICEMAN'S LIFE AFTER CAPTIVITY

We are waiting for the return of some people, but others are coming back
(From the experience of working with the servicemen)

Among all types of severe challenges, that servicemen have to face during war, captivity is experienced differently. By significantly undermining serviceman's health, narrowing his future prospects, injuring his psyche and leading to a severe mental, moral crisis, captivity dramatically changes the life of an individual. After supervising long-term reintegration and post-isolation support of people released from captivity, the author of the article reveals the peculiarities of readaptation and mental state of servicemen in the first four to five weeks, after being released from the captivity. It was found out, that the mere fact of a soldier's physical return to a peaceful environment does not signify his return to the usual way of living, which he had before the captivity. Particular attention is paid to the course of interpersonal conflict, undesired memories, which involuntarily activate the memory mechanisms of the former prisoners of war, subsequently generating and leading to re-traumatization. The article reveals the peculiarities of the family members' interaction with the personality of a former prisoner of war. In this context, it is highlighted how servicemen with different adaptive potential and individual-typological characteristics reintegrate into the society. The specifics of serviceman's behavior, whose actions in the mass media spotlight were outlined. For the first time, the interconnection between social intelligence and the three constitutional personality types of servicemen (endomorph, mesomorph and ectomorph) had been proven, which made it possible to determine the extent to which this relationship is the key to the effective adaptation to peaceful life of freed prisoners.

Keywords: prisoner of war, behavior, release from captivity, psyche of a prisoner of war, undesired memories, social intelligence, adaptation to freedom.