



ПСИХОЛОГИЯ

Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2026. Т. 26, вып. 1. С. 45–54

Izvestiya of Saratov University. Philosophy. Psychology. Pedagogy, 2026, vol. 26, iss. 1, pp. 45–54
<https://phpp.sgu.ru> <https://doi.org/10.18500/1819-7671-2026-26-1-45-54>

EDN: KGETAO

Научная статья
УДК [316.6+159.923]:355.48(477+470+571)

Теоретико-методологические проблемы и решения в психологической работе с переживаниями событий специальной военной операции

С. В. Фролова

Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского, Россия, 410012, г. Саратов, ул. Астраханская, д. 83

Фролова Светлана Владимировна, доктор психологических наук, доцент, заведующий кафедрой общей и консультативной психологии, frolovasv71@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7830-7123>

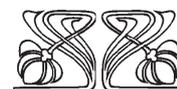
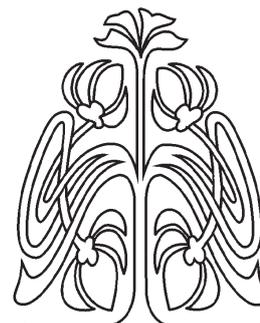
Аннотация. Во *введении* подчеркивается актуальность разработки теоретико-методологического фундамента для оказания психологической помощи в связи с переживаниями событий специальной военной операции (СВО). В разделе, описывающем специфику и типы переживания событий, связанных с ведущейся СВО, предложено их дифференцирование в зависимости от субъектной вовлеченности в СВО, степени терминальности переживания и содержания сущностно-экзистенциальных чувств. Анализ теоретико-методологических проблем оказания психологической помощи в связи с переживанием событий СВО посвящен раскрытию наиболее остро стоящих научных и мировоззренческих вопросов, касающихся поиска смысла жизни, решения противоречий между личностными и общественными интересами, оценкой нормативности просоциально-терминальных видов поведения, а также построения модели уровневой системной организации личности и процессов саморегуляции в условиях совладания с экстремально трудными жизненными ситуациями. Пути решения теоретико-методологических проблем оказания психологической помощи в связи с переживанием событий СВО, предлагаемые в статье, связаны в первую очередь с обращением к философской психологии С. Л. Франка и психотехническому потенциалу системной концепции психодрамы Я. Л. Морено. В *заключении* подводятся итоги анализа теоретико-методологических проблем и путей их решения в психологической работе с переживаниями событий СВО.

Ключевые слова: терминально-экзистенциальные переживания, специальная военная операция (СВО), экстремально-экзистенциальные ситуации, просоциально-терминальные виды поведения, философская психология С. Л. Франка, низшая самость, высшая самость, логотерапия В. Франкла, теория ролей и психодрамы Я. Л. Морено, духовно ориентированная ментальная интра-психодрама

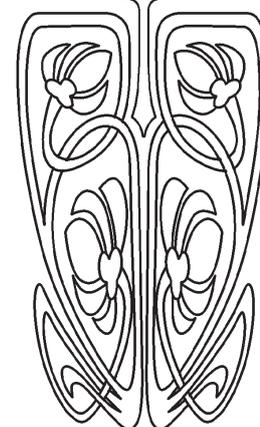
Для цитирования: Фролова С. В. Теоретико-методологические проблемы и решения в психологической работе с переживаниями событий специальной военной операции // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия. Психология. Педагогика. 2026. Т. 26, вып. 1. С. 45–54. <https://doi.org/10.18500/1819-7671-2026-26-1-45-54>, EDN: KGETAO

Статья опубликована на условиях лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International (CC-BY 4.0)

© Фролова С. В., 2026



НАУЧНЫЙ
ОТДЕЛ





Article

Theoretical and methodological problems of psychological support for coping with events of the Special Military Operation and their solutions

S. V. Frolova

Saratov State University, 83 Astrakhanskaya St., Saratov 410012, Russia

Svetlana V. Frolova, frolovasv71@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7830-7123>

Abstract. The *introduction* highlights the topicality of theoretical and methodological basis for providing psychological support for coping with events of the Special Military Operation. The section that describes *characteristics and types* of overcoming events of the ongoing Special Military Operation suggests their differentiation depending on subject involvement in the Special Military Operation, degrees of terminality of experience and the matter of essential existential feelings. *The analysis of the theoretical and methodological problems of psychological support for coping with events of the Special Military Operation* aims at the most urgent scientific and ideological issues of searching for meaning in life, solving contradictions between personal and social interests, assessing normativity of prosocial terminal behavior types, and designing the model of hierarchical systemic organization of a personality and self-regulation processes in the conditions of coping with extreme life situations. *The ways of tackling theoretical and methodological problems of psychological support for surviving events of the Special Military Operation* given in the article are in the first place, connected with S. L. Frank's philosophical psychology and psychotechnical potential of J. L. Moreno's psychodrama. The *conclusion* provides the results of the analysis of theoretical and methodological problems of psychological support for coping with events of the Special Military Operation and their solutions.

Keywords: terminal existential feelings, the Special Military Operation, extreme existential situations, prosocial terminal behavior types, S. L. Frank's philosophical psychology, lower self, higher self, V. Frankl logotherapy, J. L. Moreno's role theory and psychodrama, spiritually oriented mental intra-psychodrama

For citation: Frolova S. V. Theoretical and methodological problems of psychological support for coping with events of the Special Military Operation and their solutions. *Izvestiya of Saratov University. Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 2026, vol. 26, iss. 1, pp. 45–54 (in Russian). <https://doi.org/10.18500/1819-7671-2026-26-1-45-54>, EDN: KGETAO

This is an open access article distributed under the terms of Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC-BY 4.0)

Введение

Актуальные проблемы оказания психологической помощи ветеранам боевых действий, их семьям и всем значимо переживающим события, связанные со специальной военной операцией (СВО), сопряжены не только и не столько с дефицитом готовых апробированных методов практической работы с ситуациями, с которыми ранее специалисты не имели дела [1–3], сколько с потребностью сегодняшнего дня в построении базовой теории и фундаментальной методологии мировоззренческого уровня для организации профессиональной деятельности психологов, призванной решать не возникавшие ранее экзистенциальные задачи поиска смыслов и способов жизни в условиях, подвергающих рискам нарушения стабильности сложившуюся идентичность человека и требующих задействования резервных возможностей психики.

Построение теоретико-методологической основы для оказания помощи в экстремально трудных, терминально значимых (пределно, крайне важных для продолжения жизни человека в целом) ситуациях осложняется еще и тем, что консультативная психология до сих пор вовсе не имела общего объединяющего фунда-

мента. Начавшаяся СВО с особой значимостью обострила научно-психологическую проблему, которую М. А. Гулина и Ю. П. Зинченко обозначили как давно назревшая необходимость перехода «от практикования психологического консультирования – к концептуализации накопленного опыта и формированию новой психологической дисциплины с ее собственными теоретическими и методологическими основаниями» [4, с. 7].

Специфика и типы переживания событий, связанных с ведущейся СВО

Переживания в связи с различными ситуациями и событиями СВО становятся присутствующими не только участникам и ветеранам боевых действий, и членам их семей и близким, но также пострадавшим от террористических актов и угроз, очевидцам трагических происшествий, всем, кто глубоко сочувствует напряженной службе, тяготам бойцов на передовой и страдает людям, потерявшим свой дом, своих родственников.

Типы переживания могут различаться в зависимости от субъектной вовлеченности в СВО: характерные для 1) участников боевых действий; 2) их родственников и близких;



3) пострадавших от террористических актов; 4) их очевидцев; 5) деятельно страдающих и помогающих волонтеров; 6) глубоко сочувствующих тем, кто принял на себя различные испытания в ходе ведущейся СВО.

По степени терминальности (значимости для жизни в целом) переживания могут разделяться на: ожидания возможной угрозы для себя, близких или малознакомых людей; совладания с тяжелыми последствиями событий СВО для себя, здоровья близких или знакомых людей; перенесение утрат и потерь. По характеру и содержанию психоэмоциональных реакций и вырабатываемых форм психологических отношений к воспринимаемым и переносимым событиям СВО типов переживаний может существовать бесчисленное множество. Однако консультативная и психотерапевтическая практика способствует выделению наиболее часто встречающихся сущностно-экзистенциальных (определяющих главное психологическое отношение человека к жизненным обстоятельствам) переживаний. Среди них можно особенно выделить переживания экзистенциального страха смерти, чувств «экзистенциальной вины» [5, с. 145], экзистенциального одиночества и экзистенциальной несвободы, потери прежнего или обретения нового смысла жизни и даже трагического оптимизма [6]. Так, например, участники боевых действий в связи с происходящими событиями могут переживать экзистенциальный страх смерти или обретать новый смысл жизни, а также испытывать длительно не покидающее чувство вины, например, вины перед погибшими.

Чувство вины вместе с тревогой и беспомощностью могут испытывать и те, кто непосредственно не вовлечен в события СВО, но включает себя в них эмоционально и нравственно, страдает другим людям. Причем такая косвенная вовлеченность в события, непосредственно происходящие с другими, может также сопровождаться различными психоэмоциональными и психосоматическими симптомами, например, такими как нарушение сна, расстройство привычной профессиональной или учебной деятельности.

Переживание вины как одной из форм принятия на себя ответственности за происходящие события может служить проявлением механизма интернального локуса контроля для возвращения себе возможности управления собственной жизнью и совершаемыми действиями. Однако адаптивная, здоровьесохраняющая ин-

тернальность в случае экстремальных, трагических и травматических событий, как заметили А. А. Реан и Я. Л. Коломинский, имеет сложную структуру и в части рассмотрения причин произошедшего должна включать в себя аспекты «экстернальности» [7, с. 102], служащие причиной того, что не все может зависеть от человека.

Несмотря на различные варианты переживаний, участники боевых действий, члены их семей и все различным образом вовлеченные в события специальной военной операции сталкиваются с тяжелейшими угрозами для жизни, задействующими резервные возможности психики, перегружающими адаптационные психологические и физиологические возможности человека, разрушающими спокойный, привычный образ жизни и подрывающими психологическую защиту личности. Переживания, вызванные такого рода объективно угрожающими жизни факторами, классифицируются как «психотравматические» [8, с. 21], способные запускать «травматический стресс – стресс высшей категории» [9, с. 19], и последующие посттравматические стрессовые расстройства. Совладание с такого рода экстремально-экзистенциальными ситуациями уже само по себе сопоставимо с героическими поступками.

Однако в ряде психотерапевтических подходов героические поступки, жертвенные и альтруистические формы поведения расцениваются диаметрально противоположно. Встречаются даже варианты обесценивающего рассмотрения героической жертвенности с позиции доминирующего гедонизма и болезненного вреда самозапрета на получение удовольствий, а также в контексте идеи борьбы за биологическое выживание индивида и его терминального проигрыша в случае отказа от приоритета самосохранения. Такие методологические установки создают существенные проблемы при оказании психологической помощи значимо переживающим не только героические, но и трагические события, связанные с ведущейся СВО. И эти проблемы требуют более детального анализа и поиска их решения.

Анализ теоретико-методологических проблем оказания психологической помощи в связи с переживанием событий СВО

К основным теоретико-методологическим проблемам оказания психологической помощи в связи с переживаниями событий СВО мож-



но отнести наиболее остро стоящие научные и мировоззренческие вопросы, касающиеся: 1) поиска смысла жизни; 2) решения ключевой задачи социальной психологии – о соотношении личностных и общественных интересов; 3) объяснения и интерпретации просоциально-терминальных (альтруистических, жертвенных, героических) видов поведения; 4) определения уровневой системной организации личности и процессов ее развития, саморегуляции и самодетерминации в условиях совладания с экстремально трудными жизненными ситуациями для последующей разработки соответствующей модели оказания многоуровневой психологической помощи.

Вопросами о смысле жизни в психотерапевтических изысканиях главным образом задаются представители экзистенциального подхода. Решаются они достаточно разнообразными и противоречивыми способами. Так, согласно главному принципу экзистенциальной философии Жан Поль Сартра и психотерапевтическим взглядам его последователей, в жизни нет никакого присущего ей смысла, «люди ответственны за создание собственного смысла и за то, что они делают из себя сами» [цит. по: 10, с. 86]. Маловероятно, что для человека, оказавшегося в экстремально трудной жизненной ситуации, принятие идеи о создании своего смысла жизни как заведомо чего-то мифического и фиктивного, придуманного им самим, возобладает психотерапевтическим, протективно действующим эффектом в мобилизации необходимых внутренних сил.

От того как решается в психотерапевтической теории вопрос о соотношении личностных и общественных интересов, зависит и исходное отношение к просоциально-терминальным, альтруистическим, жертвенным, героическим поступкам. Биологизаторски ориентированная методология психоанализа, постулирующая неизбежность конфликта между потребностями личности и интересами общества, рассматривает любые героические поступки, подвиги, жертвенные формы поведения как проявления невроза.

Базовые принципы гештальттерапии исходят из положения о первичности «удовлетворения биологических потребностей» индивидом [10, с. 128], стремящимся развивать в себе самостоятельность и независимость. В качестве результата такого рода саморазвития часто оказывается гипер-самостоятельный, нередко переживающий чувство одиночества индивид.

Вполне очевидно, что как психоаналитическое, так и гештальттерапевтическое мировоззрение специалиста-психолога, могут создавать серьезные барьеры в развитии психотерапевтических отношений и процессов в работе с участниками боевых действий, членами их семей и всех вовлеченных в события СВО.

Личностно-центрированный подход, основанный К. Роджерсом, также таит в себе методологические противоречия, ставя индивида в центр социальной среды, обслуживающей его эгоцентрически замкнутое на себе, стремящееся самоактуализироваться «организмическое Эго» [цит. по: 5, с. 45]. Методология самоактуализации и самореализации индивида без решения вопросов «зачем», «для кого» или «для чего» беспочвенна.

Бихевиористический и когнитивистский подходы в психотерапии, несмотря на созданные многочисленные психотехнические инструменты обеспечения внутренних психических преобразований человека, лишены четко выстроенной теории личности. Бихевиористическая модель оказания помощи направлена на выработку новых поведенческих привычек и, по сути, лишает человека права на душевные переживания, творческие интерпретации событий и поиски жизненного смысла. Когнитивный подход сосредоточен на обнаружении операциональных логических ошибок в убеждениях, не опускаясь до энергетических оснований переживаний и поступков и не поднимаясь до ценностно-смысловых образований личности.

Одна из самых серьезных сложностей современной психотерапии связана с недостаточной разработанностью теории личности. Как было замечено Дж. Прохазкой и Дж. Норкроссом, одни психотерапевтические подходы делают акцент на «теории личности», другие – на «технологии процесса» оказания помощи [10, глава 1, с. 27]. Но даже те модели, которые берут за основу теоретические положения о строении и функционировании личности, как правило избирательно ориентированы на описание изолированно рассматриваемых психических симптомов или социально-психологических феноменов, а не динамики целостной личности.

Проблема системной организации личности, ее функциональной структуры, пожалуй, является до сих пор одной из глобальных и фундаментальных проблем современной психологии. Попытки предложить иерархическую структуру души человека известны в философ-



ском прошлом психологии, начиная еще с Платона и Аристотеля [цит. по: 11, с. 45–64]. Однако тогда не существовало еще самого понятия личности. Иерархическая структура психики человека была предложена, но вскоре почти совсем забыта, в одной из первых теорий личности, созданной американским психологом У. Джемсом. Подразумеваемая под личностью эмпирическое Я человека, он полагал целесообразным выделять в ней «физическую, социальную и духовную части», определив последнюю составляющую в качестве главенствующей над двумя другими [12, с. 81–85, 92–94]. К сожалению, это общее теоретическое положение не было далее более содержательно и детально проработано ни в трудах У. Джемса, ни его последователей.

Психоаналитические положения З. Фрейда о структуре психического аппарата, сформулированные фактически в то же самое время, что и идеи Джемса, в начале XX в., сосредоточены больше не на решении проблем системной организации, управления и развития личности, а на вопросах перераспределения между ее структурными сознательными и бессознательными компонентами сексуализированной энергии либидо для поддержания функционально адаптивного состояния.

В психодинамической теории личности А. Адлера, введившем новую «личностную силу – творческое “Я”», способное менять судьбу человека путем переинтерпретации жизненных событий, – осуществляется фактически революционный сдвиг в решении общеметодологического принципа детерминизма [цит. по: 11, с. 356]. Однако системность внутриличностного управления поведением и развитием психических свойств все еще оставался открытым. Идея о психологическом детерминизме становится основой для построения гуманистических теорий личности Г. Олпорта, А. Маслоу, К. Роджерса. Но вопросы структурной организации личности и в этих теориях сводятся максимум к перечислению набора всевозможных личностных свойств, черт и их операционализации. Такой подход, один из наиболее доминирующих как в прошлом веке, так и сегодня, А. В. Петровский и М. Г. Ярошевский назвали «коллекционерским» [13, с. 223].

В 70-е гг. XX в. в российской психологии внимание стало смещаться в сторону системного подхода, который стали представлять теории, либо дифференцирующие индивида и личность, биологическое и социальное в человеке, либо

выделяющие отдельные, но взаимосвязанные подсистемы личности. Одна из наиболее всеобъемлющих моделей психики человека создана в теории В. Н. Мясищева, рассматривающая личность как систему психологических отношений человека к миру и к самому себе [14]. Несмотря на масштабную и одновременно глубокую детальную проработку, и эта теория не решила все сложные задачи уровневой иерархической организации личности.

Одним из появившихся в последнее время направлений в психологии стала мультисубъектная персонология, описанная в работах В. А. Петровского. Личность в этом новом подходе стала пониматься как полифоничное «единоногие Я как республика..., но не монархия» различных субъектов в структуре личности [15, с. 186, 187]. Вопросы самоуправления и самоорганизации, а также соотношения личных и социальных интересов в такой мультисубъектной персонологической модели по-прежнему остаются открытыми и не решенными.

Перечисленные теоретико-методологические проблемы создают серьезные ограничения при оказании помощи участникам боевых действий СВО, членам их семей, а также всем, кто сталкивается с экзистенциальными проблемами переживания различного рода утрат (потери близких, прежнего места жительства, чувства целостной личностной идентичности, прежних жизненных смыслов, привычных поведенческих стереотипов) или постановки новых целей в жизни, диктуемой резкими и внезапными изменениями обстоятельств. И в этой связи встают новые задачи поиска способов разрешения существующих проблем и отстраивания теоретической и методологической системы психотерапии, позволяющей совладать со сложными актуальными экзистенциальными вызовами в жизни современного человека.

Пути решения теоретико-методологических проблем оказания психологической помощи в связи с переживанием событий СВО

Как это не удивительно, но пути решения выше обозначенных основных теоретико-методологических проблем оказания психологической помощи при переживаниях событий СВО, можно обнаружить в философской психологии Семена Людвиговича Франка (1877–1950) [16], начало которой было положено уже более 100 лет назад.



Исходным в преодолении комплекса противоречий между личностным и социальным, «хочу» и «должен», свободой и несвободой, одиночеством и единением с другими является понимание личности в учении С. Л. Франка. Истинная личность понималась им как достигшая в своем формировании структура психической, душевной, жизни уровня высшего, над-индивидуального, «сверх-субъектного, духовного Я» [17, с. 254], служащего управляющей и регулирующей силой в проявлениях двух других нижележащих Я: низшего, бесформенного Я, состоящего из страстей и неспособных к самоорганизации хаотичных желаний; и индивидуально-обособленного «сверхчувственно-волевого Я», наделенного возможностями познания окружающего предметного мира и осознания своей отличительности и отдельности от других [16, с. 166].

Высшее Я – это вершина развития психической, душевной, жизни человека, его переход на духовный уровень существования, соединяющий в сопереживаниях с высшими Я других людей. Уровень формирования высшего Я характеризуется сложными значимыми (гораздо более весомыми, чем чувство собственного обособленного эгоистического Я) переживаниями, такими, как чувство зова совести; чувство своего предназначения; чувство высшего, святого, долга, нераздельно связанное с желанием его неперемогимого исполнения; стремление соприкоснуться с Непостижимым Божественным, позволяющее стремиться к преодолению собственного несовершенства; осуществление внутреннего выбора в пользу веры в существование абсолютного смысла своей жизни и борьбы за этот смысл в самых тяжелых испытаниях. Формирование высшего Я достигается путем погружения в самую глубину своей душевной жизни и одновременно через самотрансцендирование за пределы своего замкнутого на себе эгоистического и эгоцентрического Я. Становление духовного Я может быть сопряжено с развитием религиозного сознания, с глубокой верой в Бога, но также возможно и в ходе формирования нравственного самосознания человека. На этот путь может ступить и человек, считающий себя атеистом, но прислушивающийся к голосу совести, осмысливающий категории непостижимого, переживающий опыт самотрансцендирования в заботе о других людях или посвящении себя творческому делу, поднимающийся над узколичностными интересами.

В отличие от мультисубъектной персонологии, такая модель личности описывает ее как целостность, сформированную иерархическими отношениями трех основных сфер, относящихся к разным уровням системной организации. Одним из базовых свойств психического, позволяющих достигать личностной целостности, является способность целестремительности, самоформирования и самоорганизации. Управление психической жизнью на низших уровнях берут на себя способности более высокого уровня. Самым мощным потенциалом управления, организации и самоформирования обладает уровень высшего Я.

Представление о сложной, иерархической системной организации личности с вершинным Я, характеризующимся над-индивидуальным сознанием и руководствующимся не эгоистическими желаниями, а потребностями быть признанными к чему-то выходящему за пределы своего ограниченного обособленного индивидуального Эго, не разделяет человека с другими индивидами и не противопоставляет его обществу. Личность с развивающимся вершинным Я нуждается в других людях не для того, чтобы использовать их для удовлетворения своих ограниченных частных интересов, а для того, чтобы становиться нужной в развитии их высших Я, постоянно расширяя круг своего внимания и спектр сознания. Личность, достигшая главной ступени в своем развитии, умеет управляться со своей низшей гедонистической самостью, поскольку в ней со всей полнотой начинает актуализироваться ее высшая самость. Вопрос о жертвенных просоциальных формах поведения как об отказе от своей самости в пользу других, таким образом, сам по себе снимается.

За всеми личностно-психическими актами духовного самотрансцендирования, такими, как поиск своего предназначения, переживание чувства высшего долга, следование голосу совести, посвящение себя делу, к которому призван, вера в Бога, стоит, как отмечал С. Л. Франк, способность стремления к расширению поля сознания, всецело включенного в восприятие бесконечной перспективы бытия. Такое сопереживающее расширение сознания является ключевым критерием здорового функционирования психики. В противоположность этому, как писал Франк, «основной признак помешательства есть не расширение нормального горизонта бытия, а, напротив, его искусственное сужение» [18, с. 158]. Скорее, ограниченность человека своими



гедонистическими потребностями и фиксация на эгоистических целях будут являться потенциальными рисками психического нездоровья, чем его просоциальная направленность, альтруистические формы поведения и героические поступки.

Важный и очень весомый психотерапевтический потенциал для решения вопроса о смысле жизни содержится в экзистенциальной теории логотерапии Виктора Франкла, прошедшего жестокие испытания узника концентрационных лагерей. В его учении решалась проблема поиска смысла жизни в самых тяжелых обстоятельствах. Одним из положений «трагической триады» В. Франкла является утверждение о том, что никто не застрахован от страданий, но, даже проживая их, человек может найти свой смысл жизни [19, с. 41]. Согласно логотерапии Франкла, потребность в смысле жизни является врожденной, и смысл жизни существует, его только нужно найти, выйдя за пределы собственного Я благодаря самотрансцендированию. Человек может обрести смысл жизни в творчестве, работе, созидании или в посвящении своей жизни близким людям, в любви и сострадании. Если обстоятельства настолько трудны, что не позволяют найти смысл в ценностях творчества и переживания, то тогда человек может обрести смысл, найдя особое отношение к этим обстоятельствам и к самому себе в них. Итак, по В. Франклу, смысл жизни ищется за пределами самого себя благодаря самотрансцендированию. В учении С. Л. Франка приводятся обоснования идеи о существовании абсолютного смысла жизни каждого человека, конечные доказательства которого лежат в области непостижимого. И именно благодаря этому человек может осознать свою истинную свободу, заключающуюся в дарованной ему возможности самому сделать выбор в пользу веры в существование абсолютного смысла своей жизни. Для С. Л. Франка важен не столько поиск смысла жизни, сколько внутренняя борьба за него как «за саму жизнь, за сохранение личности» [16, с. 213].

Такая системная иерархическая, уровневая модель организации личности и всей психической – душевной (в терминологии С. Л. Франка) – жизни позволяет соотносить ее с теоретическими представлениями о различных уровнях психики и выстраивать в психотерапии и психологическом консультировании работу не только с отдельными психофизиологическими

состояниями, но и с высшими психическими функциями. Заметим, что в российской школе клинической психологии Б. В. Зейгарник, опирающейся на идеи Л. С. Выготского о сложной природе психики и о ее высших функциях, как социальных и культурно-исторических по своему происхождению, любое личностное психическое явление (в том числе и в меняющихся условиях возникающей экстремальной ситуации, кризиса или болезни) рассматривается как иерархическая функциональная система [20]. Она включает низший – психодинамический (психофизиологический) – уровень, отвечающий за силу, энергию, интенсивность, темп и сбалансированность психической деятельности; средний – инструментально-операциональный – уровень, связанный с осуществлением отдельных когнитивных процессов и аффективных функций психики; и высший – мотивационно-управленческий – уровень, организация деятельности которого обеспечивается сформированным ценностно-смысловым ядром личности. Смыслы, цели и организация любой психической деятельности, в том числе, связанной с совладанием с экстремально-трудными жизненными ситуациями, определяется именно этим высшим уровнем личностного функционирования.

Этой системной модели функционирования психики соответствует и предложенная Б. С. Братусем концепция уровнево-типологического рассмотрения здоровья человека в зависимости от уровневой организации бытия человека. Согласно его концепции выделяются три уровня здоровья человека: низшая ступень – психофизиологическое здоровье, обусловленное особенностями нейрофизиологической организации психической деятельности; промежуточная, средняя ступень – индивидуально-психологическое здоровье, зависящее от когнитивной деятельности, обеспечивающей использование адекватных, адаптивных способов достижения операциональных целей; и высшее, личностное здоровье человека, зависящее от развития нравственного самосознания и позволяющее регулировать социальное поведение человека [21].

Уровневое представление о личности может значительно плодотворно сказываться на построении теории психотерапевтического процесса и его более четкой организации. Для работы с симптоматикой расстройства каждого из уровней организации личности могут быть применены и разработаны соответствующие



ющие методы и инструменты: 1) для низшего психодинамического уровня психической организации – психотехники регуляции психофизиологических процессов и состояний; 2) для инструментально-операционального уровня восприятия и осмысления действительности, осознания себя и отстраивания своей идентичности – психотехники управления когнитивными операциями, аффективными состояниями и поведенческими привычками; 3) для формирования ресурсов и способностей высшего, духовно-нравственного уровня личности – сложные методы ценностно-смысловой самоорганизации, самопреодоления и само-трансцендирования, построения жизненных стратегий и перспектив.

Для работы с симптомами нарушения функционирования психики на психофизиологическом уровне разработано, апробировано и накоплено достаточно большое количество психотехнического инструментария. В первую очередь, это всевозможные методики снятия психофизиологического напряжения, психомышечной релаксации, использования языка тела. В работе с операционально-инструментальным уровнем могут использоваться разнообразные когнитивные, поведенческие и эмоционально ориентированные психотехники, способствующие выработке новых полезных навыков. Например, психотехники критической проверки обоснованности используемых в значимых жизненных ситуациях и межличностных отношениях убеждений, психотехники репетиции поведения, приемы выражения и высвобождения чувств, методики, направленные на вызывание катарсической разрядки, снижающие проявления алекситимических комплексов и т.п.

Решение задач ценностно-смысловой регуляции, относящейся к высшему личностному уровню, может осуществляться при помощи специально разработанных методов логотерапии В. Франкла, патогенетической психотерапии, заложенной В. Н. Мясищевым, способной охватить вниманием всю систему психологических отношений личности к миру и к самой себе. Психотерапевтически важным в работе с ценностно-смысловым, духовно-нравственным уровнем личности могут являться использование и дальнейшая разработка такого системного метода, как психодрама, предложенная Я. Л. Морено [цит. по: 22]. Данный психотерапевтический инструментарий опирается на целый комплекс теорий, одной из которых

является системная теория ролей Я. Л. Морено. Система ролей включает в себя весь спектр уровневое личностное развитие: роли психосоматические, или психофизиологические, роли эмоционально-психологические, отражающие разнообразные поведенческие, эмоциональные и когнитивные репертуары, проигрываемые человеком изо дня в день, из ситуации в ситуацию, роли социальные и, наконец, роли «самотрансцендентные», духовные [22, с. 115], переживание которых призвано способствовать поиску ответов на самые главные и острые экзистенциальные вопросы в жизни человека.

В последние годы нами разрабатывается метод духовно ориентированной ментальной интра-психодрамы, в которой центральным предметом разворачивающейся представляемой внутренней экзистенциально-трансцендентной игры становится сложный и потенциально иерархически непротиворечиво устроенный мир душевной жизни личности. Учитывая специфику уникальности каждой личности и ее жизненного пути и руководствуясь принципом психотерапевтической экологичности, такая психодраматическая работа выстраивается как представляемая психодрама, как внутренний диалог клиента с самим собой, с элементами своей богатой личностной структуры, осуществляемый при профессиональном сопровождении специалиста-психолога.

Теория и методология данной психотерапевтической модели опирается на идеи психологии духовности С. Л. Франка, системную теорию психодрамы и теорию ролей Я. Л. Морено, концептуальные положения о регулирующей функции ментальных образов представления, сформированные А. А. Гостевым [23]. В операционально-психотехническом плане данный разрабатываемый нами метод опирается также на накопленный эмпирический опыт эффективного использования в психологической практике технологии нейролингвистического программирования, эмоционально-образной терапии Н. Д. Линде [24], приемов управления вниманием, создания чувственных образов и словесных формул внушения, аутотренинговых методик саморегуляции.

Заключение

СВО обострила проблему главного на данный момент для консультативной психологии – отсутствие общей, системной теории



и фундаментальной методологии – и показала ее прежнюю недостаточную состоятельность.

Перед специалистами-психологами возникают новые задачи оказания психологической помощи в связи с различными типами переживаний событий СВО, присущих участникам боевых действий и членам их семей, пострадавшим от террористических актов и угроз, очевидцам трагических происшествий, и всем, кто глубоко сочувствует принявшим на себя различные испытания, замечает изменения в собственном мироощущении и пытается по-новому выстроить свою жизнь, профессиональную деятельность и внутриличностную организацию в целом.

Осуществление этих профессионально-психологических задач сопряжено с необходимостью преодоления теоретико-методологических проблем, связанных с поиском ответов на научные и мировоззренческие вопросы, касающиеся поиска смысла жизни, определения приоритетов в соотношении личностных и общественных интересов, объяснения ресурсов и рисков просоциально-терминальных, альтруистических, жертвенных, героических, видов поведения, понимания системной уровневой организации личности и отстраивания сложной многоуровневой помогающей деятельности.

Пути решения этих проблем позволяют обнаружить идеи о развитии личности и психологии духовности, заложенные в философской психологии С. Л. Франка, теории и богатый накопленный опыт логотерапии В. Франкла, положения о сложной природе психики и о ее высших функциях, как социальных и культурно-исторических по своему происхождению, разработанные в научной школе Л. С. Выготского и его учеников, уровнево-типологическая модель здоровья человека, предложенная Б. С. Братусем, психотерапевтическая система теории психодрамы и теории ролей Я. Л. Морено, концептуальные представления о регулирующей и программирующей функциях образов. Синтез этих теоретических и методологических источников позволяет начать разработку такой системной многоуровневой психотерапевтической модели оказания психологической помощи, как духовно ориентированная ментальная интра-психодрама.

Список литературы

1. Грунина Т. А. Реабилитация военнослужащих, участников СВО. Клинико-психологический аспект // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. 2024. № 1. С. 17–20. EDN: UTTNRI
2. Малюченко Г. Н. Методика «СЛИР (БВ)»: Сопровождение личностных изменений в реадaptации боевого ветерана : учебно-методическое пособие. Саратов : Саратовский источник, 2025. 105 с.
3. Шереметьева И. И., Строганов А. Е., Кандрин Н. В., Кулешова Е. О. Оценка эффективности метода БОС и трансдраматической психотерапии в комплексном лечении невротических расстройств в условиях специальной военной операции (СВО) // Психиатрия. 2024. Т. 22, № 3–2. С. 179–180. <https://doi.org/10.30629/2618-6667-2024-22-3-2>
4. Гулина М. А., Зинченко Ю. П. Консультативная психология. СПб. : Питер, 2018. 336 с.
5. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. СПб. : Питер, 2001. 464 с.
6. Андреева Ю. В. Ценностно-смысловая интерпретация трагического оптимизма В. Франкла в контексте преодоления страдания // Ценности и смыслы. 2022. № 4 (80). С. 70–81. <https://doi.org/10.24412/2071-6427-2022-4-70-81>
7. Реан А. А., Коломинский Я. Л. Социальная педагогическая психология. СПб. : Питер, 2000. 416 с.
8. Крохин И. П. Невротические и личностные расстройства. М. : ФГБУ ДПО «ЦГМА» Управления делами Президента РФ, 2017. 60 с.
9. Андреев В. Е. Психология экстремальных ситуаций и состояний. М. : ФГБУ ДПО «ЦГМА» Управления делами Президента РФ, 2019. 56 с.
10. Прохазка Дж., Норкросс Дж. Системы психотерапии. Для консультантов, психотерапевтов и психологов. СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. 383 с.
11. Марцинковская Т. Д. История психологии : учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. М. : Академия, 2002. 544 с.
12. Джемс У. Психология / под ред. Л. А. Петровской. М. : Педагогика, 1991. 368 с.
13. Петровский А. В., Ярошевский М. Г. Основы теоретической психологии. М. : Инфра-М, 1998. 528 с.
14. Мясищев В. Н. Психология отношений. М. : Московский психолого-социальный институт ; Воронеж : МОДЭК, 2003. 400 с.
15. Петровский В. А. Субъектность Я в персонологической ретроспективе // Мир психологии. 2021. Т. 105, № 1–2. С. 174–194.
16. Франк С. Л. Душа человека. Опыт введения в философскую психологию. М. : Директ-Медиа, 2008. 281 с.
17. Франк С. Л. Непостижимое. Онтологическое введение в философию религии / под ред. Л. М. Суриса. М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. 423 с.
18. Франк С. Л. С нами Бог. М. : Директ-Медиа, 2008. 386 с.
19. Франкл В. Человек в поисках смысла / пер. с англ. и нем. М. : Прогресс, 1990. 368 с.
20. Зейгарник Б. Ф. Личность и патология деятельности. СПб. : Питер, 2025. 256 с.
21. Братусь Б. С. Аномалии личности. М. : Никая, 2019. 912 с.



22. Лейтц Г. Психодрама: теория и практика. Классическая психодрама Я. Л. Морено. М. : Прогресс, Универс, 1994. 352 с.
23. Гостев А. А. Психология вторичного образа. М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. 512 с.
24. Линде Н. Д. Эмоционально-образная (аналитически-действенная) терапия: Чувство – образ – анализ – действие. М. : Генезис, 2016. 384 с.

References

1. Grunina T. A. Rehabilitation of military personnel, members of the SVO. Clinical and psychological aspect. *Voprosy psikhologii ekstremalnykh situatsiy* [Issues in Extreme Situations Psychology], 2024, no. 1, pp. 17–20 (in Russian). EDN: UTTNRI
2. Malyuchenko G. N. *Metodika «SLIR (BV)»: Soprovozhdenie lichnostnykh izmeneniy v readaptatsii boevogo veterana* [Support of personal changes in the readaptation of a combat veteran]. Saratov, Saratovskiy istochnik, 2025. 105 p. (in Russian).
3. Sheremetyeva I. I., Stroganov A. E., Kandrina N. V., Kuleshova E. O. Evaluation of the effectiveness of the method of biofeedback and transdramatic psychotherapy in the complex treatment of neurotic disorders in the conditions of special military operation (SMO). *Psikhiatriya* [Psychiatry], 2024, vol. 22, no. 3-2, pp. 179–180 (in Russian). <https://doi.org/10.30629/2618-6667-2024-22-3-2>
4. Gulina M. A., Zinchenko Yu. P. *Konsultativnaya psikhologiya* [Counseling psychology]. St. Petersburg, Piter, 2018. 336 p. (in Russian).
5. Nelson-Dzhouns R. *Teoriya i praktika konsultirovaniya* [Theory and practice of counseling]. St. Petersburg, Piter, 2001. 464 p. (in Russian).
6. Andreeva Yu. V. Value-semantic interpretation of tragic optimism V. Frankl in the context of overcoming suffering. *Tsenosti i smysly* [Values and Meanings], 2022, no. 4 (80), pp. 70–81 (in Russian). <https://doi.org/10.24412/2071-6427-2022-4-70-81>
7. Rean A. A., Kolominskiy Ya. L. *Sotsialnaya pedagogicheskaya psikhologiya* [Social educational psychology]. St. Petersburg, Piter, 2000. 416 p. (in Russian).
8. Krokhin I. P. *Nevroticheskie i lichnostnye rasstroystva* [Neurotic and personality disorders]. Moscow, TSGMA Publ., 2017. 60 p. (in Russian).
9. Andreev V. E. *Psikhologiya ekstremalnykh situatsiy i sostoyaniy* [Psychology of extreme situations and conditions]. Moscow, TSGMA Publ., 2019. 56 p. (in Russian).
10. Prokhazka Dzh., Norkross Dzh. *Sistemy psikhoterapii. Dlya konsultantov, psikhoterapevtov i psikhologov* [Systems of psychotherapy. For counselors, psychotherapists and psychologists]. St. Petersburg, Praym-EVROZNAK, 2007. 383 p. (in Russian).
11. Martsinkovskaya T. D. *Istoriya psikhologii* [History of Psychology]. Moscow, Akademiya, 2002. 544 p. (in Russian).
12. James W. *Psychology*. New York, H. Holt and Company, 1892. 478 p. (Russ. ed.: *Psikhologiya*. Moscow, Pedagogika, 1991. 368 p.).
13. Petrovskiy A. V., Yaroshevskiy M. G. *Osnovy teoreticheskoy psikhologii* [Fundamentals of theoretical psychology]. Moscow, Infra-M, 1998. 528 p. (in Russian).
14. Myasishchev V. N. *Psikhologiya otnosheniy* [The psychology of relations]. Moscow, Moscow Psychological and Social Institute Publ., Voronezh, MODEK, 2003. 400 p. (in Russian).
15. Petrovskiy V. A. Subjectivity of the Self in Personological Retrospect. *Mir psikhologii* [World of Psychology], 2021, vol. 105, no. 1–2, pp. 174–194 (in Russian).
16. Frank S. L. *Dusha cheloveka. Opyt vvedeniya v filosofskuyu psikhologiyu* [The soul of man. Introduction to Philosophical Psychology]. Moscow, Direkt-Media, 2008. 281 p. (in Russian).
17. Frank S. L. *Nepostizhimoe. Ontologicheskoe vvedenie v filosofiyu religii. Pod red. L. M. Surisa* [The incomprehensible. An ontological introduction to the philosophy of religion. Ed. by L. M. Surisa]. Moscow, Berlin, Direkt-Media, 2017. 423 p. (in Russian).
18. Frank S. L. *S nami Bog* [God is with us]. Moscow, Direkt-Media, 2008. 386 p. (in Russian).
19. Frankl V. *Chelovek v poiskakh smysla: sbornik. Per. s angl. i nem.* [Man's search for meaning. Transl. from English and German]. Moscow, Progress, 1990. 368 p. (in Russian).
20. Zeygarnik B. F. *Lichnost i patologiya deyatelnosti* [Personality and pathology of activity]. St. Petersburg, Piter, 2025. 256 p. (in Russian).
21. Bratus B. S. *Anomalii lichnosti* [Personality anomalies]. Moscow, Nikeya, 2019. 912 p. (in Russian).
22. Leutz G. *Psikhodrama: teoriya i praktika. Klassicheskaya psikhodrama Ya. L. Moreno* [Psychodrama: Theory and Practice. Classical Psychodrama by J. L. Moreno]. Moscow, Progress, Univers, 1994. 352 p. (in Russian).
23. Gostev A. A. *Psikhologiya vtorichnogo obraza* [Psychology of secondary image]. Moscow, Institute of Psychology RAN Publ., 2007. 512 p. (in Russian).
24. Linde N. D. *Emotsionalno obraznaya (analiticheski-deystvennaya) terapiya: Chuvstvo – obraz – analiz – deystvie* [Emotionally imaginative (analytically effective) therapy: Feeling – image – analysis – action]. Moscow, Genезis, 2016. 384 p. (in Russian).

Поступила в редакцию 10.06.2025; одобрена после рецензирования 24.06.2025; принята к публикации 15.11.2025
The article was submitted 10.06.2025; approved after reviewing 24.06.2025; accepted for publication 15.11.2025