

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ МВС УКРАЇНИ
НАУКОВО-ДОСЛІДНА ЛАБОРАТОРІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ**



ЗБІРНИК ТЕЗ

**ІІІ ВСЕУКРАЇНСЬКОГО МІЖВІДОМЧОГО ПСИХОЛОГІЧНОГО
ФОРУМУ «ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В
СЕКТОРІ БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ»**

(м. Київ, 30 травня 2024 року)

Київ 2024

УДК 159.9:355.1

3-12

<https://www.doi.org/10.32782/30-05-2024-378>

*Рекомендовано Вченою радою ДНДІ МВС України
(протокол № 4 від 11.06.2024)*

3-12 *Забезпечення психологічної допомоги в секторі безпеки та оборони України: збірник тез доп. III Всеукр. міжвід. психол. форуму (м. Київ, 30 травня 2024 р.) / за заг. ред. д.ю.н., проф., заслуженого юриста України В. Криволапчука. Київ: ДНДІ МВС України, 2024. 378 с.*

Provision of psychological support in the security and defense sector of Ukraine: collection of abstracts of III All-Ukrainian Interdepartmental Psychological Forum (Kyiv, May 30, 2024) / edited by Doctor of Law, Professor, Honored Lawyer of Ukraine V. Kryvolapchuk. Kyiv: State Research Institute MIA Ukraine, 2024. 378 p.

У збірнику подаються результати наукових досліджень із питань забезпечення психологічної допомоги в секторі безпеки та оборони України, зокрема розкрито специфіку надання психологічної допомоги в умовах війни, особливості психологічної підтримки захисників та захисниць України, психологічного супроводу ветеранів війни та членів їхніх сімей, феномен колабораціонізму тощо.

Публікується за матеріалами роботи III Всеукраїнського міжвідомчого психологічного форуму «Забезпечення психологічної допомоги в секторі безпеки та оборони України», який відбувся в Державному науково-дослідному інституті МВС України (30 травня 2024 року).

Видання може зацікавити науковців, практиків, представників органів державної влади, працівників правоохоронних органів, науково-педагогічних працівників, здобувачів вищої освіти та всіх небайдужих до сучасних проблем психології особистості.

*Матеріали викладено в авторській редакції.
Відповідальність за дотримання академічної доброчесності та
достовірність представлених тез доповідей несуть автори.*

© Колектив авторів, 2024

© ДНДІ МВС України, 2024

| | | |
|--|---|-----|
| Остапович В. П. | ПСИХОЛОГІЧНА ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ-МЕНЕДЖЕРІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ..... | 222 |
| Остапович І. П., Барко В. І. | ОСОБЛИВОСТІ ЮВЕНАЛЬНОЇ ПРЕВЕНЦІЇ В АНГЛІЇ ТА УЕЛЬСІ..... | 226 |
| Осуховська О. С., Гічун В. С., Олійник О. П., Лихолат В. І., Коваленко Н. В., Табачнікова В. С. | АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я В СЕКТОРІ БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ В УМОВАХ ВІЙНИ..... | 230 |
| Паламарчук С. І., Голярдик Н. А. | КОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА «СТОП-СТРЕС» ДЛЯ НАДАННЯ ДОПОМОГИ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ..... | 235 |
| Палько К. С., Стражник Ю. І. | ДОМАШНЄ НАСИЛЛЯ У СІМ'ЯХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ..... | 239 |
| Пампура І. І. | ПРОТОКОЛИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ: МЕТА, ЗАВДАННЯ, СТРУКТУРА, РЕАЛІЗАЦІЯ..... | 241 |
| Панов В. В. | ПРИВАТНА ВЛАСНІСТЬ ТА КОЛАБОРАЦІОНІЗМ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ..... | 245 |
| Пасічник І. Д., Гільман А. Ю. | МЕТАКОГНІТИВНІ АСПЕКТИ РЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ ОСІБ, ПОСТРАЖДАЛИХ ВНАСЛІДОК ВІЙНИ..... | 247 |
| Пасько О. М. | СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ТА САМОРЕГУЛЯЦІЯ НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ЯК ЗАПОРУКА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПОЛІЦЕЙСЬКОГО..... | 252 |
| Rahingamuwe Gedara Sachini Dulshika Wijesinghe, Diluksha Jeyakumar, Mahshid Mohammadi, Svietlichna M. | TO THE ISSUE OF PSYCHOLOGY OF CHOICE USING LIFE CYCLE COST ANALYSIS (LCCA)..... | 256 |
| Пахомов І. В. | НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ЗДОБУВАЧАМ ПРОФЕСІЙНОЇ (ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ) ОСВІТИ..... | 260 |
| Платонов В. М. | ХОБІ ЯК МЕТОД ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРОФЕСІЙНИХ КОНТИНГЕНТІВ СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ..... | 264 |
| Поклад І. М. | СПЕЦИФІКА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ ДО МОЖЛИВОГО ПЕРЕБУВАННЯ В ПОЛОНІ..... | 267 |
| Полюлях А. А. | ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ТА ДОПОМОГА ПРАЦІВНИКАМ СИСТЕМИ МВС І ЧЛЕНАМ ЇХ СІМЕЙ..... | 272 |

Платонов Владислав Максимович,
доктор філософії (PhD) зі спеціальності – «Психологія»,
науковий співробітник навчально-наукової лабораторії екстремальної та
кризової психології науково-дослідного центру,
Національний університет цивільного захисту України,
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7013-8660>

ХОБІ ЯК МЕТОД ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРОФЕСІЙНИХ КОНТИНГЕНТІВ СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ

З початком широкомасштабного вторгнення військ РФ на територію України кількість поранених та травмованих осіб, які входять до сектору безпеки та оборони України значно збільшилася, а травматизація має різний характер, як на фізичному так і на психологічному рівнях.

В сучасних тенденціях у психологічній реабілітації простежується застосування різних методів роботи, які можна використовувати на етапі психологічного відновлення. Нажаль, не всі методи психологічної реабілітації підходять професійним контингентам сектору безпеки та оборони України, це залежить від багатьох факторів. Різниця в індивідуальних поглядах на життя, цінностях, сімейному статусі, віросповіданні, захопленнях та інших чинниках, що не завжди дає можливість прийняти психологічну допомогу. Психологам доводиться використовувати не лише суто психологічні методи в реабілітаційній роботі. Одним із рішень цього проблемного питання є використання хобі в процесі психологічної реабілітації. Зауважимо, що переходити до особистісних захоплень реабілітантів доцільно на етапі відновлення, коли більшість медичних етапів пройдено та є потреба в задіянні особистісних ресурсів [1 с. 289].

Враховуючи цей досвід, фахівці-реабілітологи вдаються до включення в реабілітаційні програми різних хобі, якими займалися реабілітанти до перебування на війні та отримання травм. Часто такими хобі виступають спорт, а подекуди риболовля, читання книжок, стендовий моделізм та інші [5].

Визначення та включення хобі до психологічної реабілітації не є чимось новим в реабілітаційній практиці. Хобі людини це місце де вона відпочиває, отримує свій ресурс, має можливість самовиразитись. Саме тому психологи звертають увагу людини на хобі не тільки в реабілітації, а й в психологічній практиці. Це дозволяє пришвидшити повернення та адаптацію до соціального життя, повернутися до того, що було в житті до травмуючої події. Звернення до особистісних захоплень дає

можливість повернути кола інтересів та відновити спілкування, бажання встановлювати нові контакти та долучатися до груп людей за інтересами [2].

Стикнувшись з тим, що через військові дії було мобілізовано значну кількість людей, які склали цивільне населення, фахівці-реабітологи намагаються визначити хобі, які прийнятні для більшості реабілітантів.

Риболовля в психологічній реабілітації має низку позитивних аспектів, що робить її ефективним інструментом для відновлення психологічного здоров'я. Тут поєднується фізична активність, спілкування з природою й іншими рибалками та емоційне розвантаження. Це виступає важливими компонентами для відновлення та підтримки психологічного благополуччя. Сприяє релаксації та зниженню рівня стресу, дає можливість відволіктися та переключити концентрацію на сам процес. Риболовля часто є соціальною активністю, що впливає на встановлення та зміцнення соціальних контактів. Спільна риболовля з друзями або рибальські змагання допомагають відчувати себе частиною певної спільноти, що має позитивний ефект на відчуття себе у соціумі. Допомагає повернути концентрацію уваги та бути уважним до деталей без особливого напруження, оптимізує механізми, які допомагають впоратися зі стресом [3].

Стендовий моделізм, як хобі, має значний потенціал у процесі психологічної реабілітації. Створення масштабних моделей копій літаків, кораблів, автомобілів та інших видів техніки потребує уваги до деталей, точності та терпіння. Застосування стендового моделізму у психологічній реабілітації базується на кількох ключових аспектах, що роблять його ефективним інструментом для відновлення психоемоційного стану:

– відволікання від негативних думок, процес створення моделей вимагає зосередження та концентрації й зниження рівня тривожності;

– розвиток дрібної моторики, включає роботу з дрібними деталями, що підтримує дрібну моторику рук та її концентрацію. Це може стати корисним для людей, які пережили травми, пов'язані з порушенням рухових функцій;

– соціальна інтеграція через об'єднання в групи або клуби, що сприяє соціальній інтеграції. Спілкування з однодумцями, обмін досвідом та участь у спільних проектах допомагають відновити соціальні зв'язки, знижують відчуття ізоляції та сприяють налагодженню позитивних міжособистісних стосунків;

– медитативний ефект, повторювані дії, такі як склеювання деталей або фарбування, сприяють заспокоєнню нервової системи та зняттю психоемоційної напруги;

– психотерапевтичний ефект, реабілітанти можуть відтворити копії своїх машин на яких доводилося працювати та врятували їм життя, або можуть створити копію ворожої техніки та розламати її тобто знову прожити відчуття перемоги над ворогом [4].

Таким чином, для ефективності реабілітаційних заходів для професійних контингентів сектору безпеки та оборони України доцільно застосовувати різні методи, які дозволяють досягти психологічного відновлення. Одним з таких методів може стати залучення хобі реабілітантів, що дає можливість повернутися до тієї діяльності, яка приносила задоволення та відновлювала психологічні ресурси особистості. Звісно, перелік хобі буде дуже великим та індивідуальним, тому в нашій роботі ми виділили ті хобі, які використовують фахівці-реабілітологи зараз та які мають позитивний ефект у відновленні психологічного стану.

Список використаних джерел

1. Кердивар В.В., Краснокутський М.І., Овсяннікова Я.О., Платонов В.М., Похілько Д.С., Тімченко О.В. Основи психореабілітації (в схемах та таблицях): навчальний посібник: у 2 ч. / за заг.ред. О.В. Тімченка; НУЦЗУ. Харків : Панов А.М., 2003. Ч. II. 388 с.
2. Колесник О.І. Психологічні шляхи збереження психічного здоров'я військовослужбовців – учасників бойових дій. *Пріоритетні наукові напрямки педагогіки і психології: від теорії до практики*: збірник тез міжнародної науково-практичної конференції (м. Харків, Україна, 8–9 жовтня 2021 р.). Харків : Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2021. С. 71–75.
3. Риболовля як реабілітація: як хобі лікує емоційний стан та сприяє здоровому сну військовослужбовців. URL: <http://surl.li/txppm>
4. Хобі як метод реабілітації: моделювання допомагає відновлюватись військовим! URL: https://www.youtube.com/watch?v=5kJzm_bYtYE
5. Ярошевський Д.М., Єрьоменко Е.А. Відновлення та реабілітація фізичної та психічної активності людини методами бойового хортингу. *Бойовий хортинг та діяльність правоохоронних органів України* : матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., 03–04 січня 2022 р., м. Ірпінь / Мін-во фінансів України, Державний податковий університет [та ін.]. Ірпінь, 2022. Ч. 1. С. 616–634.

Наукове видання
(авторська редакція)

ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ
В СЕКТОРІ БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ

Збірник тез
III Всеукраїнського міжвідомчого психологічного форуму
(м. Київ, 30 травня 2024 року)

Відповідальна за випуск: Л. П'янківська

Видавець і виготовлювач
Державний науково-дослідний інститут МВС України
Адреса: 01011, м. Київ, пров. Євгена Гуцала, 4А
Телефон: (044) 254-95-21
Факс: (044) 280-01-84
Електронна адреса: dndi@mvs.gov.ua