

Аварыя на Чарнобыльскай АЭС – не толькі буйнейшая тэхнагенная, экалагічная катастрофа. Яна выклікала велізарнае па маштабах і працягласці сацыяльна-псіхалагічнае ўздзеянне на людзей. Цяпер найбольш сур'ёзнай праблемай, спароджанай катастрофай, “уяўляюцца яе наступствы для псіхічнага здароўя”, з трывогай пракастатавана на Чарнобыльскім форуме ААН у верасні мінулага года ў Вене. Масавыя псіхалагічныя расстройствы, выкліканыя радыяцыйным уздзеяннем на людзей і яго наступствамі, аказалі магутны ўплыў на індывідуальную і грамадскую свядомасць, на паўсядзённыя паводзіны сотняў тысяч людзей. У многіх з іх сфарміравалася “псіхалогія ахвяры”. Гэта знаходзіць

– Яўген Міхайлавіч, чым тлумачыцца распаўсюджанне сярод пацярпелага ад аварыі на ЧАЭС насельніцтва працяглых сацыяльна-псіхалагічных расстройстваў?

– Парушыўся не толькі звыклы лад жыцця людзей – адбылася ломка жыццёвых устаноў і каштоўнасных арыентацый. Негатыўны ўплыў аказалі вымушаны разрыў усталяваных сацыяльных сувязей і такое ж вымушанае змяненне традыцыйнага ладу жыцця. Неабходнасць штодзённа прытрымлівацца розных абмежаванняў вельмі цяжка перажываюць не толькі тыя, хто застаўся на забруджаных радыёнуклідамі тэрыторыях, але і тыя, хто перасяліўся на новае месца жыхарства. Людзі пастаянна перажываюць за ўласнае здароўе, а асабліва – за здароўе дзяцей. Так, напрыклад, узнікненне праблем са здароўем тлумачаць павышаным узроўнем радыяцыі 87,5 працэнта рэспандэнтаў, апытаных у кастрычніку 2005 года ў Хойніцкім раёне, і 55,6 працэнта – у Брагінскім.

Чарнобыльскі синдром літаральна ўзрушвае свядомасць людзей, у першую чаргу, жанчын. Трывожны тып паводзін сустракаецца ў іх амаль у 2,5 раза часцей, чым у мужчын. І гэта аказвае моцнае негатыўнае псіхалагічнае ўздзеянне на дзяцей, паколькі яны часцей і больш востра адчуваюць і пераймаюць трывожны стан і перажыванні маці і бабурь.

Сацыяльна-псіхалагічная няўстойлівасць людзей рэзка павышае ўспрымальнасць да чутак. Як вынік, успрыманне рэчаіснасці даходзіць да драматычнага накалу. Тут ужо галоўную ролю адыгрывае не сама радыяцыя і небяспека ад яе, а яе псіхалагічнае ўспрыманне. Менавіта гэта ўспрыманне, што набывае характар амаль містычнага страху, забяспечыла чарнобыльскай катастрофе невымерна вялікую псіхалагічную ролю.

Інстытут сацыялогіі НАН Беларусі фактычна з першых дзён пасля катастрофы на ЧАЭС пачаў даследаваць яе наступствы ў розных сферах. Такім чынам, накоплены велізарная параўнальная база, якая дае магчымасць рабіць абгрунтаваныя вывады. Бясспрэчна, за 20 гадоў адбыліся значныя змяненні да лепшага ў сацыяльна-эканамічнай сітуацыі. Але адэкватнага становага зруху ў псіхалагічным стане людзей не назіраецца. Значная частка з іх адчувае магутны, пралангіраваны на працягу двух дзесяцігоддзяў псіхалагічны стрэс. Гэта той чорны след, які пакінуў нам Чарнобыль...

Фактычна мы маем справу з “укаранёным” посттраўматычным стрэсам, які вельмі прыгнятае псіхічны стан многіх людзей.

– У чым заключаюцца спецыфічныя асаблівасці сацыяльна-псіхалагічных наступстваў чарнобыльскай катастрофы?

– Як сведчаць вынікі даследаванняў, праведзеных беларускімі сацыёлагамі і сацыяльнымі псіхалагамі, а таксама іх расійскімі і ўкраінскімі калегамі, разам з тыповымі псіхічнымі расстройствамі, агульнымі для пацярпелых ад розных бедстваў і катастроф, у велізарнай колькасці людзей у выніку радыяцыйнага ўздзеяння ўзнікаюць спецыфічныя псіхалогічныя расстройстваў хранічнага тыпу.

Іх своеасаблівасць заключаецца ў тым, што посттраўматычны сацыяльна-экалагічны стрэс характарызуецца незвычайнай устойлівасцю, працягласцю (ён не завяршаецца, як у іншых экстрэмальных сітуацыях, за некалькі дзён або месяцаў, а існуе на пра-

цягу ўжо двух дзесяцігоддзяў). Трывожны тып паводзін, абумоўлены такім стрэсам, сустракаецца часцей і працякае больш востра ў жанчын, чым у мужчын, у людзей старэйшага пакалення, чым у прадстаўнікоў малодшых узроставых катэгорый, у людзей з вышэйшай адукацыяй, чым у тых, хто яе не мае.

Чарнобыльскі синдром: “Гісторыя хваробы” і метады “лячэння”

– А ці можна супаставіць распаўсюджанасць стрэсавых парушэнняў пры розных тыпах экстрэмальных сітуацый?

– Аб’ёмы распаўсюджанасці псіхопаталагічных расстройстваў, што ўзнікаюць у выніку стыхійных бедстваў, аварыяў і катастроф, вагаюцца ў шырокіх межах: ад 10 працэнтаў сярод ахвяр тарнада і навадненняў да 75 працэнтаў сярод пацярпелых ад самых разбуральных землетрасенняў.

У выніку ж праведзенага маскоўскімі псіхіятрамі даследавання жыхароў Магілёўскай вобласці, якія пражываюць у зоне радыяактыўнага забруджвання на працягу 4 гадоў пасля аварыі на ЧАЭС, высветлілася, што рознымі неўрозамі, неўрозападобнымі праявамі і псіхопаталагічнымі расстройствамі пакутавалі 95 працэнтаў. І толькі ў 5 працэнтаў адсутнічала псіхічная паталогія...

– Якія асноўныя вынікі праведзеных у 2005 годзе комплексных сацыялагічных і сацыяльна-псіхалагічных даследаванняў?

– У Брагінскім і Хойніцкім раёнах, моцна пацярпелых ад радыяцыі, адпаведна 39,3 працэнта і 33 працэнта апытаных думаюць пра радыяцыю насуперак сваёй волі. Пры гэтым 33,3 працэнта і 24 працэнта абследаваных імкнуцца пазбягаць усяго, што магло б нагадваць пра радыяцыю, аднак далёка не заўсёды ім гэта ўдаецца. Характэрна, што, па прызнанні 26,9 працэнта апытаных у Брагінскім раёне, думкі аб радыяцыі быццам раптоўна ўзнікаюць у свядомасці людзей. 22,2 працэнта апытаных у тым жа раёне прызнаюцца, што некаторыя рэчы навокал іх прымушаюць увесь час думаць пра радыяцыю. Амаль столькі ж людзей сцвярджаюць, што не могуць спакойна спаць па начах (дарэчы, гэта з’яўляецца агульнапрызнанай праявай стрэсавых станаў). Амаль палова апытаных у Брагінскім раёне адчувае нешта накшталт здранцвення ад перажыванняў, звязаных з радыяцыяй. Значная частка абследаваных людзей сцвярджаюць, што іх літаральна заклістаюць перажыванні, звязаныя з радыяцыяй (у Брагінскім раёне такія меркаванні выказваюць 39,8 працэнта, а ў Хойніцкім – 21,5 працэнта ад агульнай колькасці апытаных). Большасць людзей імкнецца выцесніць чарнобыльскую катастрофу са сваіх эмоцый і свядомасці. Таму 40,7 працэнта апытаных у Брагінскім раёне і 34,6 працэнта – у Хойніцкім імкнуцца ні з кім не гаварыць пра радыяцыю, каб не траўміраваць псіхічна ні сябе, ні сваіх суб’ядзінкаў.

Медыцынскія і дэмаграфічныя наступствы чарнобыльскай катастрофы, выкліканае ёю радыяактыўнае забруджванне навокальнага асяроддзя і прадуктаў харчавання мужчын і жанчын ацэньваюць аднолькава – лічаць гэтыя наступствы найбольш сур’ёзнымі. Аднак у ацэнках псіхалагіч-

рэальнае ўвасабленне ў своеасаблівай “сацыяльна-псіхалагічнай залежнасці”, якая пазбаўляе чалавека і цэлыя сацыяльныя групы насельніцтва жыццёва важнай актыўнасці і ініцыятывы, што падштурхоўвае да пасіўнага чакання будучыні, якая часта ўяўляецца ў змрочных фарбах.

Пра сацыяльна-псіхалагічныя наступствы радыяцыйнага ўздзеяння і шляхі іх пераадолення – у размове карэспандэнта БЕЛТА з акадэмікам Нацыянальнай акадэміі навук Беларусі, доктарам філасофскіх навук, прафесарам, ганаровым дырэктарам Інстытута сацыялогіі НАН Беларусі Яўгенам БАБОСАВЫМ.

ных наступстваў катастрофы і законаў, што датычацца рэабілітацыі насельніцтва і тэрыторый, існуе значная дыферэнцыя “па полу”. У тым жа Брагінскім раёне жанчыны ў 1,3 раза больш, чым мужчыны, занепакоены псіхалагічнымі наступствамі катастрофы (сацыяльная абыякавасць, успрыняцце сябе як ахвя-

на трывожных станы, выкліканыя радыяактыўным забруджваннем мясцовасці, падтрымліваюць у пралангіраваным стане масавы посттраўматычны стрэсавы синдром.

І ўсё ж супастаўленне вынікаў сацыялагічных і сацыяльна-псіхалагічных даследаванняў, праведзеных у 2005 годзе, з вынікамі ранейшых даследаванняў дае магчымасць з упэўненасцю сцвярджаць, што на працягу апошніх пяці гадоў у псіхалагічным стане большасці людзей, якія пражываюць на забруджаных тэрыторыях, адбыліся значныя станоўчыя змяненні. Пераважная большасць жыхароў радыяактыўна забруджаных раёнаў Беларусі паступова пазбаўляецца ад прыгнятальнага для чалавека адчування “псіхалагічнай ахвяры катастрофы”, што паралізуе яго свядомасць і волю.

– Якія меры, на Ваш погляд, неабходна прымаць для таго, каб пераадолець гэты синдром Чарнобыля?

– Неабходна мэтанакіраваная, комплексная псіхалага-тэрапеўтычная і аднаўляльная дзейнасць па некалькіх узаемазвязаных напрамках.

Па-першае, трэба пашырыць сферу, а галоўнае – павысіць эфектыўнасць спецыялізаванай сацыяльна-псіхалагічнай і псіхатэрапеўтычнай дапамогі людзям, якія адчулі на сабе негатыўны ўплыў радыяцыйнага ўздзеяння. У сістэме контрмер прыярытэтнае значэнне павінна быць нададзена сацыяльна-псіхалагічнай рэабілітацыі насельніцтва, пацярпелага ад катастрофы.

Другі напрамак уключае ў сябе распрацоўку і актыўнае прымяненне на практыцы эфектыўных мадэлей мэтанакіраванага псіхатэрапеўтычнага ўздзеяння на розныя групы насельніцтва. Гэта прывядзе да рэзкага змяншэння колькасці і інтэнсіўнасці псіхасацыяльных ран. Патрэбна выправіць цяперашнюю інфармацыйную сітуацыю, якую нельга прызнаць задавальняльнай. Неабходна больш актыўнае і мэтанакіраванае інфармаванне аб магчымасцях, спосабах і шляхах стварэння ўмоў бяспечнага пражывання на забруджаных тэрыторыях, больш шырокае задзейнічванне саміх пацярпелых ад радыяцыі ў сістэме сацыяльна-рэабілітацыйных мерапрыемстваў, аказанне медыцынскай псіхатэрапеўтычнай дапамогі.

Трэці напрамак складаецца з канкрэтызацыі шляхоў і метадаў сацыяльна-псіхалагічнага ўздзеяння на людзей у залежнасці ад сацыяльна-дэмаграфічных асаблівасцей. Так, у дачыненні ліквідатараў варта засяродзіць асаблівую ўвагу на пераадоленні пастаяннага пачуцця псіхічнага і сацыяльнага дыскамфорту, сацыяльнай неабароненасці і несправядлівасці, што стала ў іх дамінантай успрымання рэчаіснасці, усіх ацэнак і самаацэнак. У дачыненні дзяцей і падлеткаў, якія складаюць адну з самых псіхічна ўразлівых груп людзей, асноўны ўпор трэба зрабіць на фарміраванні здольнасці самаідэнтыфікацыі, адказнасці за свае ўчынкi, на пераадоленні страху і трывожных чаканняў, звязаных з няўпэўненасцю ў будучым. У рабоце з бацькамі (як тымі, хто застаўся пражываць на забруджаных тэрыторыях, так і тымі, хто перасяліўся ў экалагічна чыстыя раёны) неабходна акцэнтаваць увагу на адраджэнні псіхалагічна спрыяльных сямейных адносін, аптымізацыі ўнутрысямейных стасункаў, фарміраванні ўмення і навыкаў выхавання ў дзяцей актыўнай жыццёвай пазіцыі, адказнасці за выбар самастойнага жыццёвага шляху.

ры, страхі, звязаныя з наступствамі радыяцыі, і інш.). Што ж датычыцца страху, абумоўленага радыяцыяй, то ў гэтых адносінах схільнасць жанчын да псіхалагічнай трывожнасці аказваецца ў гэтым раёне ўдвая вышэй, чым у мужчын (адпаведна 50 працэнтаў і 25 працэнтаў). Сярод тых, хто не змог адаптавацца да ўмоў пражывання на забруджаных радыёнуклідамі тэрыторыях, жанчын аказалася ў 2,5 раза менш, чым мужчын (адпаведна 8,3 працэнта і 3,3 працэнта ад агульнай колькасці апытаных).

Страхі, звязаныя з радыяцыяй, адчувае кожны другі ва ўзросце 19-25 гадоў. Сярод людзей ва ўзросце 41-50 гадоў такія страхі значна слабейшыя (гэтыя людзі лепш адаптаваліся да пражывання ў экстрэмальнай сітуацыі) і праяўляюцца ў 37,9 працэнта ад агульнай колькасці апытаных. Яшчэ меншыя яны ва ўзроставай групы 51-60 гадоў (25 працэнтаў). А што датычыцца найбольш пажылых людзей (старэйшых за 60 гадоў), то, паводле іх самаацэнкі, яны ўвогуле такіх страху не адчуваюць.

– Асноўныя трывогі жыхароў радыяактыўна забруджаных раёнаў звязаны са станам здароўя. Наколькі яны абгрунтаваны?

– Суб’ектыўна самаацэнка свайго здароўя істотна разыходзіцца з клінічна ўстаноўленымі аб’ектыўнымі паказчыкамі рэальнага псіхасаматычнага стану.

У выніку такіх разыходжанняў больш за трэць рэспандэнтаў адчуваюць сумненні адносна таго, ці правільна медыцынскія работнікі дыягнастуюць іх сацыяльна-псіхалагічны і саматычны стан. Так, напрыклад, у Брагінскім раёне кожны трэці з апытаных думае, што ён сур’ёзна хворы, хоць урачы запэўніваюць яго ў адваротным. Яшчэ больш такіх самаацэнак, што разыходзіцца з заключэннямі ўрачоў, выяўлена сярод апытаных у Хойніцкім раёне – больш за 40 працэнтаў. Гэта сведчыць аб тым, што дагэтуль значная частка жыхароў пацярпелых ад радыяцыі раёнаў адчувае на сабе націск постчарнобыльскага стрэсу, які прыгнятае і непакідае іх псіхіку.

Варта адзначыць, што, прыпісваючы радыяцыі і яе наступствам свае разнастайныя немачы, у тым ліку і ніякім чынам не звязаныя з радыяцыйным фактарам, многія жыхары забруджаных раёнаў не звяртаюць увагі на правільны бяспечнай жыццядзейнасці і здарова лад жыцця. Гаворка ідзе не толькі пра рызык, звязаную з паглынаннем значных доз апрамянення, напрыклад, пры ўжыванні ягад і грыбоў, мяса дзікіх жывёл, але і злоўжыванне тытунём і алкаголем. Нельга не казаць у сувязі з гэтым, што больш за 97 працэнтаў апытаных у забруджаных раёнах Гомельшчыны і Брэстчыны занепакоены п’янствам, у тым ліку 68,6 працэнта – у моцнай ступені. Гэтыя і іншыя факты паўсядзённага жыцця, наслойваючыся