УДК 615.851

А. Г. Стаднік,
Ю. А. Діденко

ТВАРИНИ НА ВІЙНІ, ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФАКТОР ЗНЯТТЯ СТРЕСУ В БОЙОВИХ УМОВАХ

Вінницький національний технічний університет

Анотація
У цій статті я проаналізувала історичний аспект використання тварин на війні, їхній вплив на психічний стан військовослужбовців та сучасні практики залучення тварин до процесу підтримки морального духу.
Ключові слова: війна, тварини, стрес, психологічна підтримка, моральний дух, реабілітація.

Abstract
In this article, I analyzed the historical aspect of the use of animals in war, their impact on the mental state of military personnel, and modern practices of involving animals in the process of supporting morale.
Keywords: *war, animals, stress, psychological support, morale, rehabilitation*

Вступ

Війна завжди супроводжується стресом, психологічною напругою та емоційним виснаженням. У таких умовах будь-які засоби, що сприяють зниженню рівня тривожності та підтримці морального духу, є надзвичайно важливими. Одним із таких факторів є присутність тварин поряд із військовими. Тварини, зокрема собаки, коти, коні та навіть більш екзотичні види, відіграють значну роль у збереженні психічного здоров'я військовослужбовців.

Результати дослідження

Використання тварин на війні має довгу історію. Наприклад, під час Першої та Другої світових воєн собаки використовувалися як санітари, розвідники та зв’язкові. Коні були незамінними для транспортування спорядження, а голуби передавали повідомлення. Крім практичних функцій, тварини завжди виконували й емоційну роль. Вони ставали символами дому, надії та спокою в умовах хаосу й небезпеки.

Присутність тварин допомагає знижувати рівень стресу завдяки кільком психологічним механізмам. Взаємодія з тваринами сприяє виробленню ендорфінів — "гормонів щастя". Просте погладжування собаки чи гра з котом можуть швидко зняти напругу й забезпечити відчуття комфорту. Крім того, догляд за тваринами дає можливість військовим відволіктися від негативних думок і отримати можливість проявити турботу, що підсилює відчуття відповідальності та корисності.

Тварини також сприяють підтримці соціальної взаємодії. Вони часто стають об’єднувальним фактором у підрозділі, створюючи атмосферу доброзичливості та взаємодопомоги. Наприклад, у підрозділах, де військові разом доглядають за собакою або котом, спостерігається краща комунікація та згуртованість. Спільна турбота про тварину сприяє згуртованості військовослужбовців і покращує командну роботу.

Сучасна практика демонструє численні приклади позитивного впливу тварин на моральний стан військових. Відомі випадки, коли військові брали під опіку бездомних тварин, створюючи своєрідний "домашній затишок" навіть на передовій. Крім того, спеціально навчені терапевтичні собаки допомагають ветеранам справлятися з ПТСР.

Наукові дослідження підтверджують позитивний вплив тварин на психічний стан військовослужбовців. Згідно з дослідженням, опублікованим у "Journal of Traumatic Stress", взаємодія з тваринами знижує рівень кортизолу — гормону стресу — та сприяє покращенню якості сну. Інші дослідження, такі як робота Американської асоціації терапії тваринами, свідчать про значне зниження симптомів посттравматичного стресового розладу (ПТСР) серед військових, які регулярно контактують із тваринами.

Відомі також програми з залучення спеціально навчених собак для терапевтичної підтримки військових. Наприклад, організація "K9s for Warriors" у США надає службових собак ветеранам із ПТСР, що значно покращує їхню соціальну адаптацію та емоційний стан.

Висновок

Тварини відіграють важливу роль у збереженні психічного здоров'я військових під час бойових дій. Вони не лише забезпечують практичну допомогу, а й виступають джерелом емоційної підтримки та стабільності. У майбутньому варто розглядати інтеграцію тварин як частину програм психологічної реабілітації для військовослужбовців, що повертаються з фронту.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Беккер М. "Лікувальна сила тварин". — Київ: Основи, 2018.
2. Горовий В. "Психологічна реабілітація військовослужбовців". — Харків: Прапор, 2020.
3. Петров О. "Тварини на війні: історія та сучасність". — Львів: Видавництво Старого Лева, 2019.
4. Journal of Traumatic Stress. "The Role of Animals in Stress Reduction among Military Personnel". — 2021.
5. Американська асоціація терапії тваринами. "Вплив взаємодії з тваринами на симптоми ПТСР". — 2020.
6. K9s for Warriors. "Service Dogs for Veterans with PTSD". — Офіційний сайт організації.

Стаднік Анна Григорівна *,громадянка кафедри Військової підготовки, Вінницький національний технічний університет, м.Вінниця,e-mail:stadnikanna2909@gmail.com*

Діденко Юрій Анатолійович, *викладач кафедри військової підготовки, Вінницький національний технічний університет, e-mail:* uradenko2024@gmail.com

Stadnik Anna Hryhorivna, *a citizen of the Department of Military Training, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, e-mail: stadnikanna2909@gmail.com*

Didenko Yuriy Anatoliyovich*, speaker of the Department of Military Training, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, e-mail: uradenko2024@gmail.com*