

## ПУТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССОВЫХ СОСТОЯНИЙ В ГОДЫ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ ВОЙНЫ

**БЕДА ДАРЬЯ СЕРГЕЕВНА**  
*преподаватель кафедры «Психологии»*

Война всегда является тяжёлым психологическим испытанием для человека. Не стала исключением и Великая Отечественная война, унёсшая 27 млн. человеческих жизней, принёсшая горе в каждый дом. В любом военном пространстве: на фронте, на оккупированной территории, в тылу - люди находились в постоянном психологическом напряжении. Постоянное ощущение близости смерти, неизвестность, ожидание писем с фронта и боязнь получить похоронку, тревога за близких, надежда на избавление. Состояние людей ухудшалось из-за тяжёлого физического переутомления, недостаточного питания и бытовых трудностей. Дополнительным стрессогенным фактором для нескольких миллионов советских людей стала эвакуация. С полным правом её можно отнести к числу экстремальных, когда перед личностью ставится проблема совладания со сверхсложными жизненными обстоятельствами, равносильная проблеме выживания. Психологически ситуация влияет на человека двояко: с одной стороны, она требует от индивида усилий, которые находятся на границе его адаптивных возможностей или даже превосходят имеющиеся у него резервы; с другой стороны, именно высокая интенсивность ощущения опасности для него и близких ему людей порождает выраженное желание преодолеть возникающие трудности. Стресс возникает в том случае, если человек расценивает угрожающие обстоятельства как требующие гораздо больших ресурсов, чем те, что у него имеются.

Стремительное наступление немецких войск в начале войны, и отсутствие заранее продуманных планов, и острая нехватка транспортных средств, и надежда, что скоро враг будет остановлен, а оккупация продлится совсем недолго; и сомнения в том, что гитлеровский режим представляет смертельную угрозу для жизни советских людей. Несовпадение представлений о будущей войне с реальными событиями привело, в частности, к психологическим сложностям. Зачастую люди никак не хотели верить в вероятность прихода фашистов. Отсутствие полной и правдивой информации, приводимой в сводках Советинформбюро, также способствовало росту чувства неуверенности и беспокойства у людей: "Люди отсиживались в подвалах, землянках. Их нужно было отыскивать и многих из них уговаривать оставить город. Именно уговаривать. Людей пугала переправа под бомбежкой. Да и жизнь в эвакуации не манила. Но и остаться тоже было страшно. Многие колебались. Некоторые же, особенно обремененные детьми, стариками, решительно отказывались". Мотивы были различными: от желания защитить город с оружием в руках до того, что в то время принято было называть "шкурничеством"(стремление к своему личному благополучию в ущерб интересам общества, своекорыстный).

Порой люди, испытывая страх, теряли свое "Я", забывая о чувстве ответственности за семью, и не знали, как себя вести. Психологическое состояние страха приводило к паническим настроениям или даже действиям. Неопределённость порождала слухи, которые, достигая определённой степени интенсивности, трансформировались в массовые действия: неконтролируемую скупку товаров, паническое бегство, погромы, избиения начальства, массовые беспорядки, неповиновение власти. Катализатором агрессивных настроений стало бегство из города руководителей фабрик и партийных чиновников, бросавших людей на произвол судьбы. В данном конкретном случае классически соединились все элементы, способствующие развитию стресса и перерастания его в практические действия: значимость темы, ощущение нехватки информации, высокий уровень тревожности индивидов, вера в истинность слухов.

Психологическое состояние во время вынужденной миграции (а эвакуация попадает в эту категорию), психологи называют "пост травматическим стрессовым расстройством" и выделяют такие его признаки: подавленность, раздражительность, мрачность, неспособность испытывать радость, любовь, постоянное беспокойство, неуверенность в себе, нарушение концентрации внимания, изоляция, отчуждённость, постоянное недоверие, повышенная конфликтность. Человек может впасть в глубокую депрессию, которая сопровождается апатией, нервным истощением и отвращением к жизни, ощущением её бессмысленности и бесполезности. Длительное проживание в неприспособленных материально-бытовых условиях отражалось не только на состоянии здоровья людей, но и на особенностях психического склада и поведения.

Что же помогало людям преодолеть стрессовое состояние? На наш взгляд, положительную роль сыграли следующие факторы: во-первых, война была общим горем, необходимость спасения

Отечества объединяла людей. Во-вторых, огромные физические и умственные нагрузки не оставляли времени задуматься над своим психическим состоянием. В-третьих, особенностью менталитета россиян всегда были общинность и коллективизм, а в годы советской власти они культивировались на уровне официальной идеологии. "Чувство локтя" помогало людям преодолевать невзгоды.

В решении сложных военно-политических и хозяйственных задач страны важное значение имела идеологическая работа. Коммунистическая партия, руководствуясь указанием В. И. Ленина о том, что «развитие сознания масс остается, как и всегда, базой и главным содержанием всей нашей работы», рассматривала идеологическую работу как мощный фактор мобилизации духовных и физических сил народа на разгром врага, укрепления его морально-политического единства, развития социалистического патриотизма и пролетарского интернационализма. Их важнейшими задачами стали: поддержание высокого морального духа воинов, умелое сочетание их энтузиазма с накопленным боевым опытом и смекалкой, разъяснение солдатам и офицерам основных целей и задач боевых действий, совершенствование форм и методов работы с личным составом. Если в первые полтора года войны идеологическая работа была направлена на то, чтобы поднять весь народ на Отечественную войну и не допустить врага к жизненно важным центрам страны, то с ноября 1942 г. она проводилась под лозунгом «За полное изгнание немецко-фашистских захватчиков из пределов нашей Родины!».

Важнейшим средством психологического воздействия являлась партийная и советская печать. Со страниц газет, журналов, массово-политических книг и брошюр страстно звучал голос партии, призывавшей народ умножить силы в борьбе с фашистскими захватчиками. Много внимания Центральный Комитет республик и местные партийные органы уделяли устной пропаганде агитации. Большой политический резонанс в стране вызвал митинг представителей народов Узбекистана, Казахстана, Туркмении Киргизии и Таджикистана, который состоялся в начале 1943 г. в Ташкенте. Его участники единодушно приняли обращение, в котором говорилось: «Враг подбит, силы его надломлены, но он еще силен и способен на новые кровавые авантюры. Было бы преступлением предаваться самоуспокоенности, ослаблять наши усилия. Надо быть готовыми к новым трудностям и жертвам. Братья казахи, узбеки, таджики, туркмены, киргизы! Неустанно будем готовить все новые и новые боевые пополнения для доблестной Красной Армии».

Все средства, формы и методы идеологической работы были направлены на мобилизацию советских людей в целях восстановления народного хозяйства и нормальной жизни в освобожденных районах. Нужно было не только восстановить промышленность и сельское хозяйство, обеспечить население продовольствием и промышленными товарами, улучшить их жилищные условия, но и раскрыть лживость вражеской пропаганды, правдиво информировать население о происходивших событиях, повышать у личного состава наступательный дух, крепить уверенность в победе.

Огромное значение в деле воспитания воинов имели мероприятия партии и правительства, проведенные в конце 1942 — начале 1943 г. «О предоставлении права награждения орденами и медалями СССР и нагрудными знаками командующим фронтами, флотами, армиями и флотилиями, командирам корпусов, дивизий, бригад, полков». Это способствовало повышению боевого духа войск, вдохновляло советских воинов на новые подвиги, на создание у них определенного психологического настроя и была одним из главных средств формирования высокого наступательного порыва и стойкости в обороне.

Горячее чувство патриотизма пронизывало и творчество советских поэтов, многие из которых были военными корреспондентами в действующей армии. Высокохудожественные произведения создали А. Твардовский, Н. Тихонов, А. Сурков, К. Симонов, П. Антокольский, О. Берггольц, В. Инбер и другие. Их произведения с воодушевлением воспринимались советскими людьми. Стихи и песни звали воинов на самоотверженную борьбу с врагом, способствовали воспитанию у них любви и преданности Родине, верности воинскому долгу, ненависти к захватчикам. Значительный вклад в идейно-политическое воспитание советского народа внесли работники театрального искусства, кино и музыкального искусства. Их несомненной заслугой стало создание фронтовых театров и бригад, организация шефских концертов, что способствовало тесному сплочению деятелей искусства с бойцами фронта и тружениками тыла. На экранах страны демонстрировались глубоко патриотические фильмы, связанные с войной, освободительной и революционной борьбой народов СССР. Выпускались кинохроника, кинорепортажи, публицистические документальные фильмы. Создавались новые песни, марши, кантаты, оратории, оперы. Своим вдохновенным трудом композиторы и исполнители вселяли в советских людей бодрость, уверенность, воодушевляли их на подвиги. Творческая интеллигенция внесла достойный вклад в общее дело борьбы с врагом. Претворяя в жизнь идеи и политику художественными средствами, она оказывала большое влияние на укрепление морального духа советского народа и его воинов.

Таким образом, Коммунистическая партия использовала все средства, формы и методы

идеологической работы для воспитания народа и воинов армии и флота в духе советского патриотизма и пролетарского интернационализма, мобилизации их сил на разгром врага. Всемерно повышая действенность партийно-политической работы в Вооруженных Силах, партия усиливала свое идейное влияние на защитников Родины, добиваясь глубокого понимания своих задач каждым воином, что являлось одним из главных условий разгрома врага и освобождения советской земли от гитлеровских захватчиков.

**Список использованной литературы:**

1. Боборыкин, В. Александр Фадеев: (Писательская судьба). М., 1989.
2. Великая Отечественная война: энциклопедия. М., 1985. С. 268.
3. Идеологическая работа КПСС на фронте (1941 — 1945 гг.), стр. 148
4. История Коммунистической партии Советского Союза, т. 5, кн.
5. Ковалёв, И.В. Транспорт в Великой Отечественной войне (1941-1945 гг.). М., 1981. С. 85-87.
6. Кузница победы: (Подвиг тыла в годы Великой Отечественной войны. Очерки и воспоминания). 2-е изд. М. : Политиздат, 1980. С.133.
7. Партийно-политическая работа в Советских Вооруженных Силах в годы Великой Отечественной войны 1941 — 1945, стр. 538, 540.
8. Патоличев, Н.С. Испытание на зрелость. М., 1977. С. 134.
9. Психологическая помощь мигрантам: травма, смена культуры, кризис идентичности / под. ред. Г.И. Солдатовой. М., 2002. С. 18-19.
10. Цит. по; И. Селезнев. Война и идеологическая борьба. М., 1964.
11. Эвакуация. Д/ф № 1. Идея С. Зеликина, продюсер А. Ханютин; Фонд "Арт- проект", 2005.