

Проценко Б.О.,
здобувач наукового ступеня доктора філософії,
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України;
психолог, Київський міський кризовий центр «Соціотерапія»
<https://orcid.org/0009-0004-4887-2673>

Старков Д.Ю.,
кандидат психологічних наук, науковий співробітник,
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України;
методолог, Київський міський кризовий центр «Соціотерапія»
<https://orcid.org/0000-0001-9220-8703>

Психологічні особливості корекції хімічних адикцій коморбідних зі стресовими розладами у ветеранів бойових дій

Анотація. Розглянуто проблему зловживання психоактивними речовинами ветеранів бойових дій і надано практичні рекомендації щодо психологічної роботи з ними. Виділяється дві групи зловживання ПАР – на фоні стресових розладів і первинну адикцію.

Ключові слова: розлади, пов'язані зі стресом, посттравматичний стресовий розлад, хімічна адикція, психоактивні речовини

Bohdan Protsenko,
PhD student, G.S. Kostiuk Institute of Psychology of NAES of Ukraine;
psychologist, Kyiv City Crisis Center “Sociotherapy”

Starkov D.Yu.
PhD in Psychology
Researcher of the Laboratory
of Modern Information Technologies of Education
G.S. Kostiuk Institute of Psychology
of the NAES of Ukraine
methodologist, Kyiv City Crisis Center “Sociotherapy”

Psychological specifics of chemical addictions correction comorbid with stress disorders in combat veterans

Abstract. The problem of substance abuse among combat veterans is considered and practical recommendations for psychological work with them are given. The author distinguishes two groups of substance abuse - on the background of stress disorders and primary addiction.

Keywords: stress-related disorders, post-traumatic stress disorder, chemical addiction, psychoactive substances

Військові дії на території нашої держави призвели до негативного впливу на психічне здоров'я населення. Щодо впливу стресу на цивільне населення можна користуватися звітами міжнародних організацій: так, відповідно звіту Управління Верховного комісара ООН у справах біженців, 14,6 млн. українців потребують гуманітарної допомоги та захисту за даними на початок 2024 р.

Щодо військовослужбовців, складно точно оцінити вплив бойових дій на цю групу через відсутність статистичних даних, але можна допустити, що ситуація складна. Виконуючи бойові завдання, військовослужбовці зазнають найбільшого психологічного тиску, знаходяться під постійною загрозою фізичного знищення чи каліцтва. Вочевидь, такі обставини призводять до значного збільшення психічних розладів, пов'язаних із впливом стресу, які можна умовно розділити на три підгрупи: розлади адаптації (РА), гострі реакції на стрес (ГРС) та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).

Однією з проблем психічного здоров'я ветеранів бойових дій є зловживання психоактивними речовинами (ПАР). За науковими даними, розлади, пов'язані зі стресом, мають високу коморбідність із зловживанням психоактивними речовинами (ПАР). Наведемо статистичні дані Київського міського кризового центру «Соціотерапія» (стаціонарна медико-психологічна реабілітація розладів, пов'язаних із стресом та психічною травмою) (Старков, 2023a). З червня 2022 по грудень 2023 на лікування поступило 116 військових з розладами пов'язаними зі стресом. У 58 (50%) осіб були наявні проблеми зі зловживання ПАР.

Також, на високий рівень зловживання ПАР серед людей з діагнозом ПТСР вказує американське керівництво DSM-5 (DSM-5, 2013). Korte та колеги у своїй праці вказують на високу коморбідність ПТСР з розладами зловживання психоактивними речовинами, яка за їх даними становить приблизно 35,8–46,0% (Korte, 2021).

Kelley та співавтори (Kelley, 2019) вивчали зловживання рецептурними опіоїдами та седативними ліками серед поранених ветеранів. Вони визначили, що військові ветерани, поранені в бою, є групою високого ризику, що схильні до психічних і фізичних розладів, які можуть посилюватись зловживанням рецептурними опіоїдами та седативними препаратами. Метою їх дослідження було вивчення поширеності та кореляцій зловживання рецептурними опіоїдами та седативними препаратами серед ветеранів, та військовослужбовців поранених у бою. Військові ветерани, поранені в бою, мають високий рівень зловживання опіоїдами за рецептом та седативними препаратами.

Наразі немає кількісних статистичних досліджень з проблеми зловживання ПАР ветеранами в Україні, однак на вагоме збільшення кількості військовослужбовців, що зловживають психоактивними речовинами в приватних бесідах звертають увагу як спеціалісти, що працюють з військовими, так і самі військові. Ймовірно, що ситуація в країні щодо проблем зловживання ПАР може погіршуватися. Основною групою,

що буде мати проблеми зловживання ПАР, очікувано будуть ветерани бойових дій. Тому перед спеціалістами з ментального здоров'я постає виклик у вигляді психо-поведінкових розладів, пов'язаних із зловживанням ПАР.

Виходячи з власного досвіду роботи з ветеранами бойових дій, що зловживають ПАР, можна розділити на дві умовні групи – на тих, хто мали проблеми зі зловживанням або вже сформоване uzалежнення до участі в бойових діях, і на тих, хто почав зловживати під час або після участі в бойових діях (Старков, 2023б).

Зловживання ПАР на фоні розладів пов'язаних зі стресом. У цьому разі зловживання ПАР є іманентним симптомом розладів пов'язаних зі стресом і психічною травмою, а зменшення чи припинення зловживання безпосередньо пов'язане з редукцією самого стресового розладу. Тобто для таких клієнтів провідною має бути саме травмофокусована психотерапія. Крім того, як засоби безпосередньої роботи зі зловживанням, працюють техніки виділення мотивів вживання ПАР і розвинення альтернативних копінгових стратегій задоволення цих мотивів. «Класична» профілактика рецидивів, що застосовується в терапії адикцій, для цих клієнтів майже недоречна.

Серед тих, хто почав зловживати під час або після бойових дій, основними речовинами вибору є (у міру поширення): алкоголь, канабіноїди, амфетаміни, синтетичні катіони, опіоїди (найчастіше налбуфін).

Найчастішими мотивами зловживання ПАР є (Старков, 2024):

- зняття тривоги (алкоголь, канабіноїди);
- подолання депресивних переживань (алкоголь, опіоїди, амфетаміни);
- уникнення спогадів (алкоголь, синтетичні катіони, опіоїди);
- налагодження сну (алкоголь, опіоїди);
- подолання агресії (канабіноїди, алкоголь);
- зняття больових симптомів (опіоїди, алкоголь, канабіноїди);
- подолання симптомів ангедонії, апатії, психічного виснаження (синтетичні катіони, амфетаміни).

Первинна хімічна адикція. Ядром мотивації вживання ПАР залишається гедоністичний мотив, а психічна травма стає додатковим виправдуванням зловживання. Загалом, ці клієнти достатньо цинічно ставляться до своїх симптомів ПТСР і спогадів про травму. Симптоми ПТСР є «дифузнішими», маємо набагато менше інтрузійної симптоматики. Однак у таких клієнтів через деякий час ремісії від вживання (від 1 місяця) ПТСР може значно загострюватися, що спричиняє повернення до зловживання.

Психотерапія таких клієнтів повинна бути спрямована первинно на терапію саме адиктивного розладу та включати компоненти мотиваційної роботи, профілактики рецидиву (зокрема, профілактику тяги до вживання ПАР), розвитку «тверезих» копінгів, спільноту підтримки тверезості.

Активне додавання травмофокусованої психотерапії необхідно через деякий термін тверезості (не менш ніж 1 місяць).

Ветерани бойових дій з первинною хімічною адикцією проявляють пролонговану (1 місяць і більше) постабстинентну симптоматику, що характеризується зниженням когнітивного функціонування та сплосненням емоційної сфери, включаючи алекситимію та емоційну тупість. На жаль, в такому стані ці пацієнти недоступні для травмофокусованої психотерапії, яка може ефективно працювати тільки після редукції постабстинентного стану (ПАС). Якщо такі пацієнти проходять терапію ПТСР в постабстинентному стані, вони не отримують від неї користі, до того ж, після редукції ПАС у них загострюється симптоматика ПТСР, разом з якою відбувається повернення до зловживання. Ветерани бойових дій, у яких зловживання ПАР є симптоматичним, не потребують такої первинної роботи з постабстинентним станом. Крім того, ветерани із симптоматичним зловживання не потребують особливих змін програми терапії ПТСР, та їх потяг до вживання зменшується з редукцією симптомів ПТСР.

У комбатантів з первинною хімічною адикцією потяг до вживання ПАР речовин мало залежить від посттравматичної симптоматики. Тому з такими пацієнтами в КМКЦ «Соціотерапія» проводиться додаткова індивідуальна робота з психотерапії адикцій. Головними компонентами такої роботи є:

- мотиваційна робота;
- робота з профілактики тяги до вживання;
- розвиток копінгів для ситуацій високого ризику;
- сімейне консультування;
- рекомендації щодо подальшої роботи з адикцією.

Важливою складовою роботи з хімічною адикцією є створення постреабілітаційної підтримки.

Психологічна робота у віртуальному просторі.

Виходячи з власного досвіду, можемо зазначити, що робота з двома зазначеними групами буде кардинально відрізнятися й у віртуальному просторі.

Група зловживання ПАР на фоні постстресових розладів загалом комплаєнтна роботі у віртуальному просторі та іншому дистанційному впливу. Надання рекомендацій щодо перегляду відеолекцій, матеріалів у мережі Інтернет, виконання вправ з віртуальним супроводженням зустрічає позитивний відгук, якщо раніше до цього проведено мотиваційну роботу та налаштовано контакт.

Головною характеристикою мотивації групи зловживання з первинною хімічною адикцією є амбівалентність – одночасна безконфліктна присутність мотивації до припинення вживання та його продовження. Ця група клієнтів не комплаєнтна до роботи у віртуальному просторі, потребує «живої» роботи з опорою на побудову стосунків, і континуальної

мотиваційної роботи (а не лише на першому етапі, як це є групою зловживання на фоні стресових розладів)

Список використаних джерел

1. Старков Д.Ю., Ярий В.В., Олішевський О.В. Організація стаціонарної медико- психологічної реабілітації розладів, пов'язаних з психічною травмою та стресом: науково-методичний посібник. Київ: ФОП Ямчинський О.В., 2023а. 136 с.

2. Старков Д.Ю. Хімічні uzалежнення в структурі ПТСР. *Організація соціально-психологічної реабілітації uzалежнених осіб: науково-методичний посібник / за ред., Старкова Д.Ю. Максимової Н.Ю.* Київ: 7БЦ, 2023б. Розділ 1, п.1.10. С. 221-235.

3. Старков Д.Ю., Проценко Б.О. Феноменологія хімічних адикцій у комбатантів. Віртуальний освітній простір: психологічні проблеми : XII Міжнар. наук-практ. інтернет-конф., 10 трав. - 10 черв. 2024 р. : тези допов. URL:

https://newlearning.org.ua/sites/default/files/tezy/2024/Starkov_Protzenko_2024.pdf (дата звернення: 09.10.2024).

4. Kelley ML, Bravo AJ, Votaw VR, Stein E, Redman JC, Witkiewitz K. Opioid and sedative misuse among veterans wounded in combat. *Addict Behav.* 2019 May;92:168-172. doi: 10.1016/j.addbeh.2018.12.007.

5. Korte K. et al. Epidemiology of Trauma and PTSD in Adults. *APA Handbook of PTSD: science and practice: 3-d ed / ed. by M.J. Friedman, P.P. Schnurr, T.M. Keane.* New York – London, NY: The Guilford Press, 2021. Chapter 4. P. 61-75.