МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ЦЕНТР

АКТУАЛЬНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СИЛ БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ

Матеріали
VIII всеукраїнської науково-практичної конференції
30 листопада 2021 року

Харків

МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ЦЕНТР

“АКТУАЛЬНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СИЛ БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ”

Матеріали VIII всеукраїнської науково-практичної конференції

30 листопада 2022 року

Харків

Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України: Матеріали VIII всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Харків, 30 листопада 2022 року). Харків : Національна академія НГУ, 2022. 256 с.

Оргкомітет конференції:

Голова оргкомітету – **І.І. Приходько,** доктор психологічних наук, професор, начальник науково-дослідного центру службово-бойової діяльності Національної гвардії України Національної академії Національної гвардії України, полковник.

Заступник голови оргкомітету – **О.С. Колесніченко,** доктор психологічних наук, старший науковий співробітник, начальник науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності Національної гвардії України науково-дослідного центру службово-бойової діяльності Національної гвардії України Національної академії Національної гвардії України, підполковник.

Відповідальний секретар оргкомітету – Я.В. Мацегора, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності Національної гвардії України науково-дослідного центру службово-бойової діяльності Національної гвардії України Національної академії Національної гвардії України.

У збірнику представлено наукові доповіді та повідомлення, в яких узагальнено досвід здійснення психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України в екстремальних умовах.

Публікується за матеріалами VIII всеукраїнської науково-практичної конференції “Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України”, проведення якої організовано Національною академією Національної гвардії України (30 листопада 2022 року).

Матеріали конференції будуть корисними науковцям, викладачам вищих навчальних закладів, психологам-практикам, керівникам і працівникам силових структур.

Доповіді відтворені безпосередньо з авторських оригіналів. За достовірність представлених матеріалів відповідальність несуть автори.

© НА НГУ

ВСТУПНЕ СЛОВО

Приходько Ігор Іванович
доктор психологічних наук, професор, начальник науково-дослідного центру, Національна академія Національної гвардії України (м. Харків)

Актуальні питання психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України

Широкомасштабне збройне вторгнення Росії на територію нашої країни стало для військовослужбовців сектору безпеки та оборони України періодом суворого випробування їх фізичних сил і психологічних можливостей. Жорстка регламентація та вимогливість військової служби, значні моральні, психологічні та фізичні навантаження накладають помітний відбиток на психічний стан, поведінку, психічне здоров'я військовослужбовців України.

Крім того, професійна діяльність представників сил безпеки та оборони України є тим особливим видом праці з певними вимогами до неї, в якої помилки особового складу, як показує досвід останнього часу, мають вкрай негативні наслідки та можуть призвести не тільки до отримання поранень, але й загибелі особового складу. Отриманий досвід зарубіжних психологів з питань переживання психотравматичних подій та їх наслідків, який активно використовувався для розроблення заходів психологічної допомоги комбатантам під час та після бойових дій, не дав можливості якісно вирішити усі завдання, які постали перед українськими фахівцями з початком широкомасштабного вторгнення Росії в Україну.

Вищевикладені психологічні особливості професійної діяльності особового складу сил безпеки та оборони України вимагають використання сучасних науково обґрунтованих підходів до розроблення та практичного впровадження заходів психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу. Особливе місце в цій роботі належить вдосконаленню заходів психологічної підготовки особового складу та їх готовності до професійної діяльності в бойових умовах, стресостійкості та надійності персоналу до виконання службово-бойових завдань, пов'язаних з реальною загрозою для життя та здоров'я. На сьогоднішній день найактуальнішими питаннями є розроблення дієвих заходів психологічної допомоги, реабілітації особового складу для профілактики виникнення девіантної поведінки, ПТСР, порушень соціально-психологічної адаптації комбатанів.

Усі ці важливі наукові проблеми учасники VIII всеукраїнської науково-практичної конференції "Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України" намагалися розв'язати у власних дослідженнях та запропонувати ефективні наукові підходи та практичні шляхи до їх реалізації.

Амурова Яна Володимирівна
доктор філософії (PhD), доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах, Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобилям (м. Черкаси)

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ПОЧУТТЯ ВИНИ У ОСІБ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ БОЙОВІ ДІЇ

У сучасній соціально-психологічній ситуації, що склалася в Україні, спостерігається виникнення нових проблем, які пов'язані із збільшенням проявів деструктивних психічних станів суб'єкта в нестабільних умовах суспільства. Історично зумовлена включеність суб'єкта у соціальну взаємодію формує у нього здатність переживати вину та супровідні їй негативні психічні стани. У такому способі життєдіяльності вина є одним із провідних чинників деструктивних тенденцій психіки, що потребує комплексного дослідження означеної проблеми та удосконалення способів психокорекції з метою гармонізації і адаптації особистості.

У дослідженнях науковців доведено, що почуття вини пов'язане з низкою симптомів: депресія, низька самооцінка, тривожність, розлади харчової поведінки, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), суїцидальні думки тощо [2]. Вина також пов'язана з відчуттям сорому. Сором – це почуття, яке виникає у суб'єкта внаслідок самокритики (самоосуду) або ж приниження його іншими людьми, осуд його думок, вчинків, які не відповідають моральним нормам чи соціальним вимогам тощо.

Почуття вини серед осіб, які пережили бойові дії, є досить поширеним явищем. Такі особи відчувають сильну вину, сором і жаль, у зв'язку з тим, що їм вдалося зберегти своє життя. Почуття вини та сорому можуть відчувати і ті особи, які після пережитих травмівних подій, вирішили поїхати з країни, і ті, хто залишився жити у спокійному регіоні. Почуття сорому спочатку з'являється під впливом присутності інших людей. Пізніше воно інтроєктується психікою особистості, входячи у сферу Над-Я. Людина може відчувати сором навіть на самоті, тоді, коли її ніхто не бачить. У такий спосіб, почуття сорому зумовлюється цінностями та ідеалами, які притаманні не лише індивіду, а й культурі загалом [1].

При патологічному способі переживання почуття вини співвідноситься із соромом індивіда. Почуття вини особистості завжди пов'язане з негативною оцінкою власної конкретної дії, що сприяє виникненню бажання сповідатися і вибачитися, а сором детермінує бажання втекти і сховатися, оскільки визначається негативною оцінкою особистості.

Почуття вини характеризується як стан, що виникає після вчинку, який не узгоджується з суспільними нормами. Несвідомі мотивування спонукають суб'єкта до самопокарання, зумовлюють схильність до злочинної поведінки тощо [3]. Агресія індивіда, спрямована на інших людей, спричиняє виникнення

в нього думок про покарання, страх відплати тощо. Так, почуття вини пов'язане з страхом покарання, тривогою, докорами сумління. Для того, щоб знизити рівень напруги від очікування покарання ззовні, індивід карає себе сам. Тобто агресія, зумовлена виною, спрямовується на самого суб'єкта з надією на прощення через покору і спокутування своїх гріхів. Варто зауважити, що деструктивна реакція може бути одночасно компонентом вини і способом впоратися з нею.

Перераховані вище почуття і поведінкові реакції доволі часто є характерними для осіб, які пережили бойові дії. На виникнення деструкцій психіки можуть впливати різні фактори: людина відчуває вину за своє спасіння; людина відчуває вину через те, що втратила близьку людину під час бойових дій; людині заради власного виживання доводилося діяти всупереч своїм моральним принципам, цінностям і переконанням.

Посттравматичний стресовий розлад, що виникає після травматичних подій, детермінує сильний страх, безпорадність, жах, вину, сором, гнів, що погіршують психологічний стан і впливають на психосоматичний стан. Такі реакції особистості призводять не лише до розладів здоров'я, а й до особистісних відхилень, які, у свою чергу, зумовлюють фіксацію деструктивних тенденцій психіки.

Психокорекція почуття вини у осіб, які пережили бойові дії, потребує опосередкованих засобів глибинного пізнання з метою об'єктивності допомоги та зниження психологічних захистів суб'єкта. Опосередкованими засобами можуть бути малюнки тату, репродукції художніх полотен, психомалюнки тощо. Психоаналітична робота з малюнками тату дає змогу виявити особливості символізації феномену вини, зокрема, специфіку відображення неусвідомлюваності вини суб'єктом. На візуалізований самопрезентант (малюнок тату), обраний респондентом, проектується неусвідомлюваний ним зміст аспектів його психіки через архетипну символіку, що сприяє пізнанню глибинних детермінант особистісної проблеми суб'єкта [3].

З огляду на сказане вище, зазначимо, що глибинне пізнання феномену вини здійснюється на основі передумов, поданих нижче.

Особливості та організаційні передумови психокорекції почуття вини [1]:

1) охоплення свідомої і несвідомої сфер психіки, що відбувається за умов спонтанної поведінки респондента;

2) єдність гуманістичного, психоаналітичного і психодинамічного підходів;

3) забезпечення умов, які б сприяли дослідженню цілісної психіки, а саме: довготривалість психокорекційного процесу і поздовжній аналіз візуалізованого матеріалу респондента;

4) використання візуалізованих засобів, прочитування психологом смислових параметрів психіки і постановка запитань, які сприяли б пізнанню несвідомої сфери психіки в єдності зі свідомою;

5) розуміння особистісної проблеми суб'єкта як внутрішньої стабілізованої суперечності, яка зумовлена функціональною асиметричністю свідомої і

несвідомої сфер психіки;

6) забезпечення організації дослідження феномену вини наступними передумовами: а) спонтанність і невимушеність поведінки респондента у процесі глибинної психокорекції; б) використання візуалізованих засобів пізнання, що сприяє об'єктивуванню несвідомих аспектів психіки суб'єкта; в) вибудовування діалогічної взаємодії психолога з респондентом, з метою пізнання цілісної психіки у свідомих і несвідомих виявах, які є семантично замаскованими; г) надання допомоги респонденту в усвідомленні і розв'язанні його особистісної проблеми, до якої відноситься почуття вини;

7) врахування того факту, що індивідуальна неповторність особистісної проблеми формується під впливом витіснень, які зумовлюють сліди та фіксації минулого досвіду зі збереженням енергетичного потенціалу, що потребує їх об'єктивування в діалогічній взаємодії, з метою пізнання чинників, які деструктивно впливають на психіку та життєдіяльність суб'єкта;

8) відкриття психологом перспектив усвідомлення респондентом впливу пережитих подій на власну поведінку на візуалізованому фактажі і самопрезентації суб'єкта в процесі діалогічного аналізу в системі «П↔Р».

Підсумовуючи вище сказане, зазначимо, що методика та організація глибинного пізнання реалізується в групах активного соціально-психологічного пізнання (АСПП) [3; 4] з врахуванням особливостей цілісної психіки суб'єкта, його внутрішнього потенціалу і здатності до сприйняття об'єктивної дійсності, що є важливим у психокорекційному процесі. Отже, проблема психокорекції почуття вини у осіб, які пережили бойові дії і страждають на посттравматичний стресовий розлад, є складною та багатогранною. Опосередкованість засобів пізнання та архетипна символіка у малюнках, у свою чергу, засвідчує свої діагностичні можливості в дослідженні феномену вини та об'єктивуванні індивідуального змісту психіки конкретної особи.

Список посилань:

1. Амурова Я. В. Особливості відображення феномену вини в малюнках тату : дис. … д-ра філософії в галузі психології : 053. Переяслав, 2022. 385 с.

2. Калашник І. В. Глибинно-психологічні витоки тенденції особистості до психологічної смерті: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». Київ, 2008. 426 с.

3. Яценко Т. С. Психологічні основи глибинної психокорекції, феноменологія, теорія і практика. Київ : Вища школа, 2006. 382 с.

4. Yatsenko T. The relationship of conscious and unconscious: psychodynamic approach. Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools. 2018. № 26 (2). С. 335–353.

Апальков Віталій Вікторович
ад'юнкт, Національний університет оборони України, імені Івана Черняховського (м.Київ)

СУМЛІННЯ ЯК ЧИННИК РЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОПОЛОНЕНОГО

В якості вступу зазначимо, що поштовхом до оприлюднення результатів нашого дослідження стали непересічні результати пошукової діяльності військового психолога протягом квітня - серпня 2022 року та необхідність детермінізувати копінг стратегії віруючих військовослужбовців у полоні.

Так, відповідно до доручення начальника Генерального штабу Збройних Сил України від 02.04.2022 року № 7835/С ми взяли участь у "забезпеченні дієвих заходів щодо психологічного відновлення, медичного обстеження військовослужбовців", які перебували у примусовій ізоляції (полоні) у складі команди фахівців психологічної служби Збройних Сил України. Зазначену роботу розпочато на фондах «неврологічного відділення-2» 4-ої Міської лікарні м. Київ та психіатричного відділення Головного військового клінічного госпіталю м. Київ (період 02 - 14.04.2022р.). В подальшому з огляду на активізацію обмінами полонених організаційний центр функціонування зазначеної групи перемістився до медичного центру НГУ «Нові Санжари». Результати що були отримані під час анкетування звільнених з полону осіб надихнули нас на висвітлення представленої частини.

Метою роботи є з'ясування психологічних особливостей регуляції поведінки військовослужбовця християнина під час перебування у полоні.

Уся історія людського буття просякнута прикладами мімікрійної поведінки. Пол Екман у своїй роботі «Психологія обману» зазначив, що «богомол, вдаючи з себе травинку, бреше не більше, ніж людина з високим чолом, яка скидається розумнішою, ніж вона є». В цьому контексті постає риторичне питання, а чи можна піддати осуду наприклад актора, що виявляє власну майстерність граючи перед публікою, коли відомо, що його гра - це суцільна брехня?! Логічно буде заключити, що не можна піддавати осуду мімікрійну поведінку полоненого, тому що мімікрія військовополоненого - це гра зі смертю, єдиною ставкою якого є його власне життя! Цілком зрозуміло що мімікрія як стратегія виживання не має накладати жодного відтінку морального осуду на полоненого.

Зважаючи на дані отримані за результатом анкетування звільнених з полону осіб нам стало відомо про значну частку християн військовослужбовців (серед опитаних звільнених з полону 83% є віруючими однієї з християнських конфесій). Перед нами постала необхідність подивитись на феномен мімікрії через призму Святого Письма, що надає нам чимало прикладів коли Божі люди послуговувались нею. Так, цар Давид (близько 1004 - 965рр. до н.е.) перед лицем смертельної небезпеки вдавав, що не сповна розуму. У 1-шій книзі Самуїлова 21:14-16 (Старий Заповіт в перекладі Івана Огієнка) написано:

а) 14. І змінив він (Давид) свій розум на їхніх очах, і шалів при них, і бив по дверях брами, і пускав слину свою на свою бороду.

15. І сказав Ахіш до своїх рабів: Ось бачите чоловіка, що сходить із розуму. Нащо привели його до мене?

16. Чи мені бракує безумних, що ви привели його, щоб сходив із розуму передо мною? ...

б) У книзі Псалмів 33:1 написано: Псалом Давида, коли він вдавав із себе божевільного (причинного) перед Авімелехом. Той його відпустив, і він пішов.

Такою «грою у божевільного» перед лицем смертельної небезпеки Давид скеровував поведінку інших осіб у бажаний для себе бік. Вдаючи із себе божевільного він кодував свою поведінку як неосудного чим і убезпечив своє життя.

Апостол Павло також вдавався до раціоналізації власної поведінки з метою отримання бажаного результату. На початку 1 ст. від Різдва Христова в посланні 1-му до Коринтян 9:20-22 (Новий Заповіт) писав:

20. Для юдеїв я був, як юдей, щоб юдеїв придбати; для підзаконних був, як підзаконний, хоч сам підзаконним не бувши, щоб придбати підзаконних.

21. Для тих, хто без Закону, я був беззаконний, не бувши беззаконний Богові, а законний Христові, щоб придбати беззаконних.

22. Для слабих, як слабий, щоб придбати слабих. Для всіх я був усе, щоб спасти бодай деяких.

Таким чином у разі смертельної небезпеки військовослужбовці що надихаються вірою в Бога мають тверде Біблійне підґрунтя та можуть вдаватись до мімікрійної поведінки без відчуття осуду (самоосуду).

Висновки. Зважаючи на високу частку християн військовослужбовців (83%) залишається актуальним питання продовження дослідження феномену сумління як чинника регуляції поведінкою. В контексті мімікрійної поведінки та спираючись на позитивні приклади Старого та Нового Заповіту ми дійшли висновку про доцільність віруючих військовослужбовців вдаватись до такої.

У разі смертельної небезпеки військовослужбовці християни мають тверде доктринальне підґрунтя та мають вдаватись до мімікрійної поведінки без відчуття осуду (самоосуду). Вказані дії в подальшому убезпечать значну частину військовослужбовців протягом їх можливого потрапляння в полон та значно підвищать їх шанси на виживання.

Список посилань:

1. Біблія/ переклад Огієнко І./ - ВБФ «Східноєвропейська гуманітарна місія», 2017. 13600 с.

2. Глуховський В.С. Мої спогади. Київ : «Основа», 2008. 152 с.

3. Пол Экман. Психология лжи. Обмани меня, если сможешь. «Омега-принт». г. Брест, 2016. 360 с.

Афузова Ганна Валеріївна
кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри спеціальної психології та медицини, Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова (м. Київ)

DOOMSCROLLING/DOOMSURFING ЯК ВИКЛИК СУЧАСНОСТІ ДЛЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ

У ситуації гострого воєнного конфлікту в Україні актуальним постає питання збереження психофізичного здоров'я особистості. Війна як приклад травмівної кризи здатна викликати «психічну травму або пошкодження базових структур особистості, афективних і когнітивних систем на всіх рівнях, починаючи з фізіологічних механізмів та закінчуючи загальною картиною світу і образом Я» [1, с. 279].

Одним з чинників небезпеки для психічного здоров'я особистості у сучасній реальності є doomscrolling або doomsurfing – відносно нові терміни, що відносяться до читання або прокручування негативних новин на телефонах або у стрічках соціальних мереж [2]; схильність продовжувати переглядати чи перегортати погані новини, навіть якщо ці новини засмучують, розчаровують чи пригнічують [4]. Doomsurfing як термін складається з двох похідних: doom – темрява, зло та surf – дієслово, яке почало використовуватися для перегляду Інтернету у часи, коли Інтернет був чимось новим для людства, і природно походить від таких фраз як «перегляд каналів» (channel surfing), що передбачають звичку не залишатися на одному сайті або каналі протягом якогось періоду часу. Іншими словами, doomsurfing більш дослівно можна перекласти як «ковзання по негативу». У терміні «doomscrolling» його друга частина scrolling дослівно перекладається як прокручування (відповідно, «прокручування негативу») [4].

Особливої актуальності ця проблема набула за часів всесвітньої пандемії COVID-19, коли внаслідок вимушеної соціальної ізоляції інтернет був одним з найбільш використовуваних джерел інформації, яке дозволяло відстежити епідеміологічну ситуацію у регіональному та світовому масштабах в умовах значного занепокоєння та невпевненості. Про це свідчить той факт, що, наприклад, на квітень 2021 року читання новин про COVID-19 було однією з найпопулярніших дій у пошуку Google з березня 2020 року [2]. Doomsurfing, пов'язаний з пандемією COVID-19, відображався в такій поведінці, як часта перевірка кількості випадків зараження, рівня захворюваності; перевірка допізна останньої інформації про нові симптоми, нові способи, за допомогою яких збудник може поширюватися тощо. Визначено, що doomsurfing/doomscrolling призводять до переживання сильної тривоги, невпевненості, виникнення побоювань, страху та дистресу, які, у свою чергу, призводять до труднощів із засинанням, поганої якості сну, а також до зниження апетиту, інтересу до діяльності, працездатності та мотивації продовжувати виконувати повсякденні завдання [2].

На думку науковців, існують різні чинники, що сприяють явищу doomsurfing/doomscrolling, одним з яких є людська схильність прагнути до кращого розуміння неконтрольованої ситуації та заповнювати інформаційні прогалини [2]. Така поведінка відображає нав'язливу потребу намагатися отримати відповіді, коли ситуація, що склалася, лякає, – зрештою особистість повинна оцінити, чи є нова інформація загрозою [3]. Відповідно, негативними наслідками doomsurfing/doomscrolling для психічного здоров’я особистості найчастіше називають підвищення рівня тривоги, виникнення страхів, пригніченість, зростання ризику депресії, виснаження когнітивних здібностей (зниження уваги або проблеми з пам'яттю та мисленням) тощо [2; 3; 5].

Ahmed N., яка досліджувала вплив новин про війну на психічне здоров’я, зазначає, що наслідком постійного моніторингу такої інформації може бути посилення почуття страху, неспокою, невпевненості, що є підґрунтям для підвищення рівня тривоги. До того ж, погані новини можуть спровокувати «застій» негативного мислення та призвести до виникнення почуття нескінченності лиха. Як зазначає дослідниця, не обов’язково пережити певні страждання особисто – спостереження за стражданнями інших у засобах масової інформації чи у соціальних мережах також може завдати нестерпного болю, оскільки людина, яка сприймає інформацію про особисту трагедію іншої людини, переживає з нею тісніший зв’язок, ніж із сухою статистикою жертв, а це ще більше посилює емпатію [1, с. 279].

Для подолання негативних наслідків doomsurfing/doomscrolling, окрім свідомого обмеження неконтрольованого споживання негативних новин, радять кожен день планувати те, що подобається, що розслаблює та знімає стрес (наприклад, читання гарної книги, перегляд позитивного фільму, відвідування друзів та сім'ї чи тренування усвідомленості). Вправляння наявних навичок або вивчення чогось нового (наприклад, іншої мови чи гри на музичному інструменті) також можуть бути корисними, підвищуючи як настрій, так і пізнавальні здібності. Ще один спосіб взяти ситуацію під контроль – вжити активні дії, можливо, приєднатися до волонтерів або благодійної організації, які опікуються допомогою ЗСУ чи вразливим верствам населення – акт доброти та співучасті активує систему винагороди в мозку і дозволяє відчути контроль над ситуацією. У разі поглиблення негативного стану, викликаного doomsurfing/doomscrolling, варто звернутися до клінічного психолога, який може допомогти зменшити цю активність та її наслідки за допомогою когнітивно-поведінкової терапії [5].

Список посилань:

1. Афузова Г. В., Найдьонова Г. О., Кротенко В. І. Особливості психічного здоров’я першокурсників на етапі адаптації до професійного навчання в умовах воєнного стану. *Габітус*. 2022. Вип. 41. С. 278–283. https://doi.org/10.32782/2663-5208. 2022.41.49

2. Anand N, Sharma MK, Thakur PC, et al. Doomsurfing and doomscrolling mediate psychological distress in COVID-19 lockdown: Implications for awareness

of cognitive biases. *Perspect Psychiatr Care*. 2022;58(1):170-172. doi:10.1111/ppc.12803

3. Klein J. The darkly soothing compulsion of doomscrolling. URL: https://www.bbc.com/worklife/article/20210226-the-darkly-soothing-compulsion-of-doomscrolling

4. On «Doomsurfing» and «Doomscrolling». Can you think of a better way to spend your time? URL: https://www.merriam-webster.com/words-at-play/doomsurfing-doomscrolling-words-were-watching

5. Sahakian B. J., Langley C., Shen C., Feng J. Ukraine doomscrolling can harm your cognition as well as your mood – here's what to do about it. URL: https://theconversation.com/ukraine-doomscrolling-can-harm-your-cognition-as-well-as-your-mood-heres-what-to-do-about-it-178923

Барко Вадим Вадимович

кандидат педагогічних наук, старший дослідник, провідний науковий співробітник, Державний науково-дослідний інститут МВС України (м. Київ)

Барко Вадим Іванович

доктор психологічних наук, професор, головний науковий співробітник, Державний науково-дослідний інститут МВС України (м. Київ)

СТАНДАРТИЗАЦІЯ АДАПТОВАНОЇ ПСИХОДІАГНОСТИЧНОЇ МЕТОДИКИ «КАЛІФОРНІЙСЬКИЙ ПСИХОЛОГІЧНИЙ ОПИТУВАЛЬНИК»

Упродовж 2022 року фахівцями лабораторії психологічного забезпечення ДНДІ МВС України здійснювалось стандартизація низки адаптованих українською мовою зарубіжних психодіагностичних методик, у тому числі поширеного на заході Каліфорнійського психологічного опитувальника (CPI-U) [1-4]. Як відомо, стандартизація – це однаковість процедури проведення та оцінки виконання тесту. Вона розглядається у двох планах: як вироблення єдиних вимог до процедури експерименту та як визначення єдиного критерію оцінки результатів. На етапі розробки тесту процедура стандартизації включає три етапи: 1) створення єдиної процедури тестування; 2) створення одноманітної інтерпретації одержаних результатів; 3) визначення норм виконання тесту [4].

З метою створення одноманітної процедури тестування дотримувалась низка умов. Перед початком тестування проводилася підготовча робота: респондентам пропонувався стимульний матеріал опитувальника і повідомлялися призначення і мета тестування, роз'яснювалася інструкція. При тестуванні дотримувалися загальні умови: приміщення було просторим, провітреним, добре освітленим; інструкції повідомлялися за єдиним стандартом, письмово; текст інструкції був чітким і зрозумілим; стимульний матеріал був стандартним для всіх респондентів; перед початком роботи

врахувався вплив ситуаційних чинників (втома або напруження респондентів); у процесі тестування жодному респонденту не надавалось переваг перед іншими; тестування проводилось в однакових умовах; часові обмеження для всіх були ідентичним; психодіагностична методика також відповідала загальним вимогам: простота і низька трудомісткість; лаконічність, точність і зрозумілість інструкції та тверджень; відносна простота обрахунків отриманих результатів.

Одноманітність інтерпретації досягалась за допомогою опрацювання отриманої від респондентів інформації за допомогою однакових «ключів» до тестів. Норми виконання тесту встановлювались на репрезентативних вібірках поліцейських – жінок і чоловіків з використанням необхідних статистичних розрахунків. Розглянемо результати стандартизації**.**

За допомогою CPI-U проведено обстеження 380 працівників патрульної і кримінальної поліції, а також дільничних офіцерів НПУ (288 чоловіків і 92 жінок), спеціальні звання респондентів коливались від капрала до полковника поліції. Кількісний показник вибірки був репрезентативним, (при довірчому рівні ймовірності 0,95 із теоретичною статистичною похибкою 0,05). Отримані в процесі психодіагностичного тестування оцінки були проаналізовані за допомогою статистичних методів з використанням програм Microsoft Excel та SPSS Statistics.. Аналіз середніх значень, стандартного відхилення, моди і медіани виявив наявність закону нормального розподілу за усіма наведеними шкалами. Це дає можливість використовувати при аналізі результатів тестування стандартний набір статистичних методів програм Excel та SPSS. У табл. 1 і 2 наведено середньонормативні та інші статистичні показники за методикою CPI отримані на загальній вибірці.

Таблиця 1

Статистичні показники, отримані в процесі тестування працівників поліції (*загальна вибірка, чоловіки. N = 288*)

Показники	Категорії та шкали CPI																			
	1.Відносини з іншими							2.Управління собою							3.Когнітиний стиль			4.Особистісні характеристики		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
X	7,35	6,14	7,71	7,0	7,50	9,05	5,10	6,24	6,45	8,0	4,55	8,87	8,13	6,67	7,58	8,33	5,80	6,0	5,04	4,61
σ	2,38	3,60	2,26	2,95	2,77	2,85	3,15	3,28	3,22	3,40	2,67	3,05	3,46	2,98	2,57	3,77	2,65	3,51	2,75	2,86
медіана	7	6	7	7	7	9	6	6	6	8	4	9	8	7	7	8	6	6	5	5
мода	7	6	8	8	7	9	5	6	7	9	5	9	8	6	8	8	6	6	5	4

За результатами тестування жінок зафіксовано вищі показники за шкалами четвертої категорії «Особистісні характеристики» (18-20), що може пояснюватись тенденцією до їх більшої проникливості, гнучкості і сензитивності у порівнянні з чоловіками. Також жінки продемонстрували менші індекси за шкалами стенічної групи 1-6, що означає їх меншу схильність до домінування, лідерства, спонтанності, незалежності.

Таблиця 2

Статистичні показники, отримані в процесі тестування працівників поліції (*загальна вибірка, жінки. N = 92*)

Показники	Категорії та шкали CPI																			
	1.Відносини з іншими							2.Управління собою							3.Когнітиний стиль			4.Особистісні характеристики		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
X	6,37	6,05	6,50	5,78	6,75	9,02	6,45	9,24	5,11	9,08	6,34	7,55	8,37	9,12	7,11	9,35	6,60	6,4	6,30	7,80
σ	2,30	3,28	2,26	2,40	3,38	2,03	3,02	2,98	2,21	3,32	3,07	2,55	3,13	2,45	2,15	3,85	3,32	3,01	3,40	2,50
медіана	6	6	7	6	7	9	6	9	5	8	6	8	8	9	7	9	6	6	6	7
мода	6	6	6	6	7	9	5	8	5	9	5	7	8	9	8	9	6	6	5	7

Розрахунки з використання критерію Колмогорова–Смірнова дозволили зробити висновок про те, що розподіл балів за шкалами опитувальника загалом відповідає нормальному (p=0,01). Порівняння результатів тестування за методикою CPI у різних підрозділах поліції (патрульні, дільничні офіцери, оперуповноважені) не виявлено значимих відмінностей (середні значення достовірно не відрізнялися). Таким чином, отримані середньонормативні показники для загальної вибірки можливо вважати еталонними при опитуванні поліцейських різних підрозділів НПУ. Розрахунки показують, що коридор можливих значень за шкалами методики CPI становить від 0 до 12,0 балів, коридор середніх значень становить 5,0-9,0 балів. Бали нижче та вище зазначеного коридору вважаються низькими та високими відповідно.

При вивченні валідності відповіді обстежуваних факторизувались методом головних компонент з подальшим варимакс-обертанням. У процесі стандартизації українськомовної версії CPI, отримано чотирифакторну структуру, що за змістом співпадала з очікуваною. Відсоток поясненої дисперсії становив 14,7; 12,3; 10,5; 7,4 відповідно для категорій «Відносини з іншими», «Управління собою», «Когнітивний стиль», «Особистісні характеристики». В розробленій нами версії чотири фактори пояснили в сумі 53,7% загальної дисперсії перемінних.

В табл. 3 наведено середньонормативні показники за методикою CPI (загальна вибірка). Отримані показники на вибірці успішних працівників поліції свідчать про деяке розходження «базових» та «емпіричних» оцінок.

Виходячи з таблиці можна висновувати про те, що за багатьма шакалами CPI наявні відмінності між базовими даними, представленими у авторських дослідженнях американських психологів, і тими, що отримані внаслідок нашого емпіричного дослідження. Так, середні показники за шкалами стенічного типу реагування 1–6 у середовищі працівників поліції дещо вищі від тих, які отримані американськими дослідниками. Також, за показниками деяких шкал гіпостенічного типу (9; 11; 15; 20) показники працівників поліції є нижчими від базових (p=0,01). Такі результати можливо пояснити тим, що для поліцейських має бути характерним наявність стенічних особистісних рис, оскільки

функціональні обов'язки потребують від них високої працездатності, лідерських якостей, стресостійкості, сміливість, активності, незалежності, спонтанності і рішучості. Поліцейські не схильні підкорятися, уникати відповідальності. Отримані значення шкал свідчать про критичність при оцінці професійних ситуацій, високу самооцінку, упевненість у собі.

Таблиця 3

Порівняння середньонормативних показників,отриманих у процесі адаптації CPI

а) емпіричні статистичні дані для чоловіків і жінок (в % від максимальної кількості; *N = 380*)

Показники	**Категорії та шкали CPI**																			
	1.Відносини з іншими							**2.Управління собою**							**3.Когнітиний стиль**			**4.Особистісні характеристики**		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
M	*61,2*	51,2	64,2	*58,3*	*62,5*	*75,0*	*42,5*	53,0	53,7	*66,6*	54,0	*70,9*	*67,7*	*55,5*	53,1	*59,4*	54,1	44,1	43,0	*38,4*
σ	10,1	11,7	12,4	10,9	*13,6*	*15,8*	9,0	10,7	12,8	14,5	11,6	13,6	12,3	13,1	13,9	14,0	*11,2*	*12,3*	11,0	9,5

б) базові статистичні дані (за даними розробників CPI) (в % від максимальної кількості)

Шкали ІТО	**Категорії та шкали CPI**																			
	1.Відносини з іншими							**2.Управління собою**							**3.Когнітиний стиль**			**4.Особистісні характеристики**		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
M	*55,2*	50,5	66,1	*51,6*	*45,6*	*57,3*	*58,8*	58,7	59,4	*57,8*	60,6	*58,7*	*55,2*	*62,3*	55,1	*48,0*	51,8	46,5	42,7	*56,8*
σ	10,0	11,1	13,7	11,5	*11,2*	*14,9*	10,7	12,3	11,4	13,1	13,5	12,3	14,1	12,9	12,2	13,7	*12,3*	*12,2*	11,5	11,9

Примітка: курсивом виділено показники, за якими зафіксовано статистично значущі відмінності (p = 0,01).

Високі середні значення за шкалою 16 відображають виражену мотивацію досягання через незалежність, високий рівень домагань. Доволі високі оцінки за шкалою «Інтелектуальна ефективність» вказують на гнучкість мислення, хорошу научуваність, творчий потенціал. Водночас, невисокі середні значення за шкалами 18-20 свідчать про те, що поліцейським в незначній мірі притаманні риси гіпостенічного типу реагування – сензитивність, проникливість, гнучкість. Отримані дані, загалом, підтверджують раніше отримані результати з використанням інших психодіагностичних методик.

Отже, отримані дані відповідають встановленим вимогам до психодіагностичного інструментарію та свідчать про можливість використання адаптованої методики CPI в психодіагностичній роботі психологів системи МВС. Аналіз результатів підвередив значні діагностичні можливості опитувальника. На подальшому етапі дослідження планується підготовка і видання відповідних методичних рекомендацій щодо практичного використання CPI в поліції.

Список посилань:

1. Gough, H. G. & Bradley, P. (1996). The California Psychological Inventory™ manual - Third edition (2002 Printing). Mountain View, CA: CPP, Inc.
2. Gough, H. G. (2000). The California Psychological Inventory. In C. E. Watkins, Jr., & V. L. Campbell (Eds.), Testing and assessment in counseling practice (2nd ed.) (pp. 45-71). Mahwah, NJ: Erlbaum.
3. McAllister, L. W. (1996). A practical guide to CPI™ interpretation (3rd ed.). Mountain View, CA: CPP, Inc.
4. Megargee, E. I. (1972). The California Psychological Inventory handbook. San Francisco: Jossey-Bass. Meyer, P. & Davis, S. (1992). The CPI™ applications guide. Mountain View, CA: CPP, Inc.

Бацамут Володимир Миколайлович

доктор військових наук, професор, заступник начальника науково-дослідного центру – начальник науково-дослідної лабораторії службово-бойового застосування НГУ, Національна академія Національної гвардії України (м. Харків)

ПРОГНОЗУВАННЯ ПСИХОГЕННИХ ВТРАТ ВІЙСЬКОВОГО ФОРМУВАННЯ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ БОЙОВИХ ЗАВДАНЬ

Досвід бойових дій, які велися на території України з 2014 р., та широкомасштабна війна Росії проти України, яка розпочалася 24.02.2022 р., свідчать, що підвищення бойової мітці засобів ураження живої сили противника, розроблення нових та вдосконалення існуючих видів зброї, застосування боєприпасів об’ємного вибуху, незмінно ведуть не тільки до зростання загальних втрат особового складу, але й виникнення бойового стресу та психогенних розладів у військовослужбовців, що негативно впливає на їх боєздатність, хід і результати бойових дій.

Проблемі прогнозування психогенних втрат під час ведення бойових дій присвячені роботи багатьох вітчизняних і іноземних вчених, які на підставі досвіду (аналізу) останніх збройних конфліктів пропонували власні підходи (методики). В основному це так звані “коефіцієнтні” методики, в яких влив різних чинників ураховується за допомогою тих чи інших коефіцієнтів.

Складність процесу формування бойового стресу, велика кількість зовнішніх чинників бойової обстановки та особистісних характеристик ставлять під сумнів коректність комплексного їх урахування в цих методиках і, як результат, достовірність отримуваних з їх використанням прогнозів. З іншого боку, урахування в методиці неповного набору чинників, а лише їх частки (а так і відбувається в більшості випадків під час розроблення методик) також не додає впевненості в отримуваних прогнозах. Крім того, для вироблення достовірних прогнозних оцінок потрібно коректно визначити вид математичної залежності між вхідними параметрами (між всіма чинниками, що ураховуються), що не завжди вдається зробити.

З метою уникнення вказаних “проблемних питань” та вироблення достовірних прогнозів щодо кількості психогенних втрат особового складу під час виконання бойових завдань, пропонується використовувати математичний апарат теорії прогнозування на основі трендових моделей – моделей, що описують стійкі систематичні зміни процесу протягом певного часу. У такому разі, хід розвитку процесу пов’язують не з деяким певним набором чинників, а тільки з часом, як інтегральним показником сумарного впливу всіх чинників, тобто: $\tilde{y}_t = f(t)$, де $\tilde{y}_t$ – прогнозна оцінка процесу на момент часу t. Такий підхід вимагає наявності у особи, що здійснює прогнозування, оцінок досліджуваного процесу, розташованих у хронологічній послідовності, так званих часових рядів динаміки.

Отже, якщо у начальника служби психологічного забезпечення з’єднання, військової частини, в ході ведення бойових дій, накопиченні реальні статистичні дані щодо кількості психогенних втрат за певний період часу (є часовий ряд таких оцінок), то існує можливість виробити прогноз психогенних втрат на основі відповідної трендової моделі. Трендові моделі, за своєю суттю, відносяться до екстраполяційних методів прогнозування. При такому підході до прогнозування, ті тенденції, що виявлені у часовому ряді динаміки, переносяться (екстраполюються) на майбутнє.

Основним питанням під час розроблення прогнозу за трендовими моделями є вибір виду трендової моделі: лінійна, параболи (2-го, 3-го і т.д. порядків), степенева, логарифмічна тощо. Вид певної трендової моделі обирається у залежності від характеру розвитку тенденції досліджуваного процесу.

За результатами попередньо проведеного дослідження, для отримання прогнозних оцінок психогенних втрат, автор у доповіді пропонує використовувати поліном другого порядку: $\tilde{y}_t = a_0 + a_1 t + a_2 t^2$. Вибір поліному другого порядку пояснюється наступними аспектами:

по-перше, крива поліному має плавну форму, що добре співвідноситься з динамікою можливих психогенних втрат;

по-друге, динаміка психогенних втрат на окремих часових відрізках може розвиватися з певними швидкістю та прискоренням. Такі зміни описуватимуться складовими поліному: швидкість змін процесу – членом $a_1 t$; прискорення у змінах процесу – членом $a_2 t^2$.

по-третє, у загальному вигляді психогенні втрати не обмежуються певним рівнем (за певних умов можуть зростати і надалі), а поліноміальні функції не мають меж насичення і, тому, надалі апроксимуватимуть динамічний процес.

Разом з тим, існує кілька обмежень на застосування цього методу прогнозування:

– характер виконуваних формуванням (підрозділом) завдань і їх інтенсивність бажано щоб залишалися без різких змін на протязі певного періоду часу (як мінімум 5-7 діб);

– статистика щодо кількості психогенних втрат в певному з’єднанні, військовій частині повинна перманентно фіксуватися і накопичуватися

посадовою особою (підтримуватися в актуальному стані) на протязі всього періоду виконання бойового завдання.

Натомість, при такому підході різко підвищується достовірність отримуваних прогнозів за рахунок того, що вони виробляються на основі реальних даних щодо психогенних втрат в підрозділі (формуванні). Ці дані місять в собі певні тенденції, які є результатом впливу всіх внутрішніх і зовнішніх чинників, що діють на військовослужбовців, і при цьому для виявлення цих тенденцій, а також вироблення на їх основі прогнозів, використовується добре апробований і відомий апарат теорії прогнозування.

Вироблена прогнозна оцінка надається значенням точкового прогнозу $\tilde{y}_{t+L}$ і довірчим інтервалом $\pm \Delta Y$ відносно $\tilde{y}_{t+L}$, де L – інтервал прогнозування.

Прогноз виробляється для директивно встановленого рівня довірчої ймовірності, який разом із дисперсією часового ряду та низкою інших параметрів визначають розміри $\pm \Delta Y$. Завдяки цьому реалізується базовий зміст прогнозу – знання про майбутнє і про ймовірний розвиток сьогочасних тенденцій конкретного явища-об'єкту в подальшому існуванні.

Береза Роман Павлович
кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри морально-психологічного забезпечення Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

Вєлічко Олександр Вікторович
курсант Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

ІННОВАЦІЙНА ПЕДАГОГІЧНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ПРОБЛЕМА ПРАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВИХ ПСИХОЛОГІВ

Військове навчання на сучасному етапі нерозривно пов'язане із задоволенням потреби ретельної підготовки майбутніх військових психологів. Зважаючи на це, застосування умінь і навичок психологічного впливу на військовослужбовців є завжди активно затребуваним з огляду невпинного впровадження у військово-педагогічний процес цілого комплексу новітніх підходів від успішної реалізації яких буде залежати майбутній рівень боєздатності Збройних Сил України, збереження цілісності і недоторканості нашої держави.

Відомо, що психологічна стабільність військовослужбовців є запорукою налагодження сприятливого рівня комунікації воїнів, що має особливе значення під час виконання ними бойових завдань.

Зазначимо, що відомий український педагог С. Гончаренко розглядав явище педагогічної інновації передусім як зміну у завданнях, методах і

прийомах навчання, а також змін у формах організації процесу навчання та виховання [2, с. 233-234].

Вагомий внесок у розв'язання проблеми психолого-педагогічних інновацій в усвідомленому вихованні та підготовці військових психологів, як гарантів налагодження сприятливого психологічного клімату у підрозділах ЗСУ зробили зокрема такі відомі українські вчені та військові педагоги як – В. Ягупов [4], Н. Замотаєва [3], О. Бойко, М. Галик, В. Кожевников, О. Чепур [1] та цілий ряд інших педагогів-науковців.

Розглядаючи аспекти інноваційних педагогічних підходів у підготовці військових психологів, а, також, педагогічні новації якими слід опановувати військовим педагогам, рівно ж, як і діяльністю щодо удосконалення цього процесу, ми трактуємо ці дії передусім, як проблему не лише професійного, а, й фахового змісту. Адже, слід розуміти, що ця здатність нерідко виявляє себе у різних напрямах. Тому, на наше переконання, військовим педагогам завжди слід брати до уваги, що наявність цієї проблеми та зосередження зусиль на її подолання є справою доволі непростою і відповідальною.

На нашу думку, у вихованні військового психолога військовим педагогом завжди дотримуватися готовності до організації і проведення педагогічно-інноваційних процесів, що ставить перед військовиками цілий ряд важливих завдань. Найосновнішими з яких є:

1. Виховання у собі відчуття мотиваційно-професійної потреби до розробки та втілення у військово-педагогічний процес педагогічних інновацій, як передумови для якісної реалізації навчально-виховної дії з курсантами.

2. Набуття офіцером педагогічного арсеналу засобів, форм та методів, які є нетиповими для організації та проведення військово-педагогічного процесу з особовим складом.

3. Удосконалення у собі творчої рефлексії в ході організації та проведенні військово-педагогічного процесу.

4. Напрацювання креативних підходів у втіленні найскладніших завдань військово-педагогічного процесу.

5. Уміння переконливо поширювати якісні набутки педагогічних інновацій.

На шляху до реалізації педагогічних інновацій офіцер повинен володіти й такими важливими якостями як, зокрема:

1. Інноваційна компетентність, до складу якої відносяться:

- система професійно-педагогічних знань, умінь та навичок;
- розвиток власної педагогічної майстерності;
- наявність достатнього рівня педагогічної техніки;
- бажання і схильність до педагогічно-інноваційних відкриттів, винаходів і нововведень;
- розвиток мотиваційної складової для здійснення і втілення у навчально-виховний процес з курсантами педагогічних інновацій.

2. Готовність офіцера до організації та втілення у військово-педагогічному процесі інноваційних підходів та дій. Сюди відносимо такі вимоги:

- усвідомлення офіцером власної потреби для здійснення ним педагогічних інновацій;

-обізнаність офіцера з масивом педагогічно-інноваційних набутків, які стосуються навчально-виховних дисциплін, що відносяться до його педагогічної компетенції;

- здатність до напрацювання власних педагогічно-інноваційних підходів, методів, засобів та форм покликаних удосконалити навчально-виховний процес з особовим складом;

- готовність до подолання професійних труднощів пов'язаних із впровадженням інноваційних процесів у педагогічній роботі;

- готовність до поширення та популяризації для педагогічного загалу власних набутків, напрацювань та відкриттів у царині військово-педагогічних інновацій.

Неодмінною умовою у готовності офіцера до педагогічно-інноваційної діяльності є характеристика, так званих, - рівнів цієї діяльності.

До них відносять:

1. Інтуїтивний рівень – визначається інтуїтивним відчуттям офіцера до пошуку нових форм, методів та засобів військового навчання та виховання, як способу поступового відходу від «традиційних» та «консервативних» методик, що збереглися у різновидах військової освіти.

2. Репродуктивний рівень – характеризується обережним ставленням до педагогічних інновацій, і опирається на вже звикле застосування офіцером у своїй навчально-виховній роботі усталених форм, методів і засобів, які, на його думку, не втратили своєї актуальності у досягненні навчально-виховного результату під час вивчення курсантами навчальної дисципліни.

3. Пошуково-експерементальний рівень – визначається схильністю і здатністю офіцера до педагогічного експериментування, пошуку нових психолого-педагогічних інструментів, засобів, форм та методів, при допомозі яких, стає можливим значно поліпшити якість військово-педагогічного процесу.

4. Креативний рівень – визначається творчим, почасти, - авторським підходом, у вирішенні проблем військового навчання та виховання, і, який є здатним сформувати інноваційну стилістику в організації та проведенні військово-педагогічного процесу у навчальному закладі.

5. Рівень педагогічно-інноваційного удосконалення військово-педагогічного процесу – характеризується перманентним розвитком педагогічних інновацій, поступовим відходом від стагнації та застою усталених в минулому педагогічних ідей та підходів, сповідує рух до прогресу і невпинного удосконалення навчально-виховних дій офіцера у роботі з курсантами.

Отож, на наше переконання педагогічна інновація у підготовці військових психологів є актуальною потребою, яка посідає чільне місце у розвитку військової психолого-педагогічної освіти на сучасному етапі. Безупинне її теоретичне та практичне удосконалення ефективно сприятиме подоланню

психологічного дискомфорту, вирішенню конфліктних ситуацій, розв'язання багатьох проблем психологічного змісту, які займають чільне місце у військовому колективі. Переконані, що процес удосконалення педагогічних інновацій, сприятиме подальшому розвитку прогресивних технологій військової освіти та виховання.

Список посилань:

1. Бойко О. В., Галик М. М., Кожевников В. М., Чепур О. М., Військове навчання і виховання: навчально-методичний посібник. Львів: ЛІСВ, 2007, 153 с.

2. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник Київ : Либідь, 1997. 376 с.

3. Замотаєва Н. В. Військова педагогіка: історія, теорія, практика: навч. посіб. Київ : Альфа Реклама, 2021. 364 с.

4. Ягупов В.В. Теорія і методика військового навчання: монографія. Київ : Тандем, 2000. 380 с.

Андрейко Богдана Володимирівна
кандидат психологічних наук, доцент кафедри спеціальної освіти

Богоніс Юлія Романівна
здобувач освітнього ступеня бакалавра спеціальності " спеціальна освіта"
Львівський національний університет імені Івана Франка (м. Львів)

Граб Юлія Степанівна
здобувач освітнього ступеня бакалавра спеціальності " спеціальна освіта"
Львівський національний університет імені Івана Франка (м. Львів)

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Під час воєнного стану однією з найуразливіших та беззахисних категорій цивільного населення є діти та підлітки. На їхніх очах відбуваються страшні події, і більшість з дітей перебуває у стресі. Їм важко прийняти нову реальність в яку вони потрапили.

Події, що відбуваються у нашій країні, певною мірою торкаються всіх її громадян, і ми розуміємо, що всім нам зараз потрібна допомога, підтримка, аби вистояти вберегти себе і близьких, зберегти своє емоційне й психічне здоров'я.

Діти з особливими освітніми потребами є особливо вразливими до цих страшних подій. Вони здригаються від вибухів, не розуміють нове переміщення у безпечне місце (бомбосховище), опиняються в ступорі або виявляють істерики під час сирен повітряної тривоги, відчувають постійний страх, розгубленість, тривогу та мають інші негативні психічні прояви.

Щоб заспокоїти дитину під час навчання в умовах воєнного стану, потрібно перш за все зробити максимально подібні умови навчання, які були до

війни. Створити і пристосувати нові навчальні ритуали, які зможуть заспокоїти дитину, зацікавити та можливо вберегти. Обов'язкового робіть дихальні вправи під час перерв, тривожних ситуацій, повітряних тривог, заради того, щоб заспокоїти учня, привести його емоційний стан у попередню стабільність. Також важливо проговорювати з дитиною її страхи і те, що її тривожить.

Варто звернути увагу, що педагогу в разі негативних переживань важливо стабілізувати власний ресурс, щоб бути позитивним, відкритим, доступним, чуйним, а уже потім продовжувати роботу з дітьми. Перебуваючи в екстремальних умовах, природно, що і діти відчувають страх та паніку, а тому потребують розуміння, підтримки, відчуття безпеки. У нагоді педагогам та дітям стануть короткі анімаційні відео із 10-20 секундними вправами-практиками, що допоможуть заспокоїтися і психологічно себе підтримати. [3]

Особливості психологічної підтримки дитини з ООП залежить від того, яке саме порушення вона має. Якщо дитина має порушення слуху потрібно створити комфортну зону перебування, яка має асоціюватись і згадуватись з мирним і минулим життям. Не перевантажувати її новинами і обмежити користуванням соціальними мережами, щоб не травмувати її страшними картинками, епізодами з місць, де йдуть бойові дії.

Для дітей з порушенням зору важливо навчити їх легко сприймати сигнал повітряної тривоги, шум вертольотів, різних військових машин та авіацій. Адже у таких діток добре розвинутий слух і їм потрібно все пояснювати. Можна у легшій формі не з усіма деталями розказувати про хід війни і обмежити свої обговорення про це. Також потрібно обмежити використання інтернетом, щоб теж забезпечувати психологічну безпеку.

Слід мати на увазі, що діти з інтелектуальною недостатністю мають обмежені когнітивні здібності і не можуть швидко і правильно реагувати та опрацьовувати інформацію з навколишнього середовища. Тому важливо надавати цим дітям необхідну підтримку та допомогу під час війни, максимально враховуючи їхній інтелектуальні можливості, щоб мінімізувати наслідки психологічної травми.

Діти з аутизмом, дуже часто можуть не розуміти слів війна, тривога, що потрібно спускатись в укриття. Для них потрібно загально пояснити, що вони мають робити коли почують сигнал повітряної тривоги, чому небезпечно ходити під час неї по дворі і обов’язково потрібно використати індивідуальний підхід до дитини, адже кожний є різний і один сприйме ваші слова так би мовити адекватно, а в другого може негативно і навіть з агресією.

У нашій практиці був випадок, що дитина з аутизмом в принципі не розуміла що є якась держава, яка може написати на нас, що взагалі таке зброя, навіщо вона, як вона працює, чому гудить сирена і в інтернеті показують страшні фото людей і відео де розбиті будівлі. Почувши війна, в неї це слово було на вустах цілий день і ні про що інше вона говорити не могла. Тут психолог повинен працювати над цими питання і вдома повинні старатись не обговорювати при ній питання війни, тривог, все має бути завуальовано. Під час істерик найкраще заспокоїти її дихальними вправами, зацікавлювати

розмальовками, ігри з пальчиками, тобто відчуття власного тіла, старатись щоб під час кризових ситуацій вона була з рідними.

Також важливо правильно поводитись під час істерик дитини, а саме, неадекватні бажання дитини слід ігнорувати, по можливості перейти разом з дитиною у спокійне місце, де немає сторонніх людей, розмовляючи із нею впевнено короткими фразами, запропонувати випити води, вмити обличчя. Дитині у стані панічної атаки запропонуйте випити води, теплого напою або потримайте її руки під струменем теплої води , після істерики потрібно зацікавити цікавими іграшки чи предметами: розмальовками, пальчиковими фарбами, складанням орігамі та іншим.

Для зниження стресу та тривоги у дітей з особливими освітніми потребами під час війни можна застосовувати метод арт-терапії. Це метод психотерапії, який дозволяє з допомогою творчості пережити внутрішні конфлікти, тривоги, страхи, що турбують людину. Для терапії підходить будь-яка творча діяльність, що допомагає проявити та висловити свої емоції. У процесі малювання людина зображує потреби, які глибоко приховані в підсвідомості, якщо це намалювати і розібратись із зображеним, тоді легше розуміти, з якими потребами потрібно працювати.

Натомість музикотерапія активізує емоційні процеси у вигляді їх стимуляції, які викликають інтрапсихічний аналіз внутрішніх конфліктів та їх усунення, розвиває здатність до естетичних переживань, що сприяє руйнуванню обмежень, пов‘язаних з переживаннями, стресовими станами тощо.

Варто зазначити, що за умови наявності сильних фізіологічних проявів тривоги (пришвидшене серцебиття, підвищення пульсу, потіння, дискомфорт у животі, запаморочення тощо) засобом допомоги може бути опанування техніками контролю, вправи на релаксацію та регуляції дихання. Доведено, що контрольоване сповільнення дихання, глибші вдихи-видихи сприяють розслабленню організму та зниженню почуття тривоги. Натомість, релаксація регулює настрій і ступінь психічного збудження, дозволяє послабити або скинути викликане стресом психічне й м'язове напруження.

Як можна надати первинну психічну допомогу дитині з ООП під час війни:

1) Говоріть з дитино впевнено, чітко висловлюйте свої думки та говоріть з нею наче з дорослим, можете вжити порівняння, що знаєте багатьох дітей які так само реагують на ці події і це нормально.
2) Потрібно створити таку атмосферу, щоб дитина відчувала себе як в мирний час, в безпеці та не хвилювалась на сенсі чи при розмові.
3) Говоріть з дитиною лише про позитивні відчуття які вона відчувала під час воєнного стану, не потрібно згадувати погане, нехай вона опише лише те позивне, що прожила.
4) Завжди повторюйте що страх є у кожної людини, можете навести свої страхи, запевніть її що соромитись не потрібно і якомога більше хваліть дитини, підвищуйте самооцінку.

5) Використовуйте тактильні ігри, це може бути варіння власного пластиліну(допомагає з дітками з аутизмом, з ГРДУ, інтелектуальними порушеннями, вони заземлюються і заспокоюються, так якби відсторонюються від світу на деякий час), кінетичний пісок, пальчикові фарби, навіть можна запропонувати дівчаткам молодшого шкільного віку макіяж, їм дуже підніметься настрій і покращиться комунікація з вами, також так вона випустити свої емоції на волю і вивільнитись від них

6) Не піддавайтесь на маніпуляції і не жалійте дитини і обов'язково це скажіть дітям, часто вони можуть так вами маніпулювати і використовувати заборонені речі, наприклад, телефон, чи заборонені продукти, ігри.

Отже, незважаючи на те, яке порушення має дитини, їй обов'язково потрібно розказувати та пояснювати про війну, просто потрібно це робити спокійно, виважено та не в повному обсязі, можливо десь завуальовано та без деталей. Якщо цього не робити, є ризик що вони отримають викривлену чи неправдиву інформацію, якщо не говорити з ними про війну, а, отже, невизначеність та не інформованість (чи неадекватна інформованість) породить додаткову тривожність, страхи та викривлене сприйняття подій.

Для того, щоб дитина легше пережила травмуючу подію, постійно говоріть з нею, заспокоюйте, не забувайте про неї, грайтесь, підтримуйте та обговорюйте це. Дотримуйтесь колишніх ритуалів яка мала дитина з ООП, не забувайте про них, створіть нові, наприклад завжди брати з собою в сховище кожен раз іншу іграшку чи розмальовку, або розказувати і в сховищі казку. Тож підтримка дитини з ООП базується на щоденній рутині та буденності. Тому важливо створити для неї усталений розклад дня, причому бажано його візуалізувати у формі картинок та тексту. Розклад обов'язково має містити звичні гігієнічні процедури, прогулянки, ігри, фізичну активність, побутові справи на кшталт походів до крамниці, прибирання, готування їжі, догляду за домашніми тваринами – усе те, до чого дитина звикла вдома. Це доволі легко дотримувати, і такі прості речі можуть стабілізувати дитину з ООП, для якої звичні справи є основою безпеки та впевненості.

Обов'язково відвідуйте спеціального психолога, психотерапевта, свого шкільного психолога, якщо ви залишились у своєму місті, щоб дитина відволікалась від війни, відпочивала, виконувала їхні вказівки та розслабилась.

Ваше безвідповідальне ставлення до військових дій може негативно вплинути на психічний стан вашої особливої дитини, тому ні в якому разі не ігноруйте розмови, все чітко роз'яснюйте за потреби та бажанням самої дитини, будьте спокійні, чіткі та впевнені у своїх висловах, це збереже психічне життя вашої дитини.

Список посилань:

1. Допомога дітям з ОПП під час війни. Поради для батьків. URL: https://nus.org.ua/articles/dopomoga-dityam-z-oop-pid-chas-vijny-porady-dlya-batkiv/

2. Допомога та підтримка дітям з порушеннями інтелектуального розвитку в умовах воєнного стану в країні. URL :

https://ispukr.org.ua/?p=8705#.Y3K_esfP23A

3. Кірішко Л. Психологічна підтримка дітей з особливими освітніми потребами в умовах воєнного стану. *Науково-методичний щоквартальний журнал «Педагогічний вісник».* Кропивницький: Кіровоградський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського. 2022. Вип. № 1-2 (57-58) 212 с.

4. Толошин С.М, Корольов М.Г. та ін. Психологічна підтримка дітей з особливими освітніми потребами в умовах війни : методичні рекомендації. м. Дніпро. 2022.

5. Байер О. Первина психологічна допомога під час війни: принципи й правила. URL: https://oplatforma.com.ua/article/3039-pervinna-psihologchna-dopomoga-pd-chas-vyni-pravila-y-printsipi

6. Кобинець Я. Інклюзія під час війни: як підтримати дітей з особливими потребами. URL https://osvita.ua/school/method/87002/

Богоніс Юлія Романівна
здобувач освітнього ступеня бакалавра спеціальності " спеціальна освіта"
Львівський національний університет імені Івана Франка

Андрейко Богдана Володимирівна
кандидат психологічних наук, доцент кафедри спеціальної освіти

Граб Юлія Степанівна
здобувач освітнього ступеня бакалавра спеціальності " спеціальна освіта"
Львівський національний університет імені Івана Франка

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Під час воєнного стану однією з найуразливіших та беззахисних категорій цивільного населення є діти та підлітки. На їхніх очах відбуваються страшні події, і більшість з дітей перебуває у стресі. Їм важко прийняти нову реальність в яку вони потрапили.

Події, що відбуваються у нашій країні, певною мірою торкаються всіх її громадян, і ми розуміємо, що всім нам зараз потрібна допомога, підтримка, аби вистояти вберегти себе і близьких, зберегти своє емоційне й психічне здоров'я.

Діти з особливими освітніми потребами є особливо вразливими до цих страшних подій. Вони здригаються від вибухів, не розуміють нове переміщення у безпечне місце (бомбосховище), опиняються в ступорі або виявляють істерики під час сирен повітряної тривоги, відчувають постійний страх, розгубленість, тривогу та мають інші негативні психічні прояви.

Щоб заспокоїти дитину під час навчання в умовах воєнного стану, потрібно перш за все зробити максимально подібні умови навчання, які були до війни. Створити і пристосувати нові навчальні ритуали, які зможуть заспокоїти

дитину, зацікавити та можливо вберегти. Обов'язкового робіть дихальні вправи під час перерв, тривожних ситуацій, повітряних тривог, заради того, щоб заспокоїти учня, привести його емоційний стан у попередню стабільність. Також важливо проговорювати з дитиною її страхи і те, що її тривожить.

Варто звернути увагу, що педагогу в разі негативних переживань важливо стабілізувати власний ресурс, щоб бути позитивним, відкритим, доступним, чуйним, а уже потім продовжувати роботу з дітьми. Перебуваючи в екстремальних умовах, природно, що і діти відчувають страх та паніку, а тому потребують розуміння, підтримки, відчуття безпеки. У нагоді педагогам та дітям стануть короткі анімаційні відео із 10-20 секундними вправами-практиками, що допоможуть заспокоїтися і психологічно себе підтримати. [3]

Особливості психологічної підтримки дитини з ООП залежить від того, яке саме порушення вона має. Якщо дитина має порушення слуху потрібно створити комфортну зону перебування, яка має асоціюватись і згадуватись з мирним і минулим життям. Не перевантажувати її новинами і обмежити користуванням соціальними мережами, щоб не травмувати її страшними картинками, епізодами з місць, де йдуть бойові дії.

Для дітей з порушенням зору важливо навчити їх легко сприймати сигнал повітряної тривоги, шум вертольотів, різних військових машин та авіацій. Адже у таких діток добре розвинутий слух і їм потрібно все пояснювати. Можна у легшій формі не з усіма деталями розказувати про хід війни і обмежити свої обговорення про це. Також потрібно обмежити використання інтернетом, щоб теж забезпечувати психологічну безпеку.

Слід мати на увазі, що діти з інтелектуальною недостатністю мають обмежені когнітивні здібності і не можуть швидко і правильно реагувати та опрацьовувати інформацію з навколишнього середовища. Тому важливо надавати цим дітям необхідну підтримку та допомогу під час війни, максимально враховуючи їхній інтелектуальні можливості, щоб мінімізувати наслідки психологічної травми.

Діти з аутизмом, дуже часто можуть не розуміти слів війна, тривога, що потрібно спускатись в укриття. Для них потрібно загально пояснити, що вони мають робити коли почують сигнал повітряної тривоги, чому небезпечно ходити під час неї по дворі і обов’язково потрібно використати індивідуальний підхід до дитини, адже кожний є різний і один сприйме ваші слова так би мовити адекватно, а в другого може негативно і навіть з агресією.

У нашій практиці був випадок, що дитина з аутизмом в принципі не розуміла що є якась держава, яка може написати на нас, що взагалі таке зброя, навіщо вона, як вона працює, чому гудить сирена і в інтернеті показують страшні фото людей і відео де розбиті будівлі. Почувши війна, в неї це слово було на вустах цілий день і ні про що інше вона говорити не могла. Тут психолог повинен працювати над цими питання і вдома повинні старатись не обговорювати при ній питання війни, тривог, все має бути завуальовано. Під час істерик найкраще заспокоїти її дихальними вправами, зацікавлювати розмальовками, ігри з пальчиками, тобто відчуття власного тіла, старатись щоб

під час кризових ситуацій вона була з рідними.

Також важливо правильно поводитись під час істерик дитини, а саме, неадекватні бажання дитини слід ігнорувати, по можливості перейти разом з дитиною у спокійне місце, де немає сторонніх людей, розмовляючи із нею впевнено короткими фразами, запропонувати випити води, вмити обличчя. Дитині у стані панічної атаки запропонуйте випити води, теплого напою або потримайте її руки під струменем теплої води , після істерики потрібно зацікавити цікавими іграшки чи предметами: розмальовками, пальчиковими фарбами, складанням орігамі та іншим.

Для зниження стресу та тривоги у дітей з особливими освітніми потребами під час війни можна застосовувати метод арт-терапії. Це метод психотерапії, який дозволяє з допомогою творчості пережити внутрішні конфлікти, тривоги, страхи, що турбують людину. Для терапії підходить будь-яка творча діяльність, що допомагає проявити та висловити свої емоції. У процесі малювання людина зображує потреби, які глибоко приховані в підсвідомості, якщо це намалювати і розібратись із зображеним, тоді легше розуміти, з якими потребами потрібно працювати.

Натомість музикотерапія активізує емоційні процеси у вигляді їх стимуляції, які викликають інтрапсихічний аналіз внутрішніх конфліктів та їх усунення, розвиває здатність до естетичних переживань, що сприяє руйнуванню обмежень, пов‘язаних з переживаннями, стресовими станами тощо.

Варто зазначити, що за умови наявності сильних фізіологічних проявів тривоги (пришвидшене серцебиття, підвищення пульсу, потіння, дискомфорт у животі, запаморочення тощо) засобом допомоги може бути опанування техніками контролю, вправи на релаксацію та регуляції дихання. Доведено, що контрольоване сповільнення дихання, глибші вдихи-видихи сприяють розслабленню організму та зниженню почуття тривоги. Натомість, релаксація регулює настрій і ступінь психічного збудження, дозволяє послабити або скинути викликане стресом психічне й м'язове напруження.

Як можна надати первинну психічну допомогу дитині з ООП під час війни:

7) Говоріть з дитино впевнено, чітко висловлюйте свої думки та говоріть з нею наче з дорослим, можете вжити порівняння, що знаєте багатьох дітей які так само реагують на ці події і це нормально.

8) Потрібно створити таку атмосферу, щоб дитина відчувала себе як в мирний час, в безпеці та не хвилювалась на сенсі чи при розмові.

9) Говоріть з дитиною лише про позитивні відчуття які вона відчувала під час воєнного стану, не потрібно згадувати погане, нехай вона опише лише те позивне, що прожила.

10) Завжди повторюйте що страх є у кожної людини, можете навести свої страхи, запевніть її що соромитись не потрібно і якомога більше хваліть дитини, підвищуйте самооцінку.

11) Використовуйте тактильні ігри, це може бути варіння власного пластиліну(допомагає з дітками з аутизмом, з ГРДУ, інтелектуальними

порушеннями, вони заземлюються і заспокоюються, так якби відсторонюються від світу на деякий час), кінетичний пісок, пальчикові фарби, навіть можна запропонувати дівчаткам молодшого шкільного віку макіяж, їм дуже підніметься настрій і покращиться комунікація з вами, також так вона випустити свої емоції на волю і вивільнитись від них

12) Не піддавайтесь на маніпуляції і не жалійте дитини і обов'язково це скажіть дітям, часто вони можуть так вами маніпулювати і використовувати заборонені речі, наприклад, телефон, чи заборонені продукти, ігри.

Отже, незважаючи на те, яке порушення має дитини, їй обов'язково потрібно розказувати та пояснювати про війну, просто потрібно це робити спокійно, виважено та не в повному обсязі, можливо десь завуальовано та без деталей. Якщо цього не робити, є ризик що вони отримають викривлену чи неправдиву інформацію, якщо не говорити з ними про війну, а, отже, невизначеність та не інформованість (чи неадекватна інформованість) породить додаткову тривожність, страхи та викривлене сприйняття подій.

Для того, щоб дитина легше пережила травмуючу подію, постійно говоріть з нею, заспокоюйте, не забувайте про неї, грайтесь, підтримуйте та обговорюйте це. Дотримуйтесь колишніх ритуалів яка мала дитина з ООП, не забувайте про них, створіть нові, наприклад завжди брати з собою в сховище кожен раз іншу іграшку чи розмальовку, або розказувати і в сховищі казку. Тож підтримка дитини з ООП базується на щоденній рутині та буденності. Тому важливо створити для неї усталений розклад дня, причому бажано його візуалізувати у формі картинок та тексту. Розклад обов'язково має містити звичні гігієнічні процедури, прогулянки, ігри, фізичну активність, побутові справи на кшталт походів до крамниці, прибирання, готування їжі, догляду за домашніми тваринами – усе те, до чого дитина звикла вдома. Це доволі легко дотримувати, і такі прості речі можуть стабілізувати дитину з ООП, для якої звичні справи є основою безпеки та впевненості.

Обов'язково відвідуйте спеціального психолога, психотерапевта, свого шкільного психолога, якщо ви залишились у своєму місті, щоб дитина відволікалась від війни, відпочивала, виконувала їхні вказівки та розслабилась.

Ваше безвідповідальне ставлення до військових дій може негативно вплинути на психічний стан вашої особливої дитини, тому ні в якому разі не ігноруйте розмови, все чітко роз'яснюйте за потреби та бажанням самої дитини, будьте спокійні, чіткі та впевнені у своїх висловах, це збереже психічне життя вашої дитини.

Список посилань:

1. Допомога дітям з ОПП під час війни. Поради для батьків. URL: https://nus.org.ua/articles/dopomoga-dityam-z-oop-pid-chas-vijny-porady-dlya-batkiv/

2. Допомога та підтримка дітям з порушеннями інтелектуального розвитку в умовах воєнного стану в країні. URL : https://ispukr.org.ua/?p=8705#.Y3K_esfP23A

3. Кірішко Л. Психологічна підтримка дітей з особливими освітніми

потребами в умовах воєнного стану. *Науково-методичний щоквартальний журнал «Педагогічний вісник».* Кропивницький: Кіровоградський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського. 2022. Вип. № 1-2 (57-58) 212 с.

4. Толошин С.М, Корольов М.Г. та ін. Психологічна підтримка дітей з особливими освітніми потребами в умовах війни : методичні рекомендації. м. Дніпро 2022

5. Байер О. Первина психологічна допомога під час війни: принципи й правила. URL: https://oplatforma.com.ua/article/3039-pervinna-psihologchna-dopomoga-pd-chas-vyni-pravila-y-printsipi

6. Кобинець Я. Інклюзія під час війни: як підтримати дітей з особливими потребами. URL https://osvita.ua/school/method/87002/

Бондзик Дмитро Миколайович

викладач кафедри соціології та психології факультету № 6, Харківський національний університет внутрішніх справ (м. Харків)

МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ФАХІВЦЯ ЕКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФІЛЮ

Психологічна природа різних видів активності фахівця екстремального профілю спрямованих на забезпечення своєї безпеки недостатньо вивчена. Сьогодні зростає кількість людей, які характеризуються деформованістю потреби у морально-психологічній безпеці, що призводить до зниження задоволеності сьогоденням та відсутності впевненості у майбутньому, до руйнування цілісності особистості фахівця екстремального профілю, зростання страху та тривоги, зниження стійкості до несприятливих впливів. Ця обставина обумовлює необхідність вивчення даної проблеми, розробки механізмів морально-психологічної безпеки спеціаліста екстремального профілю [4, с. 84].

Окрім цього значимість проблеми визначається актуальністю психологічних досліджень, спрямованих на цілісне вивчення життя людини при пошуку їх інтегрованих оцінок свого буття в різних проявах. У цьому надзвичайно важливим стає вивчення сприйняття людиною свого стану з позиції «небезпека».

Актуальність сучасного звернення до проблем безпеки спеціаліста екстремального профілю визначається також динамічним розвитком психологічної науки та необхідністю інтеграції досягнень наукового знання, досліджень у сфері екстремальної психології та психології службової діяльності. Неможливість захистити людину від всіх загроз, складних та напружених ситуацій, призвела до необхідності переосмислення розуміння психологічної сутності безпеки.

Значний внесок у становлення предметного поля безпеки внесли дослідження, що розглядають різні компоненти психологічної безпеки з погляду суб'єктів взаємодії (В.С. Артамонов, Ю.Г. Баскін, Н.Г. Винокурова,

А.А. Грішних, Ю.П. Зінченко, В.Ю., Рибніков, А.В. Шльонков та ін).

Критерії безпеки трактуються, з тих структур, із якими психологи ідентифікують людину. У переважній більшості уявлень про безпеку як її критерій мається на увазі цілісність фізичної структури спеціаліста екстремального профілю, що відповідає нормам стабільного функціонування організму [3, с. 207].

У сучасному світі потреба у безпеці, у комплексній реалізації заходів щодо її здійснення стає одним із головних пріоритетів. Обґрунтовано актуальність міждисциплінарних основ дослідження феномена психологічної безпеки, потреба у створенні загальної психологічної теорії безпеки, яка б враховувала та розкривала багаторівневість аналізованого феномену морально-психологічної безпеки спеціаліста екстремального профілю.

Психологічну безпеку фахівця екстремального профілю можна уявити як референтну вісь, визначальну когнітивну, емоційну і поведінкову складову особистості. Безпека сприяє формуванню у кожної людини власної системи поглядів, думок та установок. Людина пізнає світ на основі власних уявлень та понять про безпеку, піддаючи їх експериментальній перевірці, ризикує, спираючись на них. Звіряючись зі своїми уявленнями про безпеку, людина живе, передбачаючи події, будує свою поведінку, оцінює результати своїх дій, коригує способи інтерпретації навколишнього світу [2, с. 35].

Безпека – рухлива система, за допомогою якої фахівець екстремального профілю переходить від однієї ситуації до іншої, а психологічна безпека представлена активністю фахівця як суб'єкта забезпечення власної безпеки. Забезпечення безпеки, у свою черга, є процес створення сприятливих умов професійної діяльності у надзвичайних ситуаціях, реалізації свободи суб'єкта як можливості контролювати умови існування [5, с. 112].

Основними складовими психологічного виміру морально-психологічної безпеки спеціаліста екстремального профілю виступають суб'єктивні переживання людини, чуттєво-емоційні та когнітивні компоненти, ціннісні аспекти ставлення до свого життя, обумовлені об'єктивними обставинами життєдіяльності та особистісними властивостями.

Психологічна безпека відображає цілісне, детерміноване процесами морального пізнання та моральної взаємодії, ставлення фахівця до майбутньої професійної діяльності у надзвичайних ситуаціях та є феноменом, похідним від процесів сприйняття себе з погляду небезпеки/безпеки.

Також важливим елементом морально-психологічної безпеки спеціаліста екстремального профілю можуть бути не тільки реалістичні уявлення про діапазон власних можливостей та зрілі когнітивні схеми, а й переживання безпеки у вигляді позитивних чи негативних емоційних явищ.

При цьому слід зазначити, що негативні емоційні переживання виконують важливу оцінну функцію, будучи необхідним компонентом ставлення фахівця екстремального профілю до своєї безпеки, у зв'язку з чим облік балансу позитивних та негативних емоційних компонентів психологічної безпеки є обов'язковим пунктом дослідження безпеки з точки зору достовірності

відображення реальності.

При побудові моделі морально-психологічної безпеки основний акцент робився на концептуальний підхід, який полягає, з одного боку, у вивченні психологічної безпеки з позиції активності спеціаліста екстремального профілю як суб'єкта забезпечення власної безпеки, а з іншого – в опорі на суб'єктивне розуміння та сприйняття безпеки особистістю [1, с. 399].

Таким чином, як інтегральний показник професійної діяльності фахівця екстремального профілю, морально-психологічна безпека являє собою багатовимірну, багаторівневу та динамічну систему. Це положення передбачає виділення різних рівнів прояву психологічної безпеки, які, залежно від від ступеня їх узагальненості та актуалізованості, становлять різні аспекти її виміру.

Важливою методичною особливістю даної моделі є те, що психологічна безпека вимірюється за допомогою сукупності непрямих показників, що, безумовно, звільняє від основних недоліків, характерних вимірювань, заснованих на використанні прямих оцінок задоволеності особистістю своєї безпеки.

Список посилань:

1. Абрамов В. І. Духовний потенціал Збройних Сил України: методологія системного вивчення і регулювання : дис. ...доктора філос. наук : 09.00.03. Київ, 2005. 390 с.
2. Барко В. І., Барко В. В., Остапович В. П. Психологічні засади гендерної рівності в діяльності органів системи МВС України. Розуміння маскулінності та ґендерної рівності в секторі безпеки України та представлення результатів дослідження : Мат-ли міжн. наук.-практ. конф. Київ, 2021. С. 34–38.
3. Вірна Ж.П. Мотиваційно-смислова регуляція у професіоналізації психолога. Луцьк : РВВ «Вежа»; ВДУ ім. Лесі Українки, 2003. 320 с.
4. Приходько І. І. Засади психологічної безпеки персоналу екстремальних видів діяльності : монографія. Харків : Акад. ВВ МВС України, 2013. 745 с.
5. Садковий В. П. Особливості прояву посттравматичних стресових розладів у працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України: дис. … канд. психол. наук: 19.00.09. Університет цивільного захисту України. Харків, 2005. 224 с.

Бутенко Михайло Володимирович

аспірант відділу організації освітньо-наукової підготовки Харківського національного університету внутрішніх справ (м. Харків)

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ПРОФЕСІЙНУ УСПІШНІСТЬ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ

Сьогоденна реальність поставила суспільство в досить суворі рамки, адже особа постійно зіштовхується з різноманітними стресовими, надзвичайними та екстремальними ситуаціями, що призводить до різних негативних наслідків

(стресові розлади, психосоматичні захворювання, емоційне вигорання). Цивільна особа в таких випадках може дозволити собі залишитися осторонь, поліцейський же має виконувати свої обов’язки, незважаючи на зовнішні обставини. Крім того, суспільство вимагає від поліцейського не просто виконувати свої функціональні обов'язки в екстремальних умовах, а виконувати їх успішно, якісно та ефективно.

Коли поліцейський перебуває в екстремальних ситуаціях важливу роль відіграє регулятивна функція психіки. Одним із компонентів цієї функції психіки є емоції. Емоції дають першочергове уявлення про подію, викликають у поліцейського перші реакцій на подію, від яких буде залежати його подальша поведінка.

Емоційні реакції поліцейського індивідуальні, але складаються певні ситуації, які викликають емоційне напруження, що ускладнює для поліцейського виконання покладених на нього обов'язків.

Ще в 1908 р. Р. М. Йєркс і Дж. Д. Додсон встановили залежність між рівнем емоційного напруження та успішністю діяльності [1]. Одним із чинників, який визначає таку залежність є рівень складності задачі. Чим складніше задача, тим нижчий рівень емоційного напруження потрібний для максимально успішної діяльності. Невміння вчасно зрозуміти та скоригувати власні емоції може викликати негативні наслідки: підвищенням рівня агресії, панікою, ступором, страхом, афективним або шоковим станом поліцейського. У таких психологічних станах поліцейському істотно складніше виконувати покладені на нього обов’язки успішно та ефективно. Емоційний інтелект є захисним фактором індивідів для підвищення їх психологічної стійкості.

Робота поліцейського класифікується як робота «людина – людина». Даний факт важливий ще тому, що в екстремальних ситуаціях доводиться працювати та взаємодіяти із цивільними громадянами, які не підготовлені до них. У результаті, в цих осіб також виникають різноманітні емоційні переживання, що призводить до негативних наслідків. Практика свідчить, що громадяни, особливо коли знаходяться у стресових ситуаціях, від поліцейського сподіваються отримати адекватну реакцію, допомогу та підтримку. В ситуації, коли поліцейський не може впоратися з власним емоційним станом, знайти адекватний вихід емоціям та стримати власні поривання, то відповідно й громадяни, які знаходяться поряд, не мають прикладу для наслідування та будуть поводити себе відповідно. Такі випадки призводять до накалювання ситуації, неадекватних дій, травмування та інших тяжких наслідків. Розглядаючи вплив емоцій на роботу поліцейського в екстремальних ситуаціях, потрібно зазначити, що тривала дія несприятливих емоційних переживань в подальшому може призвести до негативних наслідків як для психологічного, так і для фізичного здоров’я поліцейського.

Звичайно, не лише емоції впливають на успішне, якісне та ефективне виконання працівником поліції своїх функціональних обов'язків в екстремальних ситуаціях, але все ж таки вони є досить значущими елементами професійної успішності. Саме тому, на нашу думку, вони заслуговують

особливої уваги під час підготовки поліцейських для роботи в екстремальних ситуаціях. Тому в сучасних умовах особливої актуальності набуває необхідність вивчення та розвитку емоційного інтелекту у поліцейських.

Загалом виникнення поняття емоційного інтелекту пов'язане з дослідженням проблеми взаємодії емоцій та перцептивно-когнітивних функцій людини [2]. Слід відзначити, що емоційний інтелект ділять на двохкомпонентну модель, яка пов'язана із когнітивними здібностями та і з особистими характеристиками, тому його можна поділити на внутрішньоособистісний емоційний інтелект та міжособистісний емоційний інтелект [3].

Р. Бар-Он визначає емоційний інтелект як сукупність некогнітивних здібностей, знань і компетентностей, за допомогою яких людина має можливість успішно справлятися з різними життєвими ситуаціями, несприятливими зовнішніми умовами. Важливими компонентами емоційного інтелекту є здатність до адаптації до умов зовнішнього середовища, що забезпечує вирішення проблем, зв’язок із реальністю, гнучкість; та управління стресовими ситуаціями, яке передбачає стійкість до стресу, контроль за імпульсивністю своєї поведінки [4].

Рисунок 1 – Процеси регулювання емоцій за допомогою емоційного інтелекту

Емоційний інтелект передбачає декілька процесів регуляції екстремальної ситуації, яка виникає під час здійснення професійної діяльності (рис.1):

– безпосередня зміна ситуації: вжиття практичних дій для прямого впливу на ситуацію, що викликала негативні емоції,

– відволікання: відволікання уваги від особливостей ситуації, що викликають негативні емоції;

– роздуми: спрямування уваги на негативні думки та почуття та їх причини;

– переоцінка: зміна власної інтерпретації ситуації, що викликає емоції;

– соціальний обмін: передача емоційного епізоду іншим учасникам ситуації.

Таким чином, високий рівень емоційного інтелекту у поліцейського дозволяє йому розуміти власні емоції, вміти керувати ними, визначати причини їх виникнення, знижувати емоційну напругу, швидше адаптуватися до навколишнього середовища, що буде досить корисно при виконанні професійних функціональних обов'язків в екстремальних ситуаціях. Також слід відмітити, що емоційний інтелект дозволяє ефективно виконувати соціальну функцію, розуміти емоції оточуючих та керувати ними, що дозволить зменшити негативні наслідки для громадян, які опинилися у несприятливих умовах. Поліцейським з високим рівнем емоційного інтелекту значно легше контролювати себе, приймати раціональні рішення в екстремальних ситуаціях, впливати своєю поведінкою на емоційний стан оточуючих, об'єктивно доносити інформацію про екстремальну ситуацію, та забезпечувати соціальну взаємодію.

Сучасні складні умови життя, такі як військові дії, стихійні лиха, епідемії, терор, економічні проблеми сприяють виникненню екстремальних ситуацій, які вимагають від поліцейських швидких, ефективних та успішних дій. З огляду на це, важливість поняття психологічної стійкості та емоційного інтелекту значно зростає під час підготовки працівників поліції. Для цього необхідно впроваджувати програми підготовки, які забезпечують підвищення рівня емоційного інтелекту, психологічної стійкості поліцейських для більш успішного виконання ними професійних обов'язків.

Список посилань:

1. Мясоїд П.А. Загальна психологія: Навч. посіб. 5-те вид., стер. Київ : Вища шк., 2006. 487 с.

2. Дерев'янко С. П. Взаємодія емоцій та перцептивно-когнітивних функцій в процесі соціально-психологічної адаптації особистості. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. Київ, 2006. С. 148–156.

3. Stein S. J., Book H. E. The EQ edge: Emotional intelligence and your success. Toronto, Stoddart Publishing Co, 2020. 368 p.

4. Bar-On R. Emotional Intelligence Inventory (EQ - i): technical Manual. Toronto, Canada: Multi – Health Systems, 1997.

Вайда Тарас Степанович
кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри спеціальної фізичної та вогневої підготовки Херсонського факультету, Одеський державний університет внутрішніх справ (м. Одеса)

АНТИГУМАННЕ СТАВЛЕННЯ ДО НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ ЯК НЕГАТИВНИЙ ПРИКЛАД МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ОСОБОВОГО СКЛАДУ ОКУПАЦІЙНИХ ВІЙСЬК: СОЦІАЛЬНА ПРИРОДА ПАТОЛОГІЧНОЇ АГРЕСІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ РФ (НА ПРИКЛАДІ ВІЙНИ 2022 РОКУ)

Неспровокований напад 24 лютого 2022 року на Україну військ Російської федерації (*далі* – РФ), подальше захоплення ними окремих регіонів нашої держави країною-агресором та встановлення на цій території тимчасової російської влади продемонструвало систематичні порушення окупантами правил та звичаїв ведення війни, неадекватно антигуманне ставлення військовослужбовців Збройних Сил РФ (правоохоронних органів – поліції, Росгвардії) до місцевого цивільного населення (прояви в росіян патологічної жорстокості, масової поведінки адекватних зовні людей як маніяків-убивць, гвалтівників, мародерів тощо).

Вияснення мотивації вчинених окупантами необґрунтованих звірств (кримінальних злочинів проти людяності) намагається знайти кожна цивілізована людина для їх ефективного оперативного припинення, засудження безпосередніх злочинців та розробки механізму міжнародного впливу на російське суспільство в цілому з метою уникнення подібних ситуацій у майбутньому. Також негативний приклад з організації психологічної підготовки особового складу ЗС РФ потребує врахування для удосконалення військово-патріотичного виховання у підрозділах Збройних Сил України (правоохоронних органах).

Висновки, котрі зроблені українськими психологами (О. Покальчуком та ін. [1]) за результатами проведених аналізів записок (щоденників) окремих російських окупантів про їх участь у війні проти України дають підстави зробити деякі узагальнення щодо організаційних, соціальних та психологічних причин негуманного ставлення росіян-військовослужбовців країни-агресора до мирних українців, а також на основі їх роздумів про війну 2022 року – про систему ціннісних орієнтацій цих представників «руського міра».

За висновками вченого, *основними рисами особистості* більшості військовослужбовців РФ є гнів проти сімейного та соціального гноблення, заздрість (в тому числі рівню життя українців), хронічна ображеність і доволі похмуро-песимістичне сприйняття свого життя в РФ. Цим людям притаманні імпульсивність, приховане несприйняття авторитетів: у кожного завжди є хтось або щось як привід для суб'єктивного незадоволення. Всі ці особистісні якості військових країни-окупанта формуються в рамках значної емоційної

затиснутості, яка в даному випадку, безумовно, викликана умовами їхнього сімейного та соціального виховання (йдеться про домашнє насильство з боку батька або репресій інших членів родини, що, до речі, не виключає одне одного, враховуючи російські особливості побутового життя). Водночас у цих людях простежується відчуття «жертви» (вони «ображені по життю», себто, упосліджені).

Типовими рисами характеру військовослужбовців РФ є особистісна нерішучість, бажання отримати максимум від життя та життєвих обставин, амбіційність, слухняність, але водночас – невміння співпрацювати з товаришами по службі. Звідси випливає цікавий особистісний парадокс – людина, яка вихована у тоталітарній системі загальної слухняності, виключає можливість своєї кооперації у малій групі (у складі відділення, взводу тощо).

Також спостерігається відчутний конфлікт між очевидною реальністю і фактичними моделями власної поведінки окупантів. Враховуючи, що військові РФ – це люди, які виховані в умовах антиукраїнської пропаганди, тобто в уявній реальності, то можна побачити й інший психологічний парадокс: характер такої особистості передбачає дії у визначеній послідовності, але водночас – певну нелогічність вчинків особи.

Як свідчить аналіз історій, викладених у щоденниках окремих військовослужбовців РФ [1], можемо спостерігати класичний когнітивний дисонанс всередині особистості окупанта, до того ж – пригнічений умовами сімейного чи соціального виховання. Грамотність тексту і відносно акуратний почерк багатьох військових країни-агресора свідчать, що людину у загальноосвітній школі (військовому училищі) вчили добре, водночас так само добре навчили необхідних положень викривленої політичної агітації та пропаганди («політична обстановка у світі»), про які не раз згадується російськими військовими у текстах своїх щоденників.

У цілому, за свідченням О. Покальчука [1] текст щоденників військовослужбовців РФ дуже подібний до щоденників солдатів німецького вермахту, які психологу доводилося вивчати: вони з такою ж приреченістю описували свої похмурі військові будні, хіба що частіше згадували фюрера і своє начальство. Тобто солдати нацистської Німеччини 40-х років ХХ сторіччя перебували в умовах такої ж світоглядної моделі (у якій не передбачається іншої альтернативи), як і нинішні путінські солдати.

Таким чином можемо зробити висновок, що сучасні військові країни-окупанта є класичним проявом жертв тоталітарного режиму. Причому це жертви, які на рівні свідомості не підозрюють про власну психічну деформацію. На підсвідомому рівні базові особистісні характеристики такої особистості, а також її соціальні установки перебувають у значному конфлікті і суперечності. Військовослужбовець, як людина законослухняна, їде на війну в іншу країну і намагається сам собі довести, що поводиться у цій ситуації правильно. Але всі обставини реальності, з якими він стикається згодом, не підтверджують його будь-якого раціонального висновку стосовно того, що насправді відбувається у цій реальності, як буває у критично мислячих людей.

Солдати РФ не сприймають авторитетів (командирів підрозділів, командувачів армій тощо), що є, здавалося б, малоймовірним в умовах диктатури (авторитаризму) російського суспільства і тим більше в армійських підрозділах. Але при цьому варто розрізняти особистісну слухняність і дисциплінованість, що є абсолютно різними психологічними механізмами. У російських солдат безумовно є слухняність, і ця особистісна якість сформована вишколом (навчанням у військовому закладі). Військовий звик до того, що завжди є хтось «над ним» (керівник військового підрозділу), хто скаже йому, як і що робити. У той же час дисциплінованість передбачає стратегічне вписування особи у соціальну (військову) ситуацію: людина розуміє команди, які їй віддають, усвідомлює їх і має можливість інтерпретувати (порівнювати із сформованою системою особистісних цінностей). У російського військовослужбовця такої інтерпретаційної моделі у свідомості немає в принципі. І це дуже цікаво з точки зору соціальної психології, тому що тут можна побачити чіткий, контрастний портрет людини, сформованої у тоталітарному суспільстві.

Про більшість військових РФ можна сказати, що вони є характерними результатами ідеологічної роботи в умовах тоталітарного режиму, породжені її встановленими порядками. Не типова у даному випадку лише їх грамотність (орфографічна, граматична, фахова тощо), але це єдина формальна (а не світоглядна чи психологічна) відмінність. Окремі військові можуть відрізнятися в кращий бік від решти росіян з низьким рівнем освіти взагалі, але внутрішньої різниці (мотивації, системи цінностей тощо) між ними немає. Тобто тут спостерігається класичний зразок сформованої тоталітарної моделі психіки особистості.

Основні параметри, які свідчать на користь саме цієї соціальної моделі тоталітарної поведінки, – спосіб, яким військові описують реальність: достатньо фактографічно і, за можливості, спостережливо, з подробицями, але вони не роблять із цієї реальності жодних висновків, військові обмежені у цьому, немає внутрішнього психологічного права суперечити державній російській пропаганді, жертвою якої вони є. Це не підсвідома модель поведінки російського окупанта, а його базові установочні характеристики – нерішучість, намагання отримати максимум від життя, амбіційність, слухняність тощо.

За проведеними спостереженнями українських вчених-психологів можна констатувати наявність особистісного конфлікту в більшості військових РФ – між очевидною реальністю і сформованою пропагандистською моделлю сприйняттям та ставленням до об’єктивних умов. Окупанти країни-агресора – абсолютно точна модель людей російського суспільства, котрі виховувались протягом декількох десятиліть в умовах тоталітарного режиму. Вони є послідовними, освіченими. Але разом з тим у них простежується наявність суб’єктивного конфлікту між мисленням і логічністю власних дій (наприклад, тексти щоденників військовослужбовців РФ послідовні щодо зображення їхнього життя, але в них немає логічних висновків (усвідомлених причинно-наслідкових зв’язків), які б передбачали наявність в авторів текстів критичного

мислення.

Люди такого типу сприймають у діалозі чи в реальному житті лише аргумент переважаючої сили, все інше для них є ознакою слабкості і нижчого стану положення співрозмовника. Щоб стати вагомим аргументом, який долає сформовані тоталітарні ціннісні установки окупантів, сила має бути такою переконливою і очевидною, як описано в щоденнику. Такою силою є Збройні Сили України – вони є саме тим вагомим дієвим аргументом, який росіяни сприймають під загрозою для власного життя чи здоров'я.

Також можна стверджувати, що на цих прикладах (аналізі щоденників військовослужбовців РФ – *уточнено нами*) можна зробити висновки про російське суспільство в цілому, характеристики його окремих соціально-психологічних аспектів. Так, у цих розглянутих вище прикладах військовослужбовці-окупанти – абсолютно точна психологічна модель громадян РФ як соціальної істоти, котра вихована в умовах багаторічного тоталітарного режиму. Про це свідчить редукованість аналітичної частини тексту щоденників, котра вказує на сильний внутрішній конфлікт (особисту драму, але не усвідомлені її причини). Через такий затиснутий всередині конфлікт людина в тоталітарному суспільстві перестає бути ініціативною в принципі. І саме це можна масово побачити у поведінці російських солдат на фронті: як тільки втрачається зовнішнє управління, бійці стають абсолютно безпорадними, проявляють боягузтво, стають дезертирами, здаються у полон (цим пояснюється застосування у тилу російських військ загороджувальних загони з числа кадирівської армії). Навіть якщо військовослужбовці РФ мають належні особисті бойові якості, у даному випадку це вже немає значення – немає начальника, значить самостійно солдат ініціативу не проявляє, невдачі на полі бою перекладає на командирів, часто це навіть призводить до бунту проти них.

Багаторічна державна пропаганда (на прикладі РФ) здатна потужно і суттєво «переформатувати» свідомість і характер громадянина. Для чинного в РФ політичного режиму це було нескладно. Якщо попереднє покоління росіян зростало в умовах неволі (більшовицький терор, післявоєнна розруха, першочергова відбудова економіки, плановість п'ятирічок, єдині стандарти соціалізму для всіх та ін.), то нинішнє – не виняток, воно є логічним продовженням традицій минулого з усіма його соціалістично/комуністичними цінностями, сучасна молодь працездатного віку іншого життя не знає, тому між ними і державою панує повний консенсус.

Наративи війни у росіян практично не відрізняються від сталінської риторики, згідно з якою «всі країни – проти нас, а значить – наші вороги», «відбувається розмноження військової загрози Заходу» тощо. На довоєнній радянській сцені військові дії і харизматичні особи управління країни чи командування ЗС РФ становили загальний фон, на якому відбувалися події мирного радянського/російського життя. Щось подібне спостерігається у поширенні популярної в пострадянській Росії акції «Безсмертний полк». Готовність до бойових дій в майбутньому військовому конфлікті мала вести

молоде покоління РФ по життю, що й трапилося в сучасній російсько-українській війні. Молодь було визначено як основних бійців в майбутній (уже теперішній) війні. У своїй пропагандистській газеті «Комсомольська правда» росіяни неодноразово представляли майбутній конфлікт як велике історичне випробування для молоді, еквівалентне тому, яке батьки вже пройшли в попередніх боях з фашизмом у Другій світовій війні. І хоча влада Росії намагалася спекулювати на постулаті «діди воювали», більшість солдат керувалися у своїх рішеннях воювати проти України виключно матеріальними мотивами (грошового збагачення). Звідси й мародерство, яке протягом лютого-квітня досягло в окупованих регіонах України неймовірних розмірів.

Однак щодо конкретного росіянина (на прикладі аналізу щоденника військовослужбовця ЗС РФ), то варто зробити деякі застереження – його грамотність не типова для більшості населення віддалених регіонів РФ, військові – це кращі представники російського суспільства серед багатьох інших соціальних маргінальних прошарків різних народів та народностей периферійних округів/областей значної за територією російської держави, котрі часто є економічно та культурно відсталими від центрів цивілізації РФ.

Разом з тим рівень освіти військових ЗС РФ вказує й на те, що особа ретельно засвоювала й політінформацію, яку їй цілеспрямовано подавала державна (військова) пропаганда. Нерозумна людина, з точки зору пропаганди, не може засвоїти навіть шкільну програму, бо їй бракує інтелектуальних здібностей. А щодо представників армії країни-агресора, які аналізуються з точки зору набутої ними військової освіти, то варто зазначити, що в цілому вони вчилися добре, а відтак свідомо засвоювали й пропаганду як прийнятний для себе інформаційний продукт. Тобто, це військові фахівці із сформованими особистими переконаннями, причому навіть не з ідеологічними, а з культурно-антропологічними. Їм чітко зрозуміло, хто є «хохли» (нацисти), а хто – «ми» (росіяни, «русскій мір»). Така картина світу у багатьох військовослужбовців країни-агресора не викликає жодних сумнівів. Людей такого сформованого типу переконати у протилежному важко, адже це – типові нацисти російського походження.

Відомим є факт про те, що лікарю-психіатру Нюрнберзького трибуналу підполковнику Дугласу Келлі під час суду над воєнними злочинцями доручили виявити в нацистських лідерів психічні порушення чи хвороби, через які вони вчиняли злочини проти людяності. Для людей здорового глузду здавалося цілком очевидним, що тільки психічно хворі могли знищити мільйони невинних цивільних людей. Для Дугласа Келлі стало шоком те, що ці воєнні злочинці виявилися абсолютно психічно здоровими людьми. Він не витримав усвідомлення цього факту й через кілька років після його завершення покінчив життя самогубством.

Як показує практика, поєднання в одній людині нормальної психіки і нелюдське ставлення та звірячої агресії може підкреслювати існуючий в умовах ведення війни соціальний парадокс. Це не розглядується як індивідуальна патологія військовослужбовця країни-окупанта, це – сформована людина з

такими світоглядними соціальними установками, котрі закладені в її свідомості відповідними державними пропагандою і соціальним вихованням у широкому розумінні цього терміну. Таким чином, російські солдати – це люди цілком психічно здорові, і разом з тим, – це абсолютні злочинці, класичні нацисти у ставленні до цивільного населення окупованих територій. І, на жаль, такі особи не піддаються перевихованню.

Зазначену вище ситуацію можна порівняти з процесом денацифікації, або перевиховання населення гітлерівської Німеччини після 1945 року, котрий був абсолютно невдалим. Вважається, що старт денацифікації дав міжнародний трибунал у Нюрнберзі, котрий став особливою формою покарання нацистів за масові злочини. Масовий геноцид німців потребував і нових підходів у юриспруденції. Тому для реалізації масових покарань було створено новий судовий кодекс, у котрому звірства нацистів щодо мирного населення вважалися військовими злочинами.

Висновки. Провівши аналіз спеціальної літератури з піднятої проблеми, можемо зробити деякі узагальнення.

1. Військовослужбовці РФ є типовими представниками російського соціуму, котрий формувався політичними методами та ЗМІ протягом багатьох останніх десятиліть.

2. Характерними особистісними якостями окупантів є гнів, хронічна ображеність і доволі песимістичне сприйняття життя. Цим людям притаманні імпульсивність, приховане несприйняття авторитетів, особистісна нерішучість, бажання отримати максимум від життя та життєвих обставин (жадібність), амбіційність, слухняність, але водночас – невміння співпрацювати з товаришами по службі.

3. Наявний конфлікт між очевидною реальністю і фактичними моделями власної поведінки окупантів, інші деструктивні мотиви становлять основу патологічної агресії військових РФ, котра в умовах безкарності під час окупації спрямовується на мирних громадян України.

4. Критичний аналіз системи психологічної підготовки військових РФ, врахування деструктивних факторів соціального впливу на особистість військовослужбовців країни-агресора має бути покладеним в основу удосконалення виховної роботи як з особовим складом ЗСУ, так і з правоохоронцями НПУ [2, с. 126-133; 3].

Список посилань:

1. Информационное сопротивление. Психіка росіян сприймає лише аргумент переважаючої сили – психолог. URL: https://sprotyv.info/obshchestvo/psihika-rosiyan-sprijma%d1%94-lishe-argument-perevazhayucho%d1%97-sili-psiholog/ (дата звернення: 14.10.2022).

2. Вайда Т.С. Особливості психологічної роботи з особовим складом органів (підрозділів) Національної поліції України у різних надзвичайних ситуаціях екстремального характеру. *Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України :* матеріали VII всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Харків, 29

листопада 2021 року). Харків : Національна академія Національної гвардії України, 2021. С. 126-133.

3. Вайда Т.С., Доценко В.В., Черкашин А.І. Основи виховання працівників ОВС : практичний посібник. Харків: Харківський національний університет внутрішніх справ, 2014. 318 с.

Васищев Володимир Сергійович

кандидат педагогічних наук, доцент, начальник кафедри військово-соціального та психологічного забезпечення оперативного факультету Національна академія Національної гвардії України, (м. Харків)

Бухун Андрій Григорович

кандидат педагогічних наук, заступник начальника оперативного факультету з навчальної роботи – начальник навчальної частини Національна академія Національної гвардії України (м. Харків)

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОТИДІЇ НЕГАТИВНОМУ ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОМУ ВПЛИВУ З УРАХУВАННЯМ МОЖЛИВОСТЕЙ СУЧАСНИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Розвиток інформаційних технологій, що спостерігається з початком XXI століття формує принципово нову модель взаємовідносин між людьми на персональному, внутрішньогруповому та міжгруповому рівнях. З появою першої соціальної мережі у 1995 році, відбувся зсув значної частини життєвих процесів у віртуальний простір, що призвело до формування нових філософських постулатів, морально-етичних концепцій, соціально-економічних та політичних управлінських систем, а також нових прийомів та засобів ведення війни.

Розвиток он-лайн соціальних мереж і глобалізація світового співтовариства активно використовуються у військовій галузі не тільки з метою здійснення управлінських процесів, але й для організації негативного інформаційно-психологічного впливу на військовослужбовців і цивільне населення протидіючої сторони.

Технології 2.0 органічно вписалися в інформаційно-психологічний формат ведення гібридної війни, а їх значення зростає з кожним наступним міжнародним військовим конфліктом в арифметичній прогресії [1]. З початком повномасштабної агресії Росії проти Україні, найбільш актуальними сьогодні постають проблеми дослідження інформаційних впливів та пропаганди, механізмів їх реалізації та протидії.

Сучасна війна дедалі більшою мірою стає війною на ураження та руйнування свідомості противника і консолідацію свідомості власного народу. На теперішній час, Україна стала об’єктом цілеспрямованої та свідомо організованої інформаційної війни з боку Російської Федерації. Отже, саме зараз виникає висока потреба своєчасного виявлення кластерів інформаційно-

психологічних операцій, нейтралізація їх впливу на морально-психологічний стан, переконання та настрої особового складу.

Аналіз наукових праць дозволяє інформаційно-психологічний вплив представити як цілеспрямоване розроблення і поширення спеціальної актуальної інформації, здатної безпосередньо або опосередковано впливати на суспільну свідомість, психологію і поведінку як цивільного населення, так і військовослужбовців. При цьому інформація психологічного і пропагандистського типу може бути не тільки усного, друкованого, письмового, аудіо і візуального походження, але й екстрасенсорного, телепатичного й іншого типу, розрахована, насамперед, на підсвідомість реципієнта впливу.

Науковці виділяють наступні види інформаційно-психологічного впливу [3]:

– нейролінгвістичний;

–психоаналітичний (психокорекційний);

–психогенний;

–психотропний.

Аналіз воєнно-політичної обстановки, яка склалась на сьогодні в Європейському та світовому просторі показав, що проти нашої країни з боку Російської Федерації активно проводяться інформаційно-психологічні операції, які складають єдину систему операцій зі взаємопов’язаними цілями і спрямовані на [2]:

- підтримку політичних і воєнних рішень керівництва Російської Федерації на міжнародному рівні, з боку її населення та підконтрольних російській владі територій;
- нівелювання та викривлення рішень воєнно-політичного керівництва України;
- зниження морально-психологічного стану особового складу Збройних Сил та інших силових структур України (у тому числі добровольчих батальйонів);
- деморалізацію населення України.

Для досягнення визначених цілей застосовується майже повний спектр каналів комунікацій – традиційні та електронні засоби масової інформації. Найактивніше з них використовуються телебачення, Інтернет і соціальні мережі, при цьому застосовуються всі методи і види інформаційно-психологічної боротьби – від представлення тенденційної інформації та напівправди до неприхованої неправди («фейку»).

У своїй роботі про сучасні інформаційні війні в мережевому он-лайн просторі О.В. Курбан відмічає, що застосування інформаційної зброї та ефект від її дії може бути подібний до застосування зброї масового знищення. Глобалізація медіа процесів перетворює окремі інформаційно-психологічні акції на події планетарного масштабу. Саме так це було приміром із терористичною атакою Аль-Каїди на вежі Всесвітнього торговельного центру (Нью-Йорк) та будівлю Пентагону (Вашингтон) 11 вересня 2001 р., яку в

усьому світі спостерігали навіть у режимі реального часу [1].

Він звертає увагу на те, що проти інформаційної атаки краще всього діяти або на випередження, шляхом оперативного реагування, або створивши потужний ментальний бар'єр у свідомості тих, хто має стати ціллю такої атаки. В усіх трьох випадках основний формат дій – розвінчання неправдивої інформації.

Серед засобів захисту від інформаційної атаки найбільш ефективним є робота на випередження шляхом поширення у певному інформаційному полі (де станеться атака) інформації, яка може бути інструментом атаки із відповідними поясненнями або застосовуючи сарказм чи гумор. Таким чином, потенційні отримувачі небезпечної інформації – представники конкретної цільової групи або кількох груп будуть готові до прийому такого повідомлення та сприйматимуть його критично.

Оперативне реагування є антикризовим інструментом ситуативного характеру. Він застосовується в разі, коли інформаційна атака застала атаковану сторону зненацька, а її наслідки не можна ігнорувати через потенційно небезпечні наслідки. В такому разі, через попередньо сформовану інформаційну мережу (ЗМІ, постінг у групах, інформація на акаунтах відомих блогерів) надається інформація спростовуючого та роз'яснювального характеру. В цьому плані результативність захисту напряму залежить від якості обгортки контенту.

Отже, як зазначалося вище, найбільш надійним засобом боротьби із інформаційними атаками є створення тотального ментального бар'єру, який може витримати будь-які несподіванки. При цьому отримувачі інформації будуть знаходитися на певних ідеологічних позиціях, що дозволить їм критично сприймати або взагалі не сприймати шкідливу інформацію.

Список посилань:

1. Курбан О.В. Сучасні інформаційні війни в мережевому он-лайн просторі: навчальний посібник. Київ: ВІКНУ, 2016. 286 с.

2. Пєвцов Г.В., Залкін С.В., Сідченко С.О., Хударковський К.І. Інформаційно - психологічні операції Російської Федерації в Україні: моделі впливу та напрями протидії. URL: https://www.ukrmilitary.com/2015/12/ipo-rf-in-ukraine.html (дата звернення 05.11.2022).

3. Юзова І.Ю., Пацек П. Інформаційно-психологічний вплив противника та протидія йому в умовах ведення гібридних війн. *Наука і техніка Повітряних Сил Збройних Сил України*. 2020. №3(40). С. 61-68.

Вільгемська Сніжана Юріївна

студентка ІІІ курсу факультету психології, політології та соціології Національного університету «Одеська юридична академія» (м. Одеса)

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СЕРІЙНИХ ВБИВЦЬ

У навколишньому суспільстві, у нашому повсякденному житті, серійний

вбивця абсолютно нічим не виділяється, на вигляд він такий самий, як усі.

Серійного вбивцю може відрізняти добре розвинений інтелект (у деяких випадках вище середнього). Серійний вбивця, який живе подвійним життям, вміло використовує "маску нормальності", що дає змогу скоювати злочини, не викликаючи й найменших підозр. Серійні вбивці розуміють про важливість зовнішнього дотримання норм, завдяки цьому їм вдається демонструвати соціально прийнятну, а іноді навіть зразкову поведінку. Через це вони довго можуть залишатися непоміченими. За злочини серійного вбивцю зазвичай ловлять у зрілому віці, бувши «схопленим за руку», як правило, на місці злочину.

Вперше про поняття "серійний убивця" говорив Ернст Геннат, берлінський дослідник, в 1930 році. Він використовував цей термін «Serienmörder» у своїй статті «DieDüsseldorfer» Sexualverbrechen». Але заведено вважати, що цей термін ввів один із найвідоміших профайлерів Федерального бюро розслідувань Сполучених штатів Америки (далі – ФБР) Роберт Ресслер, який використав термін "серійне вбивство" у 1974 році в лекції для Академії поліцейського персоналу [1].

Найрозповсюдженішим визначенням терміна "серійний убивця" є визначення Роберта Ресслера, який визначає його як особу, що скоїла три або більше убивств за більш ніж 30 днів із періодами емоційного охолодження, причому мотивація вбивств найчастіше базується на досягненні психологічного задоволення.

Р. Ресслер також зазначає, що діяння відокремлюються між собою періодами емоційного спокою вбивці. Наявність періоду емоційного охолодження є ключовою ознакою, що відрізняє серійного вбивцю від інших убивць, які вчиняють множинні вбивства [2, с. 10].

Узагальнюючи свої вивчення, Р. Ресслер також дійшов висновку, що злочинець такого роду починає формуватися у віці 8-10 років. Як правило, це діти, яких часто били або сексуально принижували [3, с. 575].

У 1963 році судовий психіатр Джон Макдональд, відомий своїми дослідженнями соціопатичних особливостей серійних вбивць, уперше пов'язав наявність у дитини трьох поведінкових характеристик - зоосадизму, піроманії та енурезу - зі схильністю до скоєння особливо небезпечних злочинів. У статті "Погроза вбивством" він писав про те, що більшість пацієнтів у дитинстві регулярно мучили тварин, влаштовували підпали та мочилися в ліжко після п'яти років [4].

Відомий психіатр Олександр Бухановський зазначав, що вбивцею за певних обставин може стати практично кожен, а ось серійною - лише людина з певною формою схильності - біологічної, психосексуальної та особистісної. Емоційне відторгнення, жорстокість, приниження, асексуальне виховання підвищують фактор ризику. Майбутні серійні вбивці й маніяки - це, як правило, тихі, сірі хлопчики, які не звертають на себе уваги. Іноді, вони старанні, дисципліновані та слухняні. Їхні негаразди можуть бути непомітні зовні. Зазвичай це - діти, яких принижують дорослі й однолітки, позбавлені любові й

ласки. Не кажучи вже про тих, хто зазнав сексуального насильства і жорстокого поводження [5].

У нашому повсякденному житті серійний убивця взагалі не відповідає стереотипному образу вбивці або маніяка. Це може бути турботливий батько, зразковий чоловік, шанований громадянин, громадський діяч. Попри безсумнівні розумові здібності та спритність, серійні убивці найчастіше не можуть досягти вершин у професійній кар'єрі. Стається це через їхню асоціальність, яка може проявлятися ще в процесі навчання [2, с. 23]. У серійних убивць також виражене загальне невдоволення своїм становищем у суспільстві. У них виражена така риса, як імпульсивність, що проявляється в зниженому самоконтролі своєї поведінки, необдуманих вчинках, емоційній незрілості, інфантилізмі [6].

Говорячи про характерологічні особливості серійних убивць, необхідно наголосити на тому, що вони володіють спритністю і брехливістю, харизмою і вмінням маніпулювати людьми.

За даними ФБР, вбивці з високим інтелектом відрізняються особливою винахідливістю і витонченістю тортур у сексуальних злочинах. Усі дослідники дотримуються єдиної думки в тому, що серійним убивцям притаманна здатність до маніпулювання людьми. Коли їм треба вони вміють бути звабливими й навіювати повну довіру жертві, яка покірно слідує за вбивцею куди завгодно. Найбільш чутливі серійні вбивці до сфери особистої честі, у них хворобливе самолюбство в поєднанні із завищеною (неадекватною) самооцінкою. Їм притаманна мегаломанія або ж маячня величі, вони хочуть, щоб їхню "велич" і "незвичність" помітили й визнали. На слідстві вони дуже охоче описують деталі скоєного злочину і навіть зізнаються у злочинах, яких не скоювали.

Деякі з убивць схильні до містики та відчувають себе покликаними до виконання великої місії визволення людства, зокрема від повій та гомосексуалістів [2, с. 16].

Серійним убивцям притаманне надавання іншим людям (за механізмом проекції) рис, спонукань, притаманних їм самим, а саме: агресивності, ворожості, мстивості. Це призводить до того, що оточення вони починають сприймати як агресивних та ворожих. Унаслідок цього, вчиняючи насильство, серійний вбивця вірить в те, що він захищає своє життя, свою честь, а іноді також й інтереси інших людей. Відтак, цих осіб відрізняє не тільки висока вразливість у міжособистісних відносинах, а і їхня спотворена оцінка. Насильницькі дії з їх боку переважно відбуваються за принципом "короткого замикання", коли навіть несуттєвий мотив одразу спричиняє руйнівні акти [7].

Підбиваючи підсумки, можна зазначити, що особистість серійного злочинця характеризується такими особливостями:

- період емоційного охолодження є важливою ознакою, яка відрізняє його від убивства масового і ланцюгового. У цей період злочинець живе звичайним життям, не викликаючи жодних підозр.

- кожен злочин ретельно спланований і підготовлений. Злочинець намагається не залишити доказів.

- у звичайному житті серійний вбивця абсолютно не відповідає образу вбивці.

- характерологічні особливості серійних убивць (чарівність, уміння маніпулювати людьми, розум, брехливість і спритність, досвід у скоєнні злочинів) часто дають їм змогу вводити в оману поліцейських і слідчих і довго залишатися невловними.

Список посилань:

1. Серійний вбивця - Serialkiller. [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://wiki5.ru/wiki/Serial_killer. (дата звернення: 07.10.2022)
2. Образцов В.А. Криміналістична психологія 2002. 254 с. Режим доступу: https://kingmed.info/media/book/3/2824.pdf. (дата звернення: 07.10.2022)
3. Мальцев О. В., Саінчин О.С., Сотула О.С. Теоретичні основи розслідування умисних вбивств. Психологічний портрет серійного вбивці: Кримінально-правові, криміналістичні та психологічні аспекти, 2019. 760 с.
4. MacdonaldJ.M. The threat to kill. *American Journal of Psychiatry*.1963. №120. P. 127. https://ourarchive.otago.ac.nz/bitstream/handle/10523/8354/MacdonaldJohnM1966MD.pdf?sequence=2&isAllowed=y. (дата звернення: 07.10.2022)
5. Маніяками не народжуються. Режим доступу: https://centerphoenix.ru/aleksandr-buhanovskij-manyakami-ne-rozhdayutsya/.
6. Антонян Ю. М. Особистість злочинця - індивідуальна профілактика злочинів: зіставлення і висновки. *Особистість злочинця і індивідуальний вплив на них*. 1989 рік. С. 3-10.
7. Антонян Ю.М., Єнікеєва М.І., Емінов В.Є. Психологія злочинця і розслідування злочинів. 1996. 203 с. Режим доступу: https://www.sgu.ru/sites/default/files/textdocsfiles/2014/09/30/_antonyan_yu.m._psihologiya_prestupnika_i_rassledovaniya_prestupleniy.pdf.

Власова Марія Дмитрівна

здобувач вищої освіти Національний Технічний Університет «Харківський Політехнічний Інститут» (м. Харків)

ПСИХОКОРЕКЦІЯ НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ, ЩО ПЕРЕЖИЛА ТРАВМАТИЧНІ ПОДІЇ

Негативні психічні стани формуються у особистості внаслідок надпотужних стресових і травматичних подій, утворюючи порушення у нормотиповому стані життєдіяльності людини, а отже питання дослідження психокорекції цих станів сприяє ефективності їх усунення, що є особливо актуальним у сучасних умовах.

Психічний стан- це тимчасова своєрідність психічної діяльності індивіда,

яка обумовлена особливостями та змістом його діяльності, а також особистісним ставленням до неї. Вони є переважно реактивні, оскільки виступають системою реакцій на певні поведінкові обставини, бувають ситуативні (взаємопов'язані із обставинами) та особистісні (сталі). Під впливом травматичних подій та стресогених чинників формується негативний психічний стан, який характеризується психічною напруженістю, втомлюваністю, емоційний стресом та збудливістю. У процесі розвитку стресового стану Ганс Сел'є виділив 3 етапи: тривога (фази шоку та противошоку), резистентність (стійкість до стресогених подразників) та виснаження (формується при довготривалому стресі). Під впливом надпотужних подразників формуються такі негативні стани, як занепокоєння/тривога, персеверація і ригідність, апатія, депресія, фрустрація, психічна напруженість, стани афекту.[5]

Одним із видів психологічної допомоги при негативних психічних станів є психокорекція. Психокорекційна діяльність відрізняється від психотерапії відсутністю впливу на зміну структури особистості і направленістю на усунення девіацій розвитку психіки чи поведінки особистості, у той час, коли психотерапія охоплює внутрішній світ та світогляд людини. Займаючись вивченням цього питання, Т.С. Яценко прийшла до висновку, що процес психокорекційної роботи має відроджувати мобільність психічної організації суб'єкта, пластичність, а тому спрямований на виявлення дисфункції статистичних якостей і їх вивчення.[1]

Підсумовуючи різність думок щодо поняття психокорекційної роботи, Оніщенко окреслює його, як тактичне втручання до особистісного розвитку людини та його психічні процесі із метою виправлення спричинених травматичними подіями відхилень , що дозволяє змінити організацію діяльності особистості та її оточення. [3]

Психокорекція характеризується такими ознаками, як орієнтація на вікові норми (на віковий аспект контингенту корекційного впливу та підбір відповідних методик) та дискретність (вплив на відносні константи внутрішнього світу людини), а її задача формується в залежності від адресату, а також змісту колекційної роботи. Психокорекцію використовують із такими недоліками характеру, як підвищення збудливість, конфліктність, СДВГ, негативізм, замкнутість, сором'язливість, впертість, песимізм, байдужість і т.п. . Підлягаючи корекції прояви можуть стосуватися тільки деяких окремих аспектів емоційно-вольової сфери, або мати тотальні прояви та бути пов'язаними із акцентуаціями характеру, ціннісними орієнтаціями або сформованою системою формування відносин із оточуючими.

Для проведення психокорекійної роботи С.Бажутіною, Г.Вороніною та І.Булах були виділені наступні прийоми та засоби: парадоксальна інструкція(посилення протиріч клієнта задля усвідомлення їх деструктивності), просте речення (коли клієнт не може наважитися на запропоновану дію, фактично будучи готовим до неї), саморозкриття психолога перед клієнтом (максимальна ідентифікація із сприйняттям клієнта травматичної ситуації), фантазування (використовується як для роботи із травматичним досвідом, так і

підвищує навички рефлексії), інтерпретація психологом ситуації клієнта та запрошення до огляду ситуації з іншого боку (поглиблюються знання з психології задля розуміння доцільності вчинків), механізм «зворотнього зв'язку» (психолог надає власне сприйняття ситуації клієнта, що допомагає особистості змінити відношення до себе), порада (побажання) клієнту (за потребою), відкриті (уточнення інформації) та закриті (при ухиленні від питань) питання, логічні ланцюжки (окреслення причинно-наслідкових зв'язків у вчинках), емоційне резюме (полегшує розуміння власних переживань та вміння говорити про них) та діюче резюме (підсумовує зустріч та узагальнює і конкретизує шаги подальшої роботи), повтор-переклад (допомагає поширити інформацію щодо ситуації клієнта, а також надає йому почуття розуміння з боку терапевта).[2]

У психокорекції афективних станів осіб з травматичним досвідом виділяють такі методи, як EMDR (Eye movement desensitization and reprocessing) (переробка травматичного досвіду за допомогою рухів очей і десенсибілізації з використанням білатеральної стимуляції), соматична терапія травми (відстеження клієнтом та регулювання збудження на ранніх фазах), бодинаміка (зменшення дисбалансу роботи нервової системи через тілесне усвідомлення), майндфульнес (Mindfulness) (скерування уваги на теперішній момент власного досвіду), брейнспотинг (Brainspotting) (фіксування та інтерпретація терапевтом рухів очей), біосугестія (прийоми вербального та невербального навіювання в стані легкого трансу), TRE (Trauma Release Exercises) (вправи, викликаючи в тілі тремтіння чи нейрогенну вібрацію, що звільняє від тілесних проявів травматичного досвіду), травма фокус (ТФ) (опрацювання переживань в мозку, не пов'язаних із свідомістю), психічна саморегуляція/аутотренінг (зміна психологічних настановлень).[4]

Таким чином, психокорекція негативних психічних станів у особистості, що пережила травматичні події є ефективним засобом подолання труднощів, що виникають у людей у зв'язку із реакціями на події сьогодення.

Список посилань:

1. Яценко Т.С., Глузман О.В. Методологія глибинно-корекційної підготовки психолога: монографія. Дніпро: Інновація, 2015. 394 с.

2. Пляка Л. В. Теоретичні основи психокорекційної роботи як виду психологічної допомоги студентам вищого навчального закладу. *Вісник Харківського національного університету імені ВН Каразіна. Сер. Психологія*. 2013. №. 52. С. 97-100.

3. Мушій В. Г., Петровський О.М. Новітні напрями і прийоми психокорекції афективних станів у осіб з травматичним досвідом. *Розвиток професійної майстерності педагога в умовах нової соціокультурної реальності* : зб. матеріалів доп. учасн. IV Міжнар. наук.-практ. конф. Тернопіль, 2021. С. 306-309.

4. Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Особливості негативних психічних станів військовослужбовців. *Вісник Національного університету оборони України*. 2014. №. 5. С. 262-267.

Галецька Інна Іванівна
кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, Львівський національний університет імені Івана Франка (м. Львів)

Кліманська Марина Борисівна
кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, Львівський національний університет імені Івана Франка (м. Львів)

Климанська Лариса Дмитрівна
доктор політичних наук, професор, професор кафедри соціології та соціальної роботи, Національний університет «Львівська політехніка» (м. Львів)

Федів Ірина Ігорівна
магістрант кафедри психології, Львівський національний університет імені Івана Франка (м. Львів)

ЧАСОВА ПЕРСПЕКТИВА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Резильєнтність є здатністю людини адаптовуватися до мінливого середовища, повертатися до нормального функціонального стану після та під час потрясінь, долати життєві негаразди та загрозливі ситуації зберігаючи емоційну стійкість, психологічне благополуччя та здобувати, водночас, досвід і ресурс для подальшого розвитку. Резильєнтність є такий собі новий гіпотетичний конструкт, який забезпечує здатність у загрозливих і стресових умовах не просто адаптуватися і нормалізуватися, а самомобілізувати власні ресурси переходити в новий, більш якісний і ефективний, режим функціонування.

Резильєнтність актуалізується в умовах впливу надзвичайних за інтенсивністю впливу ситуацій. За аналогією до пружності фізичних тіл – щоб м'ячик виявив притаманну йому за природою пружність необхідно, що він був кинутий з певною силою. Ситуація воєнного стану внаслідок повномасштабного вторгнення росії в Україну є тим надзвичайним впливом. В умовах війни резильєнтність набуває особливого сенсу та значення. Резильєнтність як диспозиційна властивість, як своєрідний вічний двигун, актуалізує трансформацію імпліцитних ресурсів особи в стабільність адаптації та детермінанту розвитку.

Кількість досліджень резильєнтності зростає, оскільки пошук специфічних ефективних чинників є запитом сучасності. Резильєнтність, яка є важливим компонентом та індикатором психічного та психологічного здоров'я, досліджують-аналізують у дуже різних контекстах та одержують різні результати.

Іншим специфічним аспектом переживання воєнного стану та війни в Україні є сприймання часу. Довготривале напруження, екстремальні повітряні

тривоги, невизначеність щодо тривалості, перманентна загроза життю власному та рідних, загрози небезпеки соціальні, економічні, вітальні, екзистенційні… Невизначеність щодо майбутнього у поєднанні з розумінням неможливості довготривалого планування із-за непередбачуваності розвитку ситуації. Велика кількість переживань та швидкоплинність подій на фоні перманентних обєктивно існуючих загроз і небезпек воєнного стану. Перетягування фокусу переживань у теперішнє, сповнене викликами і небезпеками. Відчуття плину часу змінюється внаслідок того, що окрім формальної межі минуле-теперішнє такою своєрідною імпліцитною межею теперішнього та минулого є початок війни. І те, що було до цієї межі, до початку війни, сприймається як зовсім минуле життя. Тож можна говорити про наявність додаткових меж минулого: минуле, як те, що було, та минуле – як те, що було до війни. Екстремальні події впливають на сприймання життя у часовому його вимірі. Екстремальні тривалі події мають ще більш виражений вплив.

Переживання часу є своєрідним інтегратором індивідуального досвіду, водночас – детермінантою певного патерну реагування. І хоча часову перспективу розуміють як диспозиційну якість, під впливом певних подій протягом певного часу вона, очевидно, змінюються. Дослідження Оксани Сеник з колегами виявляють, як відрізняються зміни часової перспективи в умовах надзвичайної ситуації, «соціальної, економічної та політичної кризи 2014/2015 рр.», що є фактичним початком війни росії проти України. Виявлені відмінності часової перспективи залежали від особливостей кризи та індивідуальних уявлень про неї: зменшення майбутнього та посилення минуло-негативних і теперішньо-фаталістичних часових орієнтацій у південно-східних регіонах, які зазнали важкого та інтенсивного впливу vs зменшенням акценту на негативній орієнтації на теперішній час і зростанням в орієнтації на майбутнє в західних регіонах, соціально-економічні наслідки були не на стільки руйнівними [4].

Мета цього дослідження, яке є частиною дослідницького проекту «Психологія переживання воєнного стану», -- визначити особливості часової перспективи осіб з різним рівнем резильєнтності.

Дослідження проведено в жовтні-листопаді 2022 року, на дев’ятому місяці тривання воєнного стану, введеного у зв'язку з військовою агресією російської федерації проти України. Досліджено 108 осіб віком 18-30 років (22 чоловіків, 86 жінок). Дослідження проводилося за допомогою Гугл-форм. У дослідженні використано методику часової перспективи Ф.Зімбардо (адаптація О.Сеник), методику резильєнтності Дж.Малтбі та ін. [3] (адаптація М.Кліманська, І.Галецька), методику дослідження позитивного та негативного афекту ОПАНА (адаптація М.Кліманська, І.Галецька) [2].

За допомогою кластерного аналізу за показниками резильєнтності було виокремлено два кластери з високим (40 осіб) та низьким (68 осіб) рівнем резильєнтності; дискримінантний аналіз підтвердив 96,3 % коректності кластеризації (рисунок. 1).

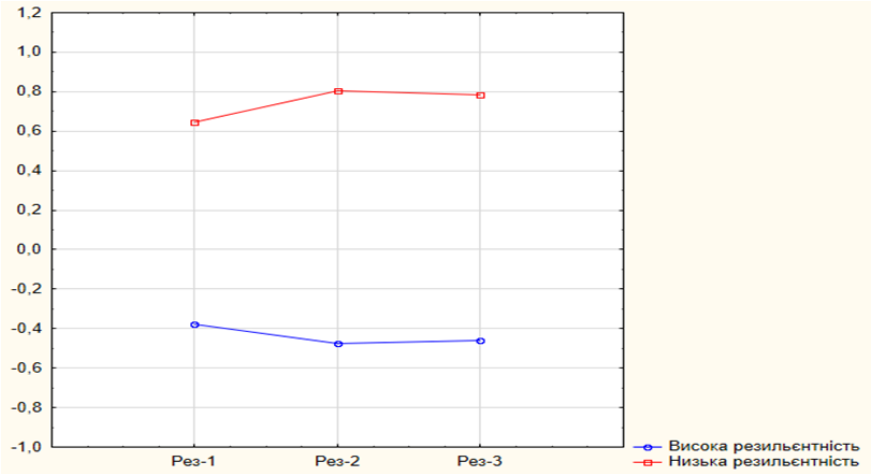


Рисунок 1. Кластери рівнів резильєнтності

Дискримінантний аналіз часової перспективи залежно від рівня резильєнтності виявив достовірні відмінності типів часової перспективи (таблиця 1).

Таблиця 1

Дискримінантний аналіз часової перспективи залежно від рівня резильєнтності

	Wilks' Lambda: ,70662 approx. F (4,103)=10,691 p< ,0000					
	Wilks' Lambda	Partial Lambda	F-remove -1,103	p-value	Toler.	1-Toler. (R-Sqr.)
Майбутнє	**0,77**	**0,92**	**8,72**	**0,0000**	**0,76**	**0,24**
Теперішнє гедоністичне	**0,9**	**0,79**	**27,58**	**0,0000**	**0,59**	**0,41**
Теперішнє фаталістичне	**0,78**	**0,91**	**10,19**	**0,0000**	**0,54**	**0,46**
Минуле негативне	0,71	0,99	1,2	0,27	0,79	0,21

В осіб з вищим рівнем резильєнтності наявні вищий рівень гедоністичного теперішнього та майбутнього, у разі нижчого рівня резильєнтності – в більшій мірі виражена орієнтація фаталістичне теперішнє (рисунок 2).

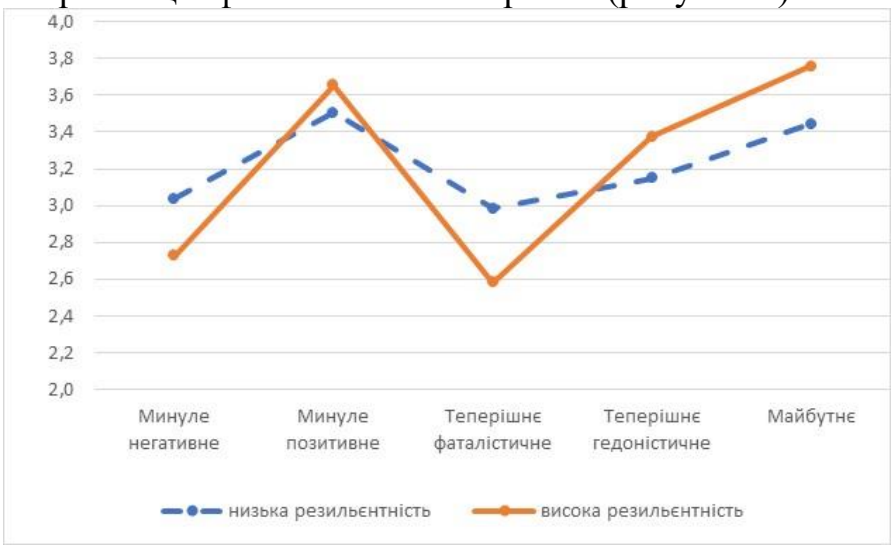


Рисунок 2. Часова перспектива осіб з різним рівнем резильєнтності

Одержані відмінності яскраво відображають часову перспективу резильєнтності. Високий рівень резильєнтності пов'язаний із наявністю орієнтації на майбутнє та позитивним гедоністичним ставленням до теперішнього. Фаталістичне теперішнє, як атрибут низького рівня резильєнтності, з одного боку передбачає песимістичне ставлення та відчуття безпорадності, з іншого – фактично блокує здатність бачити перспективи майбутнього.

Здатність до адаптації, в різних умовах та життєвих ситуаціях, залежить не стільки від особливостей та об'єктивних властивостей ситуації, скільки від особливостей та наявності індивідуальних ресурсів, адекватності й ефективності стратегій їхнього застосування. Здатність до адаптації є інстинктом власне життя та набутими навичками водночас [1]. Нема підстав стверджувати, що високий рівень резильєнтності детермінує певний тип часової перспективи, чи навпаки, часова перспектива визначає резильєнтність. Але сумнівів щодо реципрокних зв'язків часової перспективи нема. Можна припустити, що ці реципрокні зв'язки мають здатність посилювати ефекти взаємовпливу. Слід також врахувати, що дослідження проводилися на дев'ятому місяці воєнного стану в Україні, тож резильєнтність перейшла у її активований стан – властивості кинутого об стіну чи підлогу м'ячика внаслідок активації його потенційної пружності призводять до суттєво інших ефектів, аніж має його диспозиційна резильєнтність у стані спокою. Часова перспектива також зазнала впливу об'єктивних чинників. Інтенсивність, актуальність та важливість переживань подій теперішнього зумовлює потребу зосередження уваги на цих переживаннях. Звісно, існують інші чинники та механізми формування часової перспективи, що вимагає лонгітюдних досліджень з увагою до зовнішніх обставин та психологічних чинників.

Серед досліджуваних були особи з різним досвідом переживання війни: ті, які не мали потреби залишати свої домівки, внутрішньо переміщені особи, ті, хто виїхав за кордон. Слід зауважити, що не було виявлено відмінностей досліджуваних показників між чоловіками та жінками. Попередній непараметричний порівняльний аналіз не виявив значущих відмінностей, а швидкі графіки програми Statistica дали підстави стверджувати про необхідність виокремлення підгруп в рамках окремих груп. Незначна кількість досліджуваних, це фактично є пілотне дослідження, не дала можливості такого поділу. Виокремлення таких підгруп з об'єктивно різним досвідом переживання війни є важливе і, водночас, об'єктивно складне. Аналіз впливу об'єктивних обставин життєвого досвіду в умовах воєнного стану на резильєнтність, часову перспективу та психологічне здоров'я є задачею загального дослідницького проекту. В рамках цього дослідження передбачалось визначення лише загальних зв'язків резильєнтності і часової перспективи та окреслення головних фокусів для подальших досліджень.

Окрім типології часової перспективи та резильєнтності було враховано особливості афективного балансу щодо майбутнього. Для визначення афективного балансу у контексті переживання воєнного стану досліджуваним

було запропоновано оцінити власні почуття та переживання майбутнього за допомогою дескрипторів методики позитивного та негативного афекту ОПАНА М.Кліманської, І.Галецької [2]. У концепції афективного балансу позитивний афект стосується відчуття енергійності, активності, залученості, його низький рівень - смутком та млявістю, а негативний афект є загальним виміром суб'єктивного дистресу та неприємної залученості [2, 5]. Результати аналізу кореляційних зв'язків показників досліджуваних якостей дають підстави визначити два головні чинники резильєнтності – фаталістичне сприймання теперішнього (негативний вплив) та орієнтація на майбутнє (еучинник) (таблиця 2). Гедоністичне теперішнє, хоча є притаманним для осіб з вищим рівнем резильєнтності, проте загалом корелює із більш негативними переживаннями майбутнього.

Таблиця 2

Кореляційні зв'язки показників резильєнтності і часової перспективи та афективного балансу переживання майбутнього ($p<0,01$**, $p<0,001$***)

Майбутнє	Резильєнтість	Минуле негат	Минуле позит	Тепер фатал	Тепер гедон	Майбутнє	Баланс ЧасПерсп
Позит. афект	**0,45*** **	**-0,34*** **	0,08	**-0,34*** **	-0,10	**0,44*** **	**-0,39*** **
Негат. афект	**-0,26** **	**0,54*** **	0,02	**0,54*** **	**0,33*** **	**-0,36*** **	**0,59*** **
Минуле негативне	-0,24	1,00	-0,18	**0,47*** **	**0,28** **	-0,20	**0,77*** **
Минуле позитивне	0,03	-0,18	1,00	0,14	0,16	0,08	**-0,25** **
Теперішнє фаталістичне	**-0,32*** **	**0,47*** **	0,14	1,00	**0,51*** **	**-0,43*** **	**0,74*** **
Теперішнє гедоністичне	0,11	**0,28** **	0,16	**0,51*** **	1,00	**-0,36*** **	**0,65*** **
Майбутнє	**0,27** **	-0,20	0,08	**-0,43*** **	**-0,36*** **	1,00	**-0,53*** **

Підсумки. Резильєнтність пов'язана з часовою перспективою, насамперед орієнтацією фаталістичного теперішнього та орієнтацією на майбутнє. Гедоністичне теперішнє, хоч і притаманне особам з вищим рівнем резильєнтності, проте, водночас, корелює з негативним афектом переживання майбутнього. За результатами досліджень можна визначити два аспекти психологічної допомоги з метою формування резильєнтності в умовах воєнного стану: 1) фокусування на формуванні резильєнтності згідно з розумінням її загальних чинників та 2) фокусування на формуванні перспективи майбутнього та подоланні фаталістичного сприймання теперішнього з уникненням посилення гедоністичного переживання теперішнього як захисної тенденції. Слід також враховувати, що запропоноване дослідження стосується людей, які фактично не мали екстремального досвіду переживання війни.

Список посилань:

1. Галецька І. І. Психологічне здоров'я як проблема національної безпеки. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Л., 2012. № 2 (1). С. 49–58.

2. Кліманська М., Галецька І.. Психометрична характеристика опитувальника позитивного і негативного афекту (ОПАНА), розробленого на основі методики PANAS. *Psychological journal*. 2020. Т. 6. №. 4. С. 119-132.

3. Maltby J, Day L, Flowe HD, Vostanis P, Chivers S. Psychological Trait Resilience Within Ecological Systems Theory: The Resilient Systems Scales. *J Pers Assess*. 2019. №101(1). P. 44-53. doi: 10.1080/00223891.2017.1344985.

4. Senyk O., Abramov V., Bedan V., Bunas A., Hrechkosii M., Lutsenko O., Mandzyk T., Wittmann M. Differences in Time Perspectives Measured under the Dramatically Changing Socioeconomic Conditions during the Ukrainian Political Crises in 2014/2015. *Int. J. Environ. Res*. Public Health-2022. № 19. P. 7465. https://doi.org/10.3390/ijerph19127465

5. Watson, D., Wiese, D., Vaidya, J., & Tellegen, A. (1999). The two general activation systems of affect: Structural findings, evolutionary considerations, and psychobiological evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(5), 820–838. https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.5.820

Гачак-Величко Лілія Андріївна
кандидат юридичних наук, доцент кафедри морально-психологічного забезпечення Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

Приймак Валентина Юріївна
курсант Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ БОЙОВОГО СТРЕСУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Питання пошуку ефективних способів долання наслідків бойового стресу і створення дієвих практичних методик формування високого рівня резилентності особистості до професійної діяльності в бойових умовах порушують спеціалісти різних наукових сфер.

Бойовий стрес – це наслідок потужної дії зовнішніх й внутрішніх стресорів на організм людини в екстремальних бойових умовах, що спричиняє серйозні порушення психічного, психологічного та фізичного здоров'я особистості. Під час перебування в бойовій обстановці військовослужбовець зазнає комплексного впливу таких чинників: загроза життю, страх болю та страх фізичної й психічної травматизації; психоемоційна напруженість унаслідок втрати товаришів по зброї та необхідності вбивати ворога; відсутність можливості задоволення необхідних фізіологічних потреб (дефіцит води та повноцінного харчування, порушення режиму сну, невідповідність санітарних норм гігієнічним нормативам); специфічність бойової обстановки (велика швидкість та непередбачуваність розвитку подій, новизна, невизначеність, раптовість); не завжди звичні особливості клімату та місцевого рельєфу (рівень

вологості повітря, рівень сонячної активності, температурний режим, недостатня кількість кисню в повітрі та ін.) [1, с. 61- 62].

Найбільш поширене визначення бойового стресу передбачає його розуміння як процесу впливу факторів бойової обстановки на психіку військовослужбовця, що супроводжується зменшенням рівня психологічної безпеки особистості та появою неспецифічних доклінічних психологічних проявів, які у сукупності визначаються поняттям "бойова психологічна травма особистості" або сягають специфічних ознак психічних розладів, об'єднаних у категорію "бойова психічна травма" [2].

Вплив бойового стресу на психіку військовослужбовця викликає зміну рис його характеру, а також прояв до цього невластивих акцентуацій; загострює (у межах норми) властивості особистості; спричиняє виникнення стрес-асоційованих розладів та ризик проявів суїцидального характеру тощо. У боротьбі з психотравмуючим впливом залежно від сили і терміну дії стресорів у бойовій обстановці у військовослужбовця спочатку порушується функціонування інтелектуальної, а потім соціальної й емоційної особистісних складових [3, с. 199].

Під дією бойового стресу у певної категорії військовослужбовців спостерігаються й позитивні посттравматичні тенденції:

- підвищення резилентності;
- впевненість у собі й у власних силах; покращення самодисципліни, самоконтролю і комунікативних здатностей;
- зростання особистісної зрілості;
- підвищення почуття власної гідності;
- переосмислення ролі сім`ї, категорій моральних цінностей і цінності різних аспектів людського життя;
- цілеспрямованість та наполегливість у досягненні мети;
- розширення планів на майбутнє;
- підвищення рівня групової згуртованості, психологічної і функціональної готовності до спільних бойових дій, внутрішньо групової й міжгрупової взаємодії тощо [4, с.138-139].

Багато військовослужбовців, учасників АТО/ООС, відмічають, що думки про батьків, дружину й дітей надають їм сили і є найсильнішою мотивацією залишитися живим[3,с. 134-135].

Отже, соціальна підтримка для військовослужбовців, які перебувають у зоні проведення бойових дій, є важливою і необхідною, оскільки має велику захисну функцію, підтримує бойовий дух, посилює патріотичну складову й віру у власні сили, надає особистості відчуття потрібності та важливості. Багато науковців вважають, що соціальна підтримка зменшує негативну дію стресорів, які дестабілізують психічні й соматичні системи організму та погіршують самопочуття. Завдяки соціальній підтримці поліпшується психоемоційний стан, активуються захисні механізми, що зумовлює підвищення стійкості організму до стресу.

У різних ситуаціях, особливо в бойових умовах, людина може проявляти

себе по різному: у деяких випадках вона швидко пристосовується і здатна самостійно впоратися з проблемою, а інколи їй потрібна підтримка оточуючих або професійна допомога спеціалістів. Саме тому, командир (кожен на своєму рівні) має забезпечувати постійний моніторинг стресу та морально-психологічного клімату у своєму підрозділі. Командир повинен знати у якій зоні стресу перебуває той чи інший військовослужбовець у кожен момент часу, ураховувати можливі ризики для здоров'я і вживати превентивних заходів щодо збереження психологічного здоров'я [5].

Військовослужбовці, особливо в зоні бойових дій, зазвичай не можуть у себе розпізнати надмірну реакцію на стрес, психічну травму чи психічне захворювання. Психічне напруження накопичується поступово, іноді непомітно для військовослужбовця.

Ураховуючи вищезазначене, слід зауважити, що формування високого рівня психічної резилентності до бойового стресу має стати важливою і необхідною складовою професійної підготовки військовослужбовця. Адже особистість з високим адаптаційним потенціалом має високий рівень нервово-психічної стійкості, високу толерантність до несприятливих психічних і фізичних навантажень, а також комунікативність, відсутність конфліктності, швидку адаптацію серед колег та адекватне усвідомлення й прийняття власної ролі у колективі [3, с.200].

Список посилань:

1. Психолого-корекційний практикум травм війни : навч. посібник / Іван Сулятицький, Катерина Островська, Василь Осьодло та ін. Львів : ЛНУ імені Івана Франка. 2019. 396 с.
2. Приходько І. І. Система профілактики та контролю бойового стресу у військовослужбовців. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. Серія : Психологія. 2018. Вип. 1. Ел. ресурс:http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2018_1_13.
3. Кравченко К.О., Тімченко О.В., Широбоков Ю.М. Соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у військовослужбовців– учасників антитерористичної операції : монографія. Харків : Вид-во НУЦЗУ, 2017. 256 с.
4. Кудренко О.В., Афанасенко В.С. Вплив стрес-факторів бойової обстановки на психіку військовослужбовців Повітряних Сил (на основі досвіду АТО). *Наука і техніка Повітряних Сил Збройних Сил України*. 2018. № 2(31). С. 137–144. Ел. ресурс: https://doi.org/10.30748/nitps.2018.31.18
5. Осьодло В.І., Ложкін Г.В. Психологічний зміст збройної боротьби (за матеріалами зарубіжних джерел). *Вісник НАОУ*. Київ : НАОУ, 2014. № 2 (39).С. 234 − 239

Гачак-Величко Лілія Андріївна
кандидат юридичних наук, доцент кафедри морально-психологічного забезпечення Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

Чайка Давід Олегович
курсант Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

ВИНИКНЕННЯ СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЙ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

Одним із ключових аспектів психологічної роботи в бойових умовах є психологічна допомога військовослужбовцям, яка має на меті краще розуміння природи, походження та переживання власних проблем і навчання успішному їх подоланню. Джерелом стресу, психотравми можуть стати ситуації, що викликають глибокі емоційні реакції у людини: міжособистісні та сімейні конфлікти, втрата близької людини, антропогенні і техногенні катастрофи, стихійні лиха, насильство, терористичні акти, термінальні хвороби, вимушене переселення, військові дії тощо. Проте однакові ситуації можуть викликати різні стани у різних людей залежно від віку, наявності в індивіда позитивного досвіду проживання фрустрацій і стресових ситуацій, підтримки близьких та рідних під час емоційних випробувань, наявності власних розвинутих копінг-стратегій та відповідного рівня стресостійкості, існування продуктивних психологічних захистів, переживання попередніх психотравмуючих ситуацій та інших чинників [1].

Професійна діяльність військовослужбовців характеризується складними умовами, які закономірно відображаються на психічному рівні особистості у вигляді перенапружень, тривожності, страхів, стресів тощо.

Так, слід виокремити такі ознаки професійної діяльність військовослужбовців [2]:

– раптовість, несподіваність виникнення та розгортання;

– певна загроза нормальній життєдіяльності і здоров'ю індивіда;

– невизначеність (повна або часткова відсутність інформації, її нестача, суперечливість бойової обстановки);

– надмірність інформації (у разі перевищення кількості інформації про певні події, явища виникає необхідність глибокого і точного їх аналізу та вироблення адекватних висновків);

– наявність дефіциту часу (на аналіз, оцінювання обстановки, прийняття рішення і виконання конкретних дій порівняно зі звичними умовами діяльності, військовослужбовцям надається дуже мало часу);

– відповідальність (за виконання наказів і розпоряджень);

– наявність тривалих труднощів, дискомфорту, а іноді й поневірянь, яких зазнають військовослужбовці через відсутність належних для успішної

життєдіяльності умов.

При цьому слід зазначити, що умови діяльності військовослужбовців, їх негативні впливи виявляються в загальній дезорганізації поведінки, гальмуванні раніше напрацьованих навичок, неадекватних реакціях на зовнішні подразники, труднощах у розподілі уваги, звуженні обсягу уваги та пам'яті, імпульсивних діях. Загальними характеристиками цих станів є грубе порушення структури діяльності військовослужбовців й значні вегетативні зрушення. Окрім цього, за умов тривалого впливу чинників, які зумовлюють ці стани, порушення механізмів біологічного пристосування та компенсації набувають незворотного характеру і тому в майбутньому стають міцною передумовою для виникнення нервовопсихічних розладів та порушень [3].

Регулятором конкретних актів поведінки військовослужбовця постає його емоційно вольова сфера, від рівня розвитку якої залежить ступінь вияву різних несприятливих (кризових) станів, що виникають як відповідь на дію стрес чинників зовнішнього середовища. Психотравмуючі ситуації бувають короткотривалими (поодинока, несподівана, раптова, загрозлива для життя подія, що перевершує внутрішні ресурси особистості) та секвенційними (події, що повторюються протягом певного проміжку часу). Під час переживання психотравмуючої події у військовослужбовця порушуються психологічні захисти – базові ілюзії: ілюзія власної безпеки, ілюзія справедливості та власної безгрішності, ілюзія простоти світо устрою.

Залежно від дії психотравмуючого чинника посттравматичні стани можуть мати ознаки гострої стресової реакції, гострого стресового розладу, посттравматичного стресового розладу, посттравматичного розладу особистості. Детермінантами впливу психотравмуючого чинника на психіку військовослужбовця є його вік, тривалість дії психотравмуючого чинника, рівень розвитку особистості військовослужбовця. Виокремлюють два типи поведінки військовослужбовця, що пережив психотравму: інтерналізована та екстерналізована. Типовими психологічними захистами у військовослужбовця під час переживання психотравмуючої події, є: відмова, опозиція, імітація, компенсація, емансипація, регресія, заміщення, ізоляція, компенсація. Екстремальними в житті військовослужбовця факторами можуть бути різні емоціогенні впливи, пов'язані з небезпекою, труднощами, новизною, відповідальністю в певній ситуації; дефіцит необхідної інформації чи суперечлива інформація; надмірне психічне, фізичне, емоційне напруження; вплив несприятливих кліматичних умов; незадоволені життєві потреби. Причиною психотравми може стати будь-яка значуща для військовослужбовця подія, якщо вона змінює його життя, призводить до розколу сприйняття життя на частини «до» і «після» – переживання втрати, надзвичайні ситуації, насильство, смерть близької людини тощо. Варто пам'ятати, що ці проблеми можуть проявитися не лише як посттравматичний стресовий розлад, а й у формі інших розладів, зокрема: зловживання психоактивними речовинами, депресії, тривожні розлади, порушення контролю, спалахах злості та ін.. Це вимагає оперативної оцінки їх стану, прогнозу розвитку розладів, проведення всіх

можливих лікувальних і реабілітаційних заходів. Після впливу травматичної події військовослужбовці можуть відчувати значний дистрес або погіршення в соціальній, професійній та інших важливих сферах функціонування. Психологічне відновлення (реабілітація) військовослужбовців за таких умов є важливим елементом забезпечення виконання ними професійної діяльності. Саме тому фахівцям, які надають психологічну допомогу, важливо диференціювати поняття «стрес», «криза», «травматичні переживання», «травма», «гостра реакція на стрес», «посттравматичний стресовий розлад» та розуміти, коли і якою мірою необхідно надавати допомогу, щоб унеможливити важкі наслідки переживання травматичної ситуації.

Виокремлюють такі види стресу:

1) фізіологічний – виникає внаслідок впливу фізичних подразників на аналізатори, коли дії стрес-чинника перевищують поріг чутливості;

2) психологічний – результат дії екстремальної ситуації, ставлення людини до неї, оцінювання складності ситуації тощо.

Різновидами психологічного стресу є:

− загроза, небезпека, образа, моральний тиск тощо;

− інформаційний (інформаційне перевантаження або інформаційна депривація, раптова зміна завдання та умов його виконання, дефіцит часу;

− ціннісно-мотиваційний (висока значущість мети, відповідальність, сумління у досягненні результату);

− стрес управління;

− травматичний стрес – сукупність захисних реакцій організму на зміни середовища, суб'єктивно оцінювані індивідом як загрозливі, що порушують адаптацію, контроль та перешкоджають самоактуалізації особистості [4].

Список посилань:

1. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій : навчально-методичний посібник. Миколаїв: Іліон, 2018. 298 с.

2. Ковальчук О. П. Психологічні аспекти формування аксіологічної основи професійної діяльності офіцерів–авіаторів у сучасних умовах. *Збірник наукових праць. Серія «Психологічні науки»*. Миколаїв : МНУ ім.. В.О. Сухомлинського, 2014. Вип. № 2. 12(103). С. 100–106.

3. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / пер. з англ. Тетяна Семигіна, Ірина Павленко, Євгенія Овсяннікова [та ін.]. Київ : Наш формат, 2017. 1068 с.

4. Ковальчук О., Мороз Р. Психологічний механізм виникнення стресових ситуацій у військовослужбовців. Вісник Національного університету оборони України. № 3(53)2019. С. 84-89.

Грубі Тетяна Вікторівна
кандидат соціологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, педагогіки та соціально-економічних дисциплін, Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького (м. Хмельницький)

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВ

Службово-бойова діяльність військовослужбовців супроводжується постійним психоемоційним, інтелектуальним та фізичним напруженням, її головними відмінними рисами є тривалість і безперервність службових навантажень, наявність стресових ситуацій, тощо. Усе це детермінує необхідність формування психологічної стійкості як складової системи професійної військової підготовки.

Емоційний компонент психологічної готовності військовослужбовців відіграє важливу роль в екстремальних ситуаціях в умовах виконання службових обов'язків та у цивільному житті. Адже, якою б високою не була б мотивація та фізична підготовка військовослужбовця, якщо він не може впоратись зі своїми емоціями в стресовій ситуації, заспокоїтись, оптимізувати свій психічний стан, йому складно ефективно та професійно виконувати свої обов'язки [2, с. 24]

Учені стверджують, що найбільш істотними факторами, що діють на психіку фахівця, який перебуває у кризових умовах, є страх власного каліцтва або смерті, поранення чи загибель колег або оточуючих. Вітчизняні дослідники О. Кокун, І. Пішко, Н. Лозінська, вивчаючи особливості негативних психічних станів військовослужбовців, наголошують, що найчастіше шкідливо впливають на виконання різних видів діяльності: стрес, нервово-психічна напруга, втома, депресія, тривога та виокремлюють специфічні і неспецифічні чинники негативних психічних станів. До групи специфічних чинників зазвичай відносять: ситуації, що загрожують життю і фізичній цілісності військовослужбовців; поранення, контузії, травми, каліцтва; загибель близьких людей і товаришів по службі; жахливі картини смерті і людських мук; події, у результаті яких постраждали честь і гідність військовослужбовця [3, с. 184].

У групі неспецифічних чинників фіксують такі стресори як: підвищений рівень перманентної потенційної загрози для життя; тривала напружена діяльність; депривація основних біологічних і соціальних потреб; різкі та несподівані зміни умов служби і життєдіяльності; важкі екологічні умови життєдіяльності; відсутність контакту з близькими; неможливість змінити умови свого існування; інтенсивні та тривалі міжособистісні конфлікти; підвищена відповідальність за свої дії; потенційна можливість фізичних і моральних страждань заради досягнення цілей, неясних для військовослужбовця [3, с.185].

І. Баєва, досліджуючи процес адаптації майбутніх фахівців до кризових умов, визначає наступні його етапи: стартове психічне напруження; гострі

психічні реакції входу; завершальне психічне напруження; гострі психічні реакції виходу. У недостатньо підготовлених до перебування у надзвичайній ситуації військовослужбовців може спостерігатися: вибухова реакція, напади люті, невмотивована пильність, зловживання алкогольними, наркотичними і лікарськими засобами, думки про самогубство. Страх смерті може стати тригером для розвитку емоційних розладів.

Схожу позицію спостерігаємо у дослідженнях В. Марищука, який вивчав проблему нервового напруження, що виникає у фахівців екстремальних професій. Він визначив такі її прояви: порушення у діяльності (погіршення здатності виконувати звичні дії в нових умовах, збільшення кількості помилкових дій при збереженні або навіть зростанні темпу роботи, схильність до мало усвідомлених, імпульсивних дій, забування інструкцій (навіть найпростіших), невиправданий поспіх, метушливість, сильне збудження, різке погіршення виконання роботи, рухова дискоординація, одночасне зниження темпу роботи і наростання помилок, що призводить до повного зриву діяльності, відчуття байдужості, приреченості, депресії [1].

Таким чином, від психологічної підготовки військовослужбовців залежать особливості їх реагування у екстремальних ситуаціях, зокрема здатність контролювати емоційний стан, швидко адаптуватися до умов, які несуть небезпеку життю та здоров'ю.

Підтвердження таких реакцій на екстремальні ситуації знаходимо у дослідженнях К. Гольдштейна, А. Петті, К. Ясперса, які вивчали особливості психіки військовослужбовців після переживання воєнних подій. Учені наголосили, що переживання психологічної травми загрози життю здатне зумовити виникнення у суб'єкта деструкцій психіки, що виявляється у нездатності переживати емоційно складні події.

Ряд фахівців підкреслюють, що у травматичному стані дорослої людини зберігається очікування болю та тривоги. Так, потрапляючи в емоційно навантажену ситуацію, людина, яка була психологічно травмована в дитячому віці, може впадати в такі стани як психологічний параліч (блокування здатності відчувати емоції і біль та фізичні відчуття), некерованість власними емоційними станами тощо. Перелічені стани є полегшенням від раніше хворобливих афектів, таких як тривога; у той же час вони також переживаються як «вмирання», адже відбувається блокування ініціативи всього, що сприяє збереженню життя, пізнавальних здібностей тощо [6, с. 23].

Отже, вплив психологічної травми має ефект екстраполяції на всю психіку, зумовлюючи різні форми захисної поведінки. На етапі психологічної підготовки військовослужбовців важливим є надання психологічного супроводу тим особам, в психіці яких відбувається переживання психологічної травми та розвиток посттравматичного розладу аж до виникнення ситуації стресу. О. Кокун, Н. Агаєв, І. Пішко, Н. Лозінська які досліджували проблему бойового стресу, зазначили, що це багаторівневий процес адаптаційної активності людського організму в умовах бойової обстановки, що супроводжується напругою механізмів реактивної саморегуляції і закріпленням

специфічних пристосувальних психофізіологічних змін [4, с.186].

Дослідники підкреслюють, що прояви бойового стресу у різних військовослужбовців будуть відрізнятися за такими параметрами:

– інтенсивністю прояву – від станів підвищеної психічної напруженості до патологічних станів;

– переважаючим рівнем проявів – психологічний, психофізіологічний, патологічний;

– ступенем усвідомленості свого стану (інсайту) самим військовослужбовцем;

– переважаючим проявом стресу в тій чи іншій сфері особистості військовослужбовця – емоційній, когнітивній, мотиваційній, вольовій, поведінковій;

– ступенем контрольованості проявів бойового стресу самим військовослужбовцем (ступінь самовладання), гіпер- і гіпомобілізованість;

– характером впливу військовослужбовця, який перебуває в стресовому стані, на психічний стан інших військовослужбовців;

– тривалість прояву стресових розладів у військовослужбовця;

– характером впливу на бойову діяльність [5, с.305].

У виконанні завдань, поставлених перед військовослужбовцями, важливе місце займає процес їх забезпечення: бойового, тилового, технічного, морально-психологічного. Психологічне забезпечення є комплексом заходів щодо формування, зміцнення і розвитку у військовослужбовців психологічних рис, що забезпечують їх високу психологічну стійкість і готовність виконувати бойове завдання в будь-яких умовах обстановки. Причому, психологічне забезпечення являє собою ряд послідовних етапів: аналітико-прогностичного; цільової психологічної підготовки; психологічного супроводу; реабілітації та відновлення військовослужбовців, які отримали психічну травму. Психологічне забезпечення являє собою комплекс оперативних заходів з відстеження та підтримання здатності військовослужбовців протистояти страхітливим факторів бою і рішуче діяти в бойовій обстановці.

Психологічний супровід ґрунтується на безперервному відстеженні динаміки психологічної обстановки в зоні бойових дій в інтересах прийняття адекватних управлінських рішень. Метою психологічного супроводу є підтримка життєвого тонусу воїнів, їх душевний комфорт. Цей процес передбачає: здійснення прогнозування і оцінки втоми і психологічних втрат серед військовослужбовців; надання психологічної допомоги військовослужбовцям в подоланні психотравмуючих ситуацій; цілеспрямоване управління мотивацією, психічними станами воїнів і соціально-психологічними процесами в військових підрозділах; захист від психологічних акцій противника.

Для забезпечення належного рівня психологічної готовності як складової професійної підготовки військовослужбовців доцільною, на наш погляд, є розробка концепції психологічного супроводу різних процесів військової

життєдіяльності. Ідеологія психологічного супроводу військових має такі особливості: супровід спирається на особистісні досягнення, які реально є у людини, і знаходиться в логіці розвитку особистості; в процесі супроводу психолог спонукає особистість до знаходження самостійних рішень, допомагає взяти на себе відповідальність за власне життя. Водночас психологічний супровід не ставить собі за мету активний цілеспрямований вплив на ті соціальні умови, в яких особистість живе, розвивається, працює.

Список посилань:

1. Бикова О. В. Формування готовності до професійної діяльності майбутніх офіцерів пожежної охорони: автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». Київ, 2001. 21 с.
2. Гурський В.,Тесленко С. Психологічна готовність правоохоронця до служби в екстремальних умовах праці. Особистість в екстремальних умовах: матеріали X Всеукраїнської науково-практичної конференції (21травня 2021р., м. Львів). Львів, 2021. С. 23-26.
3. Кокун О.М. Зміст та структура психологічної готовності фахівців до екстремальних видів діяльності. *Проблеми екстремальної та кризової психології.* Вип. 7. Харків: УЦЗУ, 2010. С. 182–190.
4. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Особливості негативних психічних станів військовослужбовців. *Вісник Національного університету оборони України.* 2014. Вип. 5 (42). С. 185–190.
5. Лазоренко О. В. Психологічний аналіз екстремальних умов несення прикордонної служби. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Вип. 21. С. 305-315.
6. Шишолін П. А. Інноваційні підходи до охорони державного кордону в сучасних умовах. *Актуальні питання прикордонної безпеки: сучасний стан та перспективи розвитку*. Київ: Вид-во НАДПСУ, 2011. Вип. 2. С. 23–25.

Гузенко Ірина Михайлівна

старший викладач кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

Мотлюк Назарій Сергійович

курсант Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ КУРСАНТІВ ПЕРШОГО РОКУ НАВЧАННЯ У ВВНЗ

Після повномасштабного вторгнення РФ перед українським суспільством постав виклик – сформувати професійну армію, яка достойно дасть відсіч агресору та здобуде Перемогу для кожного з нас. Цьогорічна вступна кампанія у ВВНЗ була доволі складною у зв’язку з агресивними діями противника, тим не менш, численна кількість юнаків та дівчат проявила бажання навчатись та

здобувати фах військового офіцера, поповнюючи лави ЗСУ. Значна кількість курсантів, які зараховуються на перший курс денної форми навчання, приходить після закінчення середньої школи, практично не маючи життєвого досвіду. Крім того, більшість з них не має належної мотиваційно-професійної спрямованості.

Навчальний процес у ВВНЗ є складним та багатогранним. Він супроводжується значним службовим та фізичним навантаженням здобувачів вищої військової освіти. У перший рік навчання у курсантів часто відбувається зміна ціннісних орієнтацій. Вони починають усвідомлювати те, що не зовсім готові до навчання у військовому вузі, тому що відчувають обмеження у свободі, їхнє повсякденне життя стає чітко регламентованим, а взаємовідносини статутними. Також значно збільшується фізичне і розумове навантаження та йде боротьба за лідерство в групі. Саме в цей період юнаки та дівчата починають переживати таке психологічне явище як «адаптація».

Адаптацію (лат. «adaptation» - пристосування) у широкому розумінні трактують як зміни, що супроводжуються на рівні психічної регуляції, процес активного пристосування індивіда до нових умов життєдіяльності [1, с. 86].

Психологічна адаптація розуміється як один із провідних чинників і як необхідна умова соціалізації. Саме так її розглядав Л. С. Виготський, аналізуючи процес входження дитини у нові соціальні ситуації та процес формування у неї певного ставлення до суспільного оточення. Тобто, зароджуючись у безпосередніх соціальних контактах дитини з дорослими, вищі психічні функції згодом "вростають" у її свідомість. За цих умов розгортаються процеси інтеріоризації соціальних норм і вимог соціально значущої поведінки у внутрішній план її індивідуальної активності. А це, в свою чергу, приводить до формування все нових і нових властивостей особистості, які виступають психологічними засобами побудови більш досконалих стратегій діяльності дитини, досягнення нею вищих рівнів соціалізації [2, с. 83].

А. Фурман зазначає, що індивід активно пристосовується до змін у соціальному середовищі за допомогою дій, вчинків, певного роду діяльності, оволодіння рольовими соціально-психологічними функціями. Процес та результат такого пристосування і є по суті соціально-психологічною адаптацією [6].

Отже, з’ясувавши значення понять «адаптація», « психологічна адаптація» та « соціально-психологічна адаптація особистості» можем підсумувати, що психологічні особливості адаптації курсантів першого року навчання у ВВНЗ полягають в активному пристосуванні та включенні курсантів-першокурсників в освітню та службово-бойову діяльність ВВНЗ, яка характеризується змінами соціальної дійсності та спрямованості на оптимізацію взаємодії курсантів із навколишнім соціальним середовищем ВВНЗ у відповідь на появу в ньому нових референтних чинників, яких не було в їхньому попередньому індивідуальному досвіді, формування статутних стосунків і вироблення ними власної позиції щодо вимог, цінностей та норм входження в соціальне середовище, засвоєння нових професійних функцій та обов’язків.

Первинна адаптація курсантів до службової та навчальної діяльності (перші три – шість місяців навчання) визначається їх пристосовуванням до умов цієї діяльності. При цьому необхідно враховувати ряд психологічних та соціальних факторів, які на це впливають, тому що навіть курсант, який бажає навчатися може бути у стані готовності або неготовності до службової і навчальної діяльності у ВВНЗ.

До соціальних факторів відносимо:

1. Соціально-економічне становище суспільства членами якого є майбутні фахівці, цінності та мораль, що переважають в ньому і т. п.

2. Соціальні групи в які входить особистість: сім'я, учбовий колектив (курсантська група), референтні групи. Важливу роль, на нашу думку, відіграє курсантська група як в процесі навчання особистості так і в процесі взаємовідносин з оточуючими.

3. Соціальні умови (сприятливі або несприятливі для розвитку особистості). В даному випадку це внутрішні умови проживання та навчання у ВВНЗ.

4. Соціальні ролі особистості. Стосовно курсантів – майбутніх офіцерів ЗСУ велике значення має усвідомлення своєї ролі саме в цьому вузі, саме за обраною спеціальністю і пов'язане з цим задоволення своєю майбутньою професією, або ж навпаки – психологічний дискомфорт, фрустрація і т. п.

До психологічних факторів можна віднести:

1. Індивідуально-психологічні особливості особистості курсанта (темперамент, характер), які можуть сприяти соціально-психологічній адаптації у вузі в процесі навчання за обраною спеціальністю або ж навпаки ускладнювати її.

2. Спрямованість особистості, яку складають інтереси, потреби, цінності конкретної особи. В даному випадку – наскільки цікаве курсантам те, що вони вивчають. Чи співпадають їхні пізнавальні потреби з дисциплінами, що пропонуються до вивчення?

3. Здібності, які виступають як можливості особистості (загальні та спеціальні). Чи мають курсанти певні здібності до вивчення точних наук, до опанування військовою справою?

4. Рівень розвитку самосвідомості особистості, емоційної сфери, вольових якостей. Показує наскільки особистість усвідомлює необхідність здобуття вищої освіти, опанування майбутньою професією, докладає зусиль щодо подолання труднощів на цьому шляху.

І. І. Ліпатов аналізує процес адаптації військовослужбовців за певною стадійністю:

Початкова стадія триває перші місяці перебування у військовій частині (ВВНЗ) і супроводжується високою психологічною напругою, психосоматичними ускладненнями (погіршення сну, зниження фізичної працездатності, зростання частоти простудних захворювань, висока тривожність, фобії, емоційна збудливість та інші негативні прояви).

Наступна адаптаційна стадія характеризується більшою конструктивністю,

набуттям призовниками (курсантами) корисного досвіду, знань і умінь. Це сприяє укріпленню адаптаційних механізмів, що проявляється в стабілізації психофізичного стану, налаштуванні позитивної комунікації між ними, зростанні ефективності військової підготовки.

Завершальна стадія триває більший період часу (орієнтовно рік) і відрізняється від попередніх стабільним психофізичним функціонуванням військовослужбовців [4;5].

Перелічені стаді психологічної адаптації військовослужбовців до умов військової служби виокремлювалися дослідниками на основі статистичних даних, тобто урахуванні більшості випадків, якими підтверджується найбільш типова динаміка процесу адаптації. Однак, це не знижує ризиків негативного досвіду психологічної адаптації, тобто дезадаптації особливо в екстремальних умовах навчання (під час війни), що впливає на психологічне благополуччя військовослужбовців.

Дезадаптованість курсантів на початкових етапах навчання спричинюється негативними стереотипами про присутність нестатутних взаємовідносин між військовослужбовцями, очікуваннями екстремальної ситуації (домінує емоція страху, суттєво зростає рівень тривожності), негативними прикладами поводження командирів, відсутністю досвіду і знань про військово-професійну діяльність, неефективність морального стимулювання та ін.

Попереджати виникнення дезадаптованості і усувати її наслідки становить головну мету психологічного супроводу курсантів в період навчання у ВВНЗ, де значиму роль відіграють робота та взаємодія психологів, педагогів і начальників підрозділів для того, щоб адаптаційний процес пройшов «м'яко», та з найменшими труднощами для першокурсників.

Дослідниця О.О. Євдокимова головне призначення психологічного супроводу вбачає у створенні умов, сприятливих для розвитку особистості на всіх етапах особистісно-професійного розвитку, реалізації актуальних і потенційних можливостей особистості, ефективного засвоєння знань в області професійної діяльності і побудови життєвої стратегії, оптимізації професійного й особистісного зростання [3].

Дослідивши значну кількість психологічних джерел, які порушують проблеми психологічних особливостей адаптації курсантів першого року навчання у ВВНЗ доведено, що високий рівень адаптації впливає на ефективність діяльності будь-якого колективу, що є дуже важливим для виконання бойових завдань Збройними Силами України чи іншими військовими формуваннями в екстремальних умовах. З огляду на це вважаємо, що дана проблематика не втрачає своєї актуальності і потребує проведення емпіричного дослідження, оскільки повномасштабне вторгнення РФ внесло свої корективи у підготовку майбутніх офіцерів– захисників Батьківщини. В подальшому стала б можливою розробка психо – корекційних методів, які б мали на меті пізнання курсантом своїх психологічних особливостей, прагнення вдосконалити певні риси характеру, розвиток комунікативності у спілкуванні, адекватного реагування на критику та ін., що дозволило б оптимізувати

взаємовідносини з оточуючими, розвиток соціально- психологічної адаптованості та подальше оволодіння своєю майбутньою професією.

Список посилань:

1. Бесчастний В. М. Робота з персоналом органів внутрішніх справ : наук.-практ. посіб. Донецьк : ДЮІ, 2005. – 296 с.

2. Воробйов Г. П. Організація психологічної підготовки особового складу підрозділів Сухопутних військ: навч.-метод. посіб. / за ред. Г. П. Воробйова. Львів: АСВ, 2012. 430 с.

3. Євдокімова О.О. Психологічні засади вищої технічної освіти : монографія. Харків : Нове слово, 2009. 388 с.

4. Ліпатов І. І. Психологічна адаптація військовослужбовців до бойової діяльності: навчальний посібник. Харків: ХВУ. 2009, 148 с.

5. Ліпатов І. І., Шестопалова Л. Ф., Афанасенко В. С. Психологічна адаптація військовослужбовців до бойової діяльності: навч. посіб. Харків: ХВУ, 2014. 238 с.

6. Фурман А. В. Психодіагностика особистісної адаптованості: Наукове видання. Тернопіль : Економічна думка, 2000. 197 с.

Давидова Ольга Василівна

кандидат психологічних наук, доцент, провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії психологічного забезпечення, Державний науково-дослідний інститут Міністерства внутрішніх справ України (м. Київ)

НЕВИЗНАЧЕНА ВТРАТА: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН ТА ДОПОМОГА

У контексті повномасштабного вторгнення Росії до території України актуальності набуває психологічна проблема втрати – втрати почуття безпеки, здоров'я, майна, добробуту, захищеності, надій і планів, руйнування звичного життя, втрати близької людини. Втрати набувають масового характеру, позначаються на особистості як цивільних громадян, так і працівників сектору безпеки і оборони. Проживання втрати – це природний процес, але втрати війни не є природними.

Деякі втрати не мають чіткого визначення, оскільки не відбувається ідентифікованої смерті. Термін «невизначена втрата» [2] передбачає зокрема, що людина сприймається як фізично відсутня, але присутня психологічно. Прикладом є ситуація зникнення особи безвісти. Це – важкий вид втрати. Основною характеристикою переживання особистістю невизначеної втрати постає стан амбівалентності, двозначності. [3]. Оскільки ситуація непевна, досвід може відчуватися як втрата, але не одразу ідентифікується як такий. Сподівання багаторазово виникає і руйнується, що призводить до психічного заціпеніння та емоційної пригніченості та виснаженості. Думки та емоції є суперечливими: страх, потім полегшення, надія та безнадійність, бажання

діяти, а потім глибока апатія. Люди часто «застигають» у своїх реакціях і не можуть рухатися вперед у своєму житті.

Така втрата може виявитися тимчасовою, але немає жодних ознак того, скільки часу це може тривати, особа не отримує відповідних підтверджень втрати та не бере участі у традиційних ритуалах – на відміну від смерті, коли є офіційне свідоцтво про смерть, ритуали похорону. Існує надія на повернення до того, як було раніше, але напевне не відомо, чи це станеться коли-небудь, що загалом призводить до руйнування припущень про те, яким має бути світ.

Отже, когнітивні прояви невизначеної втрати охоплюють стурбованість, заглибленість у роздуми, порушення процесів пам'яті та труднощі з концентрацією уваги. Емоційно люди відчувають тривогу, депресію, дратівливість, заціпеніння або гнів. Фізичні симптоми являють собою стомлюваність, порушення сну та соматичні скарги щодо різних систем організму. Поведінкові прояви виражаються збудженням, уходом у себе, уникненням, залежністю або часом нагальною необхідністю поговорити.

Інший важливий аспект феномену невизначеної втрати полягає у тому, що замість того, щоб пропонувати підтримку, оточення, з огляду на неоднозначність ситуації, часто відмовляється допомагати, адже не знає, у який спосіб реагувати. Незавершений характер втрати і тотальна невизначеність викликає виснаження членів сім'ї та вигоряння підтримки, як найближчого оточення, так і професійної. Тому робота з надання психологічної допомоги у ситуації невизначеної втрати вимагатиме від консультанта чималої гнучкості. Слід зазначити, що більшість людей (від 65 до 80% за різними даними) мають належні ресурси для самовідновлення, і ситуація не вимагає професійного вирішення. Втім якщо відбувається сильний, наростаючий травмівний вплив на особистість, і вона не може з ним впоратися самостійно, доцільним є залучення спеціаліста [1, с.154].

Провідним концептуальним положенням допомоги є нормалізація горя на противагу патологізації, навіть ненавмисній. Нормальним є те, що клієнт відчуває амбівалентність, і нормальними є суперечливі почуття, пов'язані з тим, що можливо, він ніколи не дізнається істини. Загалом доцільною вважається тактика зниження прагнення клієнта до пошуку конкретних відповідей, абсолюту, тоді як прагнення до закриття чи вирішення може погіршити реакцію на втрату. Навіть якщо уявлення клієнта є нереалістичними, не слід їх спростовувати. Консультант повинен йти «за клієнтом» або поруч із ним, і подекуди цей шлях буде тривалим та складним.

Визнання та найменування втрати, її унікальних ефектів може стати потужним чинником відновлення для тих, хто переживає невизначену втрату та хронічне горе. Клієнти, які починають розуміти природу цих втрат і отримують їх підтвердження, часто майже відразу відчувають полегшення і покращення самооцінки [5]. Як зазначалося, картину світу клієнта зруйновано, і буде корисно, якщо консультант виділить аспекти світу, які були порушені, вказавши на значну роботу, пов'язану з відновленням. Не менш значним

напрямом роботи є подолання почуття провини. Основна ідея полягає у тому, що клієнт не є причиною ситуації, не здатен її контролювати.

Наступний напрям психологічного консультування сфокусовано на пошуку способів пристосувати та перевизначити ролі в сім'ї, що допомагає упорядкувати соціальний і психологічний простір сім'ї та особистості, зменшити стрес та покращити стосунки.

Серйозним викликом невизначеної втрати постає зміна особистісної ідентичності [4]. Консультування передбачатиме реструктуризацію ідентичності відповідно до реальності, що дозволить визнати людину як особистість з унікальними здібностями, навичками та сильними сторонами, які можуть потребувати інших способів вираження. З огляду на це актуалізується напрям допомоги з пошуку ресурсів особистості, доступних клієнту, а разом із тим виявлення як зовнішніх, так і внутрішніх тригерів та опанування стратегій зниження їх впливу.

Зважаючи на те, що не існує «правильного» способу та «правильної» тривалості часу для скорботи, наголошення на суто індивідуалізованому характері горя допомагає зменшити самокритичність. Поряд із виявленням наявних сильних сторін та стійкості особистості, це сприятиме розумінню того, що здібності людини мають певні межі, а отже клієнти навчаються контролювати те, що можуть, і відпускати те, що вони не можуть контролювати.

Складність невизначеної втрати полягає у тому, що шкода залишається неозначеною, ситуація – незавершеною, і проблема не підлягає «закриттю». Тож консультант має бути готовим допомагати клієнту побачити та розвинути більш глибокі й сильні сторони особистості, сформувати стійкість та адаптацію до горя, що триває.

Список посилань:

1. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практ. посіб. / за наук. ред. Т.М. Титаренко. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.

2. Boss P. Ambiguous loss. MA: Harvard University Press. Cambridge, 1999. 155 p.

3. Boss P. The context and process of theory development: The story of ambiguous loss. *Journal of Family Theory & Review.* 2016. № 8(3). P. 269–286. DOI:10.1111/jftr.12152

4. Harris D.L., Winokuer H.R. Principles and Practice of Grief Counseling, 3rd Edition. November 2019. 290 p. DOI: 10.1891/9780826173331

5. Roos S. Chronic sorrow: A living loss. 2017. New York, NY: Brunner-Routledge. 220p.

Дембіцька Софія Віталіївна
докторка педагогічних наук, доцентка, професорка кафедри безпеки життєдіяльності та педагогіки безпеки Вінницький національний технічний університет (м. Вінниця)

ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

Підготовка фахівців технічних спеціальностей передбачає поглиблене вивчення фундаментальних та професійно-орієнтованих дисциплін для формування навичок вирішення фахових завдань. В цій ієрархії проблема забезпечення знань з безпеки життєдіяльності та формування культури безпеки є досить актуальною, оскільки експлуатація технологічних комплексів є джерелом різноманітних ризиків, реалізація яких може приводити до настання нещасних випадків, травмування та загибелі людей. Особливо значимість ця проблема набула в умовах збройної агресії, коли щодня ми змушені усувати наслідки ракетних ударів по об'єктам промисловості. Відтак, існує необхідність визначення шляхів формування культури безпеки життєдіяльності майбутніх фахівців технічних спеціальностей з метою набуття навичок поведінки в умовах надзвичайних ситуацій.

В наукових доробках з проблем професійної освіти зустрічаються такі поняття, як «культура безпеки життєдіяльності» та «культура безпеки». Так, М. Зоріна трактує культуру безпеки життєдіяльності як окремий структурний елемент культури особистості та невід'ємну складову її професійної компетентності [3, с. 150].

В аналітичній доповіді «Проблеми впровадження культури безпеки в Україні» використовується термін «культура безпеки», який трактується як «рівень розвитку людини і суспільства, що характеризується значущістю забезпечення безпеки життєдіяльності в системі особистісних і соціальних цінностей, безпечної поведінки в повсякденному житті та в умовах небезпечних та надзвичайних ситуацій, рівнем захищеності від загроз і небезпек в усіх сферах життєдіяльності» [4, с. 8].

Цікавою є позиція Л. Романівої та її співавторів, які визначили наявність культури безпеки життєдіяльності як критерій певного рівня розвитку суспільства. Такий критерій вказує на значущість забезпечення безпеки життєдіяльності в системі особистісних і соціальних цінностей, формування навичок безпечної поведінки в повсякденному житті і в умовах небезпечних та надзвичайних ситуацій тощо [5, с. 239]. Крім того, доцільно також врахувати міжнародну практику у сфері безпеки життєдіяльності, яка базується на впровадженні превентивних заходів, оцінюванні професійних ризиків і створення ефективної системи управління ними.

В Україні на сучасному етапі відбувається зміна концепцій управління ризиком. Зокрема, концепція «безпека–ризик» замінюється на концепцію

«сталий розвиток–ризик», а управління ризиками на промислових підприємствах розвивається в рамках українських і Міжнародних програм [2].

Відтак, одним із перспективних напрямків формування культури безпеки життєдіяльності майбутніх фахівців технічних спеціальностей вважаємо розвиток їх ризик-орієнтованого мислення, яке дозволить фахівцям приймати зважені рішення, зокрема в умовах надзвичайних ситуацій з огляду на наявні обставини.

Поняття та зміст ризик-орієнтованого мислення визначено відповідно ДСТУ ISO 9001:2015 [1]. Згаданий стандарт визначає ключовою ціллю системи управління якістю – діяти як запобіжний інструмент. Тобто, фахівець із ризик-орієнтованим мисленням здатен визначити відповідний метод оцінки ризику в певній ситуації, керуючись діючими нормативними документами та настановами, передбачити можливі наслідки, а також – розробити шляхи їх усунення або зменшення до початку дії самого ризику. Ризик-орієнтоване мислення дає змогу визначати чинники, які можуть спричиняти відхилення виробничого процесу та системи управління якістю від запланованих результатів, щоб установлювати запобіжні заходи контролю для унайменшення негативних впливів і якнайбільшого використання можливостей, у міру їх виникнення [1, с. 6].

Формування ризик-орієнтованого мислення у майбутніх працівників передбачає набуття навичок виявлення основних факторів ризику, ідентифікації, аналізування та оцінювання ризику, прийняття рішень на підставі виконаного оцінювання, а також розроблення заходів впливу на ризик задля зниження ризику до прийнятного рівня. Студент в процесі навчання у ЗВО має навчитися здійснювати оцінку ризику, його ідентифікацію, володіти основними методами його аналізу та обчислення. В процесі цієї роботи формується розуміння особливостей ризиків, що дозволить йому в процесі фахової діяльності приймати правильні рішення для оптимізації виробничого процесу.

З метою формування ризик орієнтованого мислення вважаємо за доцільне ознайомити студентів із особливостями цих нормативних документів та практикою їх застосування. Крім того, для забезпечення ефективності цього процесу вважаємо за доцільне розглянути такі питання:

– що таке ризик та ризик-орієнтований підхід;
– зв’язок ризик-орієнтованого підходу з управлінням підприємством певної галузі (в залежності від галузі знань);
– основні види ризиків галузі та їхні характеристики;
– інструменти та механізми аналізу ризиків;
– аналіз джерел виникнення ризиків і можливих наслідків;
– організація ризик-орієнтованого підходу на підприємстві.

В процесі підготовки фахівців технічних спеціальностей необхідно акцентувати увагу як на загальних питаннях безпеки життєдіяльності, так і на особливостях вимог безпеки на кожному із технологічних етапів виготовлення продукції певної галузі. Сучасному фахівцю потрібно не лише вільно

орієнтуватися серед законодавчих актів з охорони праці, але й уміти знаходити необхідну інформацію для вирішення виробничих завдань і забезпечення власної безпеки.

Список посилань:

1. ДСТУ ISO 9001:2015 Системи управління якістю. Вимоги. Київ: ДП «УкрНДНЦ», 2016. 22 с.

2. Енергетична стратегія України на період до 2030 року і проблеми задоволення потреб енергетики у землі. URL: http://zakon1.rada.gov.ua/signal/kr06145a.doc

3. Зоріна М. О. До проблеми визначення актуальності й особливостей формування культури безпеки життєдіяльності. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах.* 2010. № 8. С. 149–153.

4. Проблеми впровадження культури безпеки в Україні: аналітична доповідь / Скалецький Ю. М., Бірюков Д. С., Мартюшева О. О., Яценко Л. Д. Київ: НІСД, 2012. 51 с.

5. Романів Л. В., Пішак О. В., Бойчук Р. Р. Культура безпеки як складова базової культури особистості. *Молодий вчений.* 2017. № 3.1 (43.1). С. 238–241.

Дубровинський Гергій Ревмирович

кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка (м. Київ)

Ділай А.Ю.

старший науковий співробітник науково-дослідного відділу проблем масових комунікацій науково-дослідного управління військово-гуманітарних досліджень науково-дослідного центру, Військовий інститут Київського національного університету імені Тараса Шевченка (м. Київ)

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ УСТАНОВКИ МАЙБУТНІХ ВІЙСЬКОВИХ ПСИХОЛОГІВ

Професія військового психолога орієнтована на формування таких соціально-психологічних установок, які визначають готовність до своєї професійної діяльності. В умовах війни з російською федерацією, майбутньому фахівцю важливо розуміти свою готовність виконувати свої обов’язки, орієнтуючись на свої вже сформовані риси.

У дослідженні прийняли участь 30 курсантів випускного курсу Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка за фахом «військовий психолог». На час вступу даних курсантів в Україні вже була війна, саме тому було цікаве проведення цього дослідження.

За основу ми використали «методику діагностики соціально-психологічних установок особистості в мотиваційно-потребнісній сфері» яка була розроблена О. Потьомкіною. Дана методика являє собою опитувальник з 80 питань з однаковими варіантами відповідей “так” і “Ні” на кожний. В процесі створення доктор психологічних наук, практикуючий психолог,

професор Ольга Федорівна Потьомкіна орієнтувалась на праці психолога Д. Узнадзе, надихався трудами швейцарського психіатра К. Юнга і німецького соціолога та філософа Э. Фромма. Ця методика доволі широко розповсюджена в менеджменті та заслуговує на довіру.

Орієнтація на процес

Зазвичай люди, більш орієнтовані на процес, менше замислюються над досягненням результату, часто спізнюються за здачею роботи, їх процесуальна спрямованість перешкоджає їх результативності. Їх більше підштовхує інтерес до справи, а для досягнення результату вимагається багато рутинної роботи, негативне відношення до якої вони не можуть подолати. А якщо вже процес став їй нецікавим, вона може взагалі закинути дане заняття, не задумуючись про наслідки. Але людині з такою установкою легше впорається з задачею, де важливий саме процес.

Орієнтація на результат

Великі значення за школою означають установку на результат. Людина прагне досягати результату в своїй діяльності всупереч всьому – метушні перешкодам, невдачам. Вона може входити в число найбільш надійних працівників. Але може за прагненням до досягнення результату забути про все інше, наприклад, комусь ненавмисно нанести шкоду чи просто зробити діло швидко, але неякісно.

Орієнтація на альтруїзм

При великих значеннях за даною шкалою людина має установку на альтруїзм, на те, щоб діяти перш за все на користь іншим, часто на шкоду собі (і справі). Це люди, про яких варто піклуватися. Альтруїзм – найбільш цінна мотивація, наявність якої відрізняє зрілу людину. Традиційно ця установка вважається цінною, а людина, яка орієнтована на неї, – заслуговує поваги. Але альтруїст може бути вельми небезпечним для себе і оточуючих, коли починає самовіддано заганяти людство (чи просто сім'ю чи групу) в щастя. Однак якщо вона не дозволяє собі такого, то може бути надзвичайно корисною оточуючим і при цьому відчувати себе від цього щасливою незалежно від особистого положення. Хоча підпускати її, скажімо, до фінансового управління комерційною організацією небезпечно.

Орієнтація на егоїзм

Коли є велике значення за даною шкалою, людина зосереджена в основному на своїх особистих інтересах. Це не обов'язково означає, що її інтереси зводяться до матеріальної вигоди – просто при прийнятті рішень вона серйозно враховує те, як їх наслідки відобразяться на ній особисто. Мати таку установку можуть як злочинець, так і цілком моральна і добра людина, що притримується розумного егоїзму. Люди з занадто вираженим егоїзмом зустрічаються доволі рідко. Доля розумного егоїзму не може нашкодити особистості. Скоріше, більш шкодить його відсутність, при чому це серед людей інтелігентних професій зустрічаються доволі часто.

Орієнтація на труд

Великі значення говорять про установку на труд. Людина весь час

використовує для того, щоб щось зробити, не жалкуючи вихідних днів, відпустки і т. д. Труд сам по собі приносить їй більше радості і задоволення, ніж інші заняття. На відміну від установки на процес тут людині важливо відчувати, що він не просто зайнятий, а саме працює. При цьому те, наскільки цей труд насправді результативний, має мало значення, але важливо, наскільки він схвалюється керівництвом чи суспільством. Так, така установка – одна з причин продовження роботи, коли зарплату не платять і заплатити не можуть в принципі.

Орієнтація на гроші

При великих значеннях людина має установку на гроші. Ведучою цінністю для людей з цією орієнтацією являється прагнення до збільшення свого добробуту. Коли у такої людини грошей немає, вона думає в основному про те, як їх дістати, а коли вони є – як їх не втратити і примножити їх кількість. Гроші для неї мають цінність самі по собі, а не тільки як засіб придбання будь-чого. Вона не обов'язково стане їх, скажімо, красти, але при виборі роботи для себе, скоріш за все, зверне увагу на зарплату, ніж на цікавість.

Орієнтація на свободу

При великих значеннях людина має установку на свободу. Вона для неї – головна цінність. Вона не терпить ніяких обмежень і готова йти на жертви заради відстоювання своєї незалежності (іноді від уявної небезпеки). Дуже часто орієнтація на свободу поєднується з орієнтацією на труд, рідше це поєднання свободи та грошей.

Орієнтація на владу

Великі значення за шкалою означає, що людина має установку на владу. Вона хоче відчувати контроль над іншими людьми і на багато готовий заради цього. Вона може опинитися в результаті тираном, але може стати і непоганим керівником. Для людей з подібною орієнтацією ведучою цінністю являється вплив на інших, на суспільство.

Використовуючи описові статистики ми отримали наступні результати, що відображені у таблиці 1 та рисунку 1.

Таблиця 1

Рівень соціально-психологічних установок особистості (Тест Потьомкіної)

Показники	**Описові статистики**				
	N	Мінімум	Максимум	Серед.	Стандартне відхилення
Процес	30	2,00	8,00	5,5667	1,61210
Результат	30	2,00	10,00	6,2000	2,09103
Альтруїзм	30	,00	9,00	4,8667	2,41737
Егоїзм	30	1,00	10,00	4,7667	2,34423
Праця	30	2,00	9,00	5,1667	1,83985
Гроші	30	,00	10,00	3,9333	2,04995
Свобода	30	4,00	9,00	7,2000	1,54026
Влада	30	1,00	9,00	3,6667	2,07337

Таким чином, орієнтуючись тільки на показники 30 досліджуваних майбутніх військових психологів, не маючи претензії на загальні висновки, а тільки на ті результати що дослідили, ми показуємо, що курсанти найбільше орієнтовані на свободу. Для них – це головна цінність. При такій орієнтації, особистість не терпить жодних обмежень і готова йти на жертви заради відстоювання своєї незалежності.

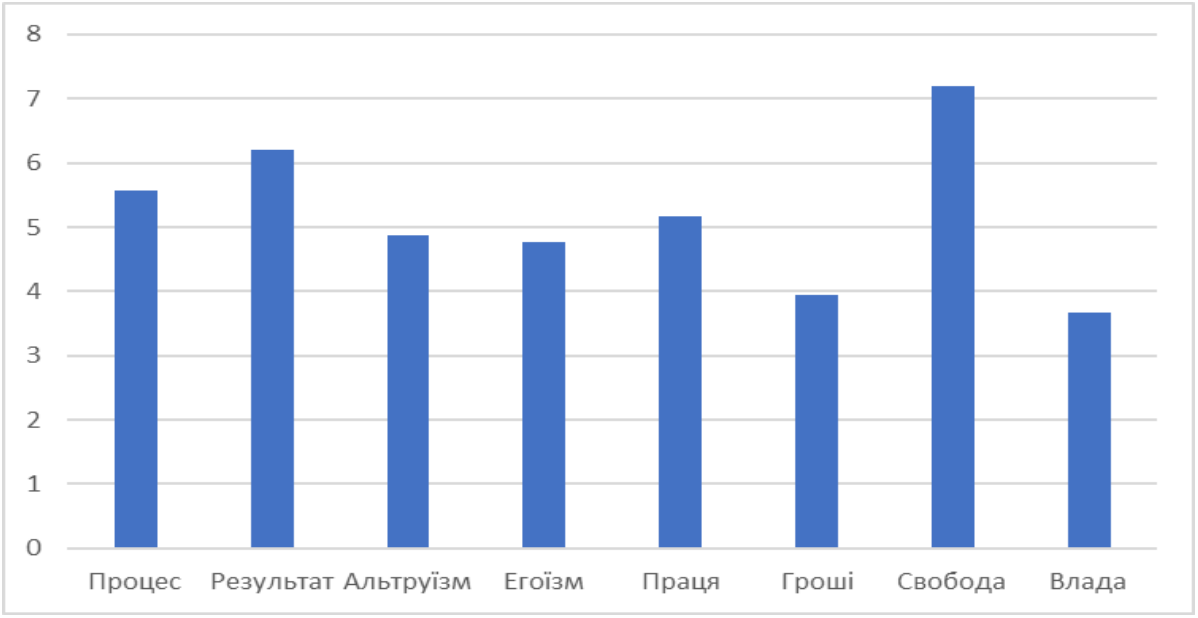


Рисунок 1 – Середньостатистичні показники рівня соціально-психологічних установок особистості (Тест Потьомкіної)

На другому місці орієнтація на результат. Людина прагне досягати результату в своїй діяльності всупереч всьому – метушні, перешкодам, невдачам. Вона може входити в число найбільш надійних працівників. При роботі з клієнтом такий психолог завжди буде орієнтований на результат діяльності, тобто на допомогу клієнтові.

Найменші ж показники за шкалою орієнтації на владу. Великі значення за цією шкалою означає, що людина хоче відчувати контроль над іншими людьми і на багато готова заради цього. Тобто, офіцер-психолог у своїй роботі з клієнтом не буде займати позицію “начальник-підлеглий”, а притримуватиметься позиції “рівний рівному”.

На другому місці орієнтація на гроші. Ведучою цінністю для людей з цією орієнтацією являється прагнення до збільшення свого добробуту. Коли у такої людини грошей немає, вона думає в основному про те, як їх дістати, а коли вони є – як їх не втратити і примножити їх кількість. Гроші для неї мають цінність самі по собі, а не тільки як засіб придбання будь-чого.

Зарічанський Олег Анатолійович
кандидат педагогічних наук, доцент, старший науковий співробітник відділу проблем інформаційно-психологічного протиборства науково-дослідного центру, Військовий інститут КНУ імені Тараса Шевченка (м. Київ)

МОРАЛЬНЕ ВІДЧУЖЕННЯ ЯК МАРКЕР ГОТОВНОСТІ ДО КОРУПЦІЙНОЇ ПОВЕДІНКИ ПРАВООХОРОНЦІВ

Сучасні науковці одним із провідних маркерів готовності до корупційної поведінки визначають відчуження суб'єктом моральної відповідальності.

Важливим компонентом, необхідним для вчинення корупції, виступають психологічні техніки виправдання (пояснення, обґрунтування) власної корупційної поведінки.

Мета статті – визначити специфіку відчуження моральної відповідальності поліцейських як маркеру готовності до корупційної поведінки на різних етапах професійної діяльності. Вивчення проведено у червні-серпні 2021 року. Емпіричну базу дослідження склали 800 працівників поліції, які були розподілені на дві групи: до першої групи увійшло 400 осіб зі стажем професійної діяльності від 5 до 10 років, чисельність другої групи склала 400 курсантів — майбутніх поліцейських. .

Відчуження моральної відповідальності, на думку Блумберга з колегами, є значущою теорією при спробі зрозуміти неправомірні дії поліції [1]. Поширення відчуження моральної відповідальності серед поліцейських вимагає актуалізації цього напрямку досліджень, але, як зазначають науковці, можна навести вагомий аргумент, що нинішня поліцейська підготовка та практика поліції, якщо й не сприяють цьому явищу, але, як правило, і не перешкоджають.

Результати дослідження. Емпіричне дослідження відчуження моральної відповідальності в працівників поліції, результати якого наведені у таблиці 1, надало можливість виявити відмінності між досліджуваними групами за низкою показників.

Таблиця 1

Показники відчуження моральної відповідальності у працівників поліції (M ± m)

Шкали	1 група	2 група	t	p
Поведінковий локус				
Моральне виправдання	4,83±0,30	4,95±0,33	0,27	-
Евфімістичний ярлик	5,18±0,21	5,48±0,46	0,59	-
Вигідне порівняння	6,11±1,05	5,77±0,63	0,28	-
Особистісний локус				
Зміщення відповідальності	7,33±0,24	6,74±0,16	2,05	0,05
Розсіювання відповідальності	5,65±0,39	5,61±0,53	0,06	-
Локус переформулювання наслідків поведінки				
Спотворення наслідків	5,11±0,43	4,76±0,28	0,68	-
Локус спотворення образу жертви жорстокої поведінки				
Дегуманізація	10,68±0,29	9,15±0,44	2,9	0,01
Атрибуція провини	8,79±0,60	10,88±0,70	2,27	0,01

Вивчення варіантів вияву відчуження моральної відповідальності виявило,

що за шкалами «Зміщення відповідальності» та «Дегуманізація» показники у першій групі (7,33±0,25 та 10,68±0,29) вірогідно перевищують показники за означеними шкалами, отримані у другій групі (6,74±0,16 та 9,15±0,43), $t = 2,05$, $p \leq 0,05$ та $t = 2,90$, $p \leq 0,01$.

Щодо особистісного локусу відчуження моральної відповідальності, показник за шкалою «Зміщення відповідальності» у першій групі відбиває більшу схильність цих досліджуваних знаходити пояснення своєї поведінки у соціальному тиску, що здійснюють особи, наділені владними повноваження або більш авторитетні, що дозволяє суб'єкту мінімізувати власну ініціативу у здійсненні неетичних вчинків.

Стосовно локусу спотворення образу жертви жорстокої поведінки показник за шкалою «Дегуманізація» віддзеркалює більш виражену зорієнтованість респондентів цієї групи на сприйняття об'єктів своєї неетичної поведінки як таких, що втратили позитивні людські якості, що вивести їх поза межі суб'єктивного виміру гуманності.

Встановлено також, що у локусі спотворення образу жертви жорстокої поведінки друга група відрізняється від першої вірогідно більшими показниками за шкалою «Атрибуція провини» (10,88±0,70 та 8,79±0,60), при $t = 2,27$, $p \leq 0,01$. Це є свідоцтвом більш істотної тенденції при здійсненні суб'єктом неетичних вчинків вказувати на «провокуючу» ситуацію, в якій, в силу незалежних від нього обставин, він був змушений повести себе певним чином у відповідь на «провокацію» об'єкта неетичної поведінки.

Було виявлено, що за такими формами відчуження моральної відповідальності як «Моральне виправдання» (4,82±0,30 та 4,95±0,33; $t = 0,27$), «Евфемістичний ярлик» (5,18±0,21 та 5,48±0,46; $t = 0,59$), «Вигідне порівняння» (6,09±1,05 та 5,77±0,63; $t = 0,28$), «Розсіювання відповідальності» (5,65±0,39 та 5,61±0,53; $t = 0,06$) та «Спотворення наслідків» (5,11±0,43 та 4,76±0,28; $t = 0,68$) відмінності між досліджуваними групами не досягають рівня значущості.

Тобто, перша та друга група не відрізняються у проявах схильності до виправдань різного змісту з метою аргументації скоєних вчинків; до використання евфемістичних формулювань, котрі вербально згладжують неетичність поведінки; впевненості в тому, що неетичні дії можуть бути корисними або мати альтруїстичний характер, ставши на перешкоді більшим людським стражданням; схильності до розподілу відповідальності або провини між всіма учасниками ситуації, коли кожен з них виступає суб'єктом окремих незначущих дій; ігнорування, знецінювання тощо наслідків власних неетичних вчинків, що дозволяє уникнути вирішення моральної дилеми, оскільки наслідки неетичної поведінки у такому випадку виглядають мінімізованими чи не очевидними.

Використана нами методика діагностики відчуження моральної відповідальності не надає технічної можливості встановити рівень вияву як окремих компонентів досліджуваного феномену, так і його загального показника. У процесі адаптації означеної методики (версія на 24 питання) на вибірці студентів, що складалася із 141 особи, Я. Льодовою зі співавторами

було отримано середній показник відчуження моральної відповідальності, який дорівнював 3,15 балів (сума балів за шкалами, поділена 8). У нашому дослідженні середній показник у першій групі складав 6,69 ± 0,42, у другій — 6,65 ± 0,42. Як ми вважаємо, такі відмінності пов'язані зі специфікою вибірок, задіяних у процедурі адаптації методики та у проведеному нами дослідженні.

Це підтверджується даними, отриманими A. Prameswari та Y. Budiarto , котрі на загальній вибірці поліцейських виявили, що 46,7% досліджуваних характеризуються високим рівнем вияву відчуження моральної відповідальності, зокрема, у працівників дорожної поліції частка осіб з високим рівнем досліджуваного показника склала 40,8%, у працівників патрульної поліції — 63,3% [4].

Мінімальний середній показник, який можна отримати за даною версією методики, складає 3 бали, максимальний — 21 бал, тобто, в обох групах працівників поліції, з формальної точки зору, показники досягають межі низького та середнього рівнів.

Виходячи з того, що проблема дослідження відчуження моральної відповідальності є новою для вітчизняної науки, ми звернулися до наукових результатів, отриманих зарубіжними науковцями, що працюють у галузі психології поліціювання.

L. Spector вивчав відчуження моральної відповідальності на прикладі курсантів поліцейської академії штата Флоріда (США) із застосуванням версії опитувальника, котрий включає 32 питання та передбачає оцінювання тверджень за 5-бальною шкалою Лайкерта [5]. Середній показник вираховується як сума показників за всіма шкалами. Оскільки дослідник не наводить первинні дані, котрі дозволили б представити їх через процентилі, з метою урівнювання систем виміру нами було враховано пропозицію A. Newman з колегами щодо порівняння усереднених результатів, отриманих із використанням різних версій опитувальника, які можуть вміщувати як різну кількість питань, так і різновимірні шкали Лайкерта — від 5-бальної до 9-бальної. Науковці наголошують на можливості використання такої умовної одиниці виміру результатів як відсоток, котрий складає отриманий показник від максимально можливої суми балів [3] та, тим самим, надають відповідь на питання, поставлене A. L. McAlister, стосовно перспектив аналізу та порівняння результатів дослідження відчуження моральної відповідальності у прогнозованій ситуації стрімкого розвитку психодіагностичного інструменту її вимірювання та його варіативності [2].

Звертаючись до даних, що наводить L. Spector [5] у своєму дослідженні, слід вказати на близькість загального показника відчуження моральної відповідальності, зафіксованого у вибірці американських курсантів, який складає 31,2% від максимальної кількості балів, до результатів, встановлених нами у першій та другій групі досліджуваних (31,85% та 31,66% відповідно).

Нами було розглянуто показники відчуження моральної відповідальності за окремими локусами (табл.2).

Таблиця 2

Показники відчуження моральної відповідальності за окремими локусами в працівників поліції (M ± m)

Шкали	1 група	2 група	t	p
Поведінковий локус	16,07±1,51	16,17±1,37	0,05	-
Особистісний локус	12,96±0,61	12,33±0,67	0,70	-
Локус переформулювання наслідків поведінки	5,11±0,43	4,76±0,28	0,49	-
Локус спотворення образу жертви жорстокої поведінки	19,45±0,87	20,01±1,13	0,39	

Результати математико-статистичного аналізу засвідчили, що досліджувані групи вірогідно не відрізняються у показниках поведінкового локусу (16,07±1,51 та 16,17±1,37, t = 0,05), особистісного локусу (12,96±0,61 та 12,33±0,67, t = 0,70), локусу переформулювання наслідків поведінки (5,11±0,43 та 4,76±0,28, t = 0,49) та локусу спотворення образу жертви жорстокої поведінки (19,45±0,87 та 20,01±1,13, t = 0,39).

Отже, перша та друга групи виявляють відмінності окремих складових локусів морального відчуження, але, водночас, й подібність у вияві загальної вираженості цих локусів.

Висновки. Вивчення варіантів проявів морального відчуження у поліцейських показало, що за шкалами «Зміщення відповідальності» та «Дегуманізація» показники у першій групі вірогідно перевищують показники за означеними шкалами, отримані у другій групі, що відбиває більшу схильність представників першої групи знаходити пояснення своєї поведінки у соціальному тиску, який здійснюють особи, наділені владними повноваженнями або більш авторитетні, що дозволяє суб'єкту мінімізувати власну ініціативу у здійсненні неетичних вчинків; більш виражену зорієнтованість респондентів цієї групи на сприйняття об'єктів своєї неетичної поведінки як таких, що втратили позитивні людські якості, щоби вивести їх поза межі суб'єктивного виміру гуманності.

Друга група відрізняється від першої вірогідно більшими показниками за шкалою «Атрибуція провини», що виступає свідоцтвом більш істотної тенденції при здійсненні суб'єктом неетичних вчинків вказувати на «провокуючу» ситуацію, в якій, в силу незалежних від нього обставин, він буде змушений повести себе певним чином у відповідь на «провокацію» об'єкта неетичної поведінки. Моральне відчуження виступає у якості важливого психологічного конструкту, застосування якого до опису та пояснення такого соціально-правового явища як корупція є продуктивним і корисним щодо прогнозування корупційної поведінки.

Список посилань:

1. Blumberg D. M., Papazoglou K., Creighton S. Bruised badges: The moral risks of police work and a call for officer wellness. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience.* 2018. Vol. 20. P. 1-14.

2. McAlister A. L. Moral Disengagement: Measurement and Modification. Journal of Peace Research. 2001. Vol. 38, № 1. P. 87-99.

https://doi.org/10.1177/0022343301038001005

3. Newman A., Le H., North-Samardzic A., Cohen M. Moral Disengagement at Work: A Review and Research Agenda. *Journal of Business Ethics*. 2020. Vol.167, № 3. P. 535-570.

4. Prameswari A., Budiarto Y. Mechanisms of Moral Disengagement in Police Unethical Behaviour. The Asian Conference on Education 2015 «Education, Power and Empowerment: Transcending Boundaries»: Official Conference Proceedings (Kobe, Japan, October 21 - October 25, 2015). The International Academic Forum, 2016. P. 67-73. URL: http://papers.iafor.org/wp- 249 content/uploads/conference-proceedings/ACE/ACE2015_proceedings.pdf

5. Spector L. Ethical decision-making in law enforcement academy recruits: a quantitative study examining the relationship between self-reported moral disengagement scores, self-efficacy and five variables: doctoral thesis for the degree of doctor of education in the field of organizational leadership. Northeastern University Boston, Massachusetts, 2016. 154p.

Зінченко Даніїл Анатолійович

слухач магістратури, навчальної групи ФЗ-22-101м, старший лейтенант поліції, Харківський національний університет внутрішніх справ (м. Харків)

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЩОДО ПРОФІЛАКТИКИ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА

У сучасному суспільстві однією з найбільш розповсюджених форм порушення прав людини є домашнє насильство. Запобігання та протидія цим ганебним явищам є пріоритетним завданням соціальної роботи в громаді. Велика кількість жертв сприймають насильство як невідворотність і не повідомляють про нього і тільки деякі мають мужність звертатися по допомогу до органів влади за захистом.

Як зазначають науковці О. Бандурка, І. Бандурка, Л. Войтова, Т. Журавель, О. Кочемировська, Н. Мілорадова, Г. Мустафаєв, О. Федоренко та ін., зміст роботи, спрямованої на вирішення проблеми домашнього насильства, розглядається як сукупність таких основних елементів:

- профілактика насильства;
- робота із сім’ями та окремими категоріями, де сукупність макро- та мікрофакторів створює або може створити підвищений ризик жорстокої поведінки;
- надання підтримки та допомоги жертвам, свідкам насильства та особам, які перебувають у ситуації ризику насильства;
- проведення корекційної роботи з кривдниками;
- ефективної взаємодії між суб’єктами реагування на факти вчинення домашнього насилля [5].

Соціально-педагогічна робота з профілактики насильства щодо дітей – це різновид соціально-педагогічної діяльності, що здійснюється низкою

уповноважених структур, спрямованої на попередження, усунення та подолання чинників ризику виникнення насильства щодо дітей; раннє виявлення насильства; організацію системи заходів, спрямованих на надання допомоги дитині, яка постраждала від насильства, а також на роботу із агресором з метою недопущення повторних випадків насильства.

Соціально-педагогічна робота з профілактики насильства щодо дітей передбачає первинну, вторинну та третинну профілактику насильства щодо дітей.

Первинна профілактика більшою мірою має інформаційний характер, оскільки її спрямовано на формування в особи неприйняття та категоричної відмови від певних стандартів поведінки та негативних звичок [5].

Вторинна профілактика – це цілеспрямована робота з окремими групами дорослих і дітей з метою зміни силової форми поводження одне з одним та з дітьми, формування відповідального ставлення дорослих членів родини до дітей, роз'яснення сутності й відповідальності за домашнє насильство [5].

Третинна (індивідуальна) профілактика домашнього насильства полягає у цілеспрямованих заходах щодо конкретної особи (групи осіб), схильної до вчинення насильницьких дій, спрямованих на усунення або нейтралізацію причин та умов, що детермінують протиправну поведінку цієї особи, та з дітьми і дорослими членами сім'ї, які постраждали від жорстокого поводження, з метою відновлення особистісного та соціального статусу людини й навчання самозахисту[5].

В Україні, декілька років тому, почали з'являтися спеціалізовані служби первинного соціально-психологічного консультування осіб, які постраждали від домашнього насильства та/або насильства за ознакою статі [1].

До основних завдань консультативної служби належать:

- надання разових чи періодичних консультацій постраждалим особам та їх законним представникам (якщо такі представники не є кривдниками) щодо прав, заходів, соціальних послуг, якими постраждала особа може скористатися;
- сприяння ефективному розв'язанню проблем самою постраждалою особою (за підтримки фахівців соціальних служб), направлення її в разі потреби до відповідних суб'єктів, що здійснюють заходи у сфері запобігання та протидії насильству та насильству за ознакою статі;
- надання первинної психологічної підтримки;
- формування постраждалих осіб про заходи та соціальні послуги, якими вони можуть скористатися, відповідно до їх потреб з урахуванням психофізичного стану, спричиненого насильством[1].

Робота цієї служби ґрунтується на принципах індивідуального підходу до кожного, гуманності, доступності, відкритості, законності, соціальної справедливості та відповідальності за дотримання етичних і правових норм.

З особами, які спричинили домашнє насильство, представники поліції проводять профілактичні бесіди, їх офіційно попереджають про недопустимість таких дій, складають протоколи про вчинення адміністративного правопорушення. За необхідністю, виносять термінові заборонні приписи із

забороною кривднику контактувати з постраждалою особою [3].

В Україні з 2018 року існує програма по роботі з кривдником, яка затверджена Наказом міністерства соціальної політики України № 1434.Типова програма для кривдника містить наступні пункти:

- проходження Типової програми розпочинається з діагностування особи, яка вчинила домашнє насильство або належить до групи ризику щодо його вчинення, у тому числі проводиться діагностування причин агресивної та насильницької поведінки кривдника;
- схема роботи із кривдником визначається індивідуально з урахуванням потреб особи та особливостей, визначених за результатами діагностики.
- після проходження особою діагностики та мотиваційного консультування з метою визначення рівня вмотивованості до участі у групі може застосовуватись індивідуальна корекційна робота та/або групові заняття [2].

Виконання програм для кривдників стосовно дітей-кривдників здійснюється з урахуванням вікових та психологічних особливостей дітей. З метою запобігання повторного вчинення домашнього насильства дитину-кривдника може бути тимчасово влаштовано до у сім'ю патронатного вихователя або до установи для дітей, в яких створені належні умови для проживання, виховання, навчання та реабілітації дитини відповідно до її потреб [2].

Одним із дієвих способів, як уберегти себе від домашнього насильства – знати свої права. На законодавчому рівні права постраждалих осіб визначені у Законі України «Про запобігання та протидію домашньому насильству» [4].

Список посилань:

1. Домашнє насильство: соціальна робота на попередження та протидяю явищу у громаді: веб-сайт. URL: https://globynska-gromada.gov.ua/news/1640872699/
2. Наказ Міністерства соціальної політики України від 01 жовтня 2018 року № 1434 Про затвердження Типової програми для кривдників.
3. Права осіб, які постраждали від домашнього насильства. Департамент соціального захисту населення : веб-сайт. URL: https://dszn.smr.gov.ua/prava-osib-yaki-postrazhdali-vid-domashnogo-nasilstva/
4. Про запобігання та протидію домашньому насильству: Закон України від 07.12.2017 р. № 2229-VIII. Відомості Верховної Ради України. 2018. №5. ст. 35.
5. Психолого-педагогічні та правові засади діяльності поліції із захисту прав дитини : навч. посіб. / за заг. ред. д-ра юрид. наук, доц. Д. В. Швеця; [Д.В. Швець, О. М. Бандурка, О. І. Федоренко та ін.]; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : ХНУВС, 2020. 284 с.

Зливков Валерій Лаврентійович
кандидат психологічних наук, доцент, завідувач лабораторії методології і теорії психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ)

ДИНАМІКА СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У РОЗВИТКУ ПАТРІОТИЗМУ ОСОБИСТОСТІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Сучасні теорії динаміки думок, прикладом яких є модель «отримання-прийняття-зразка» припускають, що зміна настановлень має відбутися лише після отримання нової, релевантної для настановлень інформації. Згідно із даною концепцією, очікуваний напрямок і масштаб зміни думок значною мірою залежать від контексту та змісту нової інформації, яка комусь надається. Навпаки, теорії соціальної ідентифікації показують, як може відбутися зміна думки, коли контекст навколишнього середовища людини активує соціальні знання, що зберігаються в довготривалій пам'яті. Ці теорії припускають, що зміна настановлень може бути наслідком лише збільшення уявної помітності соціального конфлікту. Крім того, вони пропонують, щоб напрям і масштаб зміни думки не пов'язувалися з контекстом або змістом інформації, яка привертає увагу до конфлікту.

Натепер у соціально-психологічному вимірі громадської думки часто зустрічаються такі феномени як гонка ефектів інтерв'юерів та ефектів соціальної бажаності, звідси формування комплексу меншовартісності українців (порівняно, наприклад з Ізраїлем) та поляризації громад Заходу та Сходу України (насамперед, це виявляється у мовному питанні та орієнтації на громади Заходу України наприклад в контексті релігійності). Одне із зарубіжних досліджень цьому підтвердження – заклики щодо благодійності найбільше активізуються в неділю, коли люди відвідують церкву, ніж в інші шість днів тижня, оскільки релігійна ідентичність часто визначається тижневим календарем богослужінь (D. Malhotra) [4]. Щось подібне відбувається й в Україні, коли взірцем патріотизму вважається релігійний мешканець Львівщини, натомість мешканець Харківщині, до того ж російськомовний (чи суржикомовний) патріотом бути не може. Модель соціальної ідентифікації H. Price щодо зміни думок узагальнює динаміку, яка, ймовірно, працює в таких випадках, коли соціальна ідентичність функціонує як інтерпретаційна структура, як когнітивна структура групової схеми, яка організовує сприйняття та пізнання. Залежно від конкретної групової ідентичності, ідеї та почуття щодо неї можуть бути створені та організовані різними способами. Оскільки ознаки соціальної ідентичності можуть впливати на настановлення та поведінку навіть за відсутності інформації, що стосується настановлень, H. Price робить висновок, що соціальну ідентифікацію можна розглядати переважно як форму самопереконання [5].

Ця модель соціальної ідентифікації сильно контрастує з моделлю оновлення інформації, яка зараз домінує в дослідженнях динаміки думок на

основі опитувань. Тоді як модель оновлення інформації припускає, що зміна думки є результатом свідомої обробки нової інформації, модель соціальної ідентифікації – що зміна думки може бути результатом автоматичної (тобто несвідомої) обробки сигналів, які активують збережену інформацію (J. Bargh, E. Morsella) [1]. У той час як модель оновлення інформації припускає, що зміна думки менш імовірна серед людей з вищим рівнем відповідних знань і новин, оскільки існуючі настановлення цих людей є більш міцним, ніж настановлення їх менш обізнаних і уважних колег, модель соціальної ідентифікації передбачає що зміна думки в результаті впливу ознак соціальної ідентичності особливо вірогідна серед уважних людей, оскільки вони мають більший запас групових конструкцій, які необхідно відзначити. І в той час як модель оновлення інформації допускає, що серед людей з нижчим рівнем знань і новинною інформованістю відносно малоймовірно зміниться думка, оскільки ці люди відсторонені від інформаційних потоків, які потенційно можуть викликати переконання, модель соціальної ідентифікації свідчить, що люди видалені від більших інформаційних потоків залишаються сприйнятливими до зміни настановлень, спричиненої факторами навколишнього середовища.

Актуалізація інформації та формування патріотизму під час війни. Дослідження в галузі політології та міжнародних відносин схильні припускати, що зміни в сукупних рівнях підтримки війни відображають зміну оцінок витрат і вигод від військового конфлікту. Усі основні чинники, які, впливають на підтримку війни суспільством – жертви заради високих цілей, уявні, ймовірні цілі конфлікту, можливі шанси на успіх, основні події, пов’язані з війною і ступінь консенсусу еліти щодо переваг війни – передаються через ЗМІ. Коли рівень підтримки населенням війни змінюється, ця зміна є відповіддю на нову інформацію, якою охоплено якнайбільше людей. Напрямок змін має залежати, серед іншого, від змісту та контексту висвітлення новин. Однак висвітлення новин про війну рідко вивчається в науковій, зокрема, психологічній літературі, і жодне дослідження на сьогоднішній день не розглядало питання про те, чи може висвітлення новин вплинути на підтримку війни усім населенням (в умовах України – територіально всією Україною), коли більшість громадян у більшості випадків уникають неприємних новин.

Соціальна ідентифікація та патріотизм на війні. Альтернативна перспектива базується на гіпотезі внутрішньої групи та позагрупи, яку популяризував R. L. Coser [3] і спочатку сформулював у 1908 році Г. Зіммель. Ця гіпотеза припускає, що збільшення помітності зовнішнього конфлікту має сприяти внутрішній згуртованості населення. Значна кількість емпіричної літератури, створеної психологами, соціологами та антропологами з 1950-х років, послідовно підтримує основну передумову про те, що за певних умов зовнішня загроза сформованій групі посилює солідарність членів групи, при цьому підтверджується важливість внутрішньогрупових процесів для формування широкого спектру політичних поглядів і моделей поведінки. Однак, наскільки нам відомо, жодне дослідження ще не продемонструвало, як соціальна ідентифікація може вплинути на динаміку сукупноїгромадської

думки. Позитивний вплив на свою країну, який зазвичай називають патріотизмом або націоналізмом, є центральною цінністю, яка структурує ставлення громадян до військового конфлікту. Сполучені Штати вирізняються сильним почуттям спільної національної ідентичності, яке поділяють різні підгрупи, але суспільна підтримка війни також формується етнічними прихильностями (M. A. Baum) [2] і упередженнями. по відношенню до чужих груп. Висвітлення новин, пов'язаних із війною, має посилити ці групові прихильності таким чином, щоб стимулювати латентний патріотизм. Як ми його використовуємо, «праймінг» охоплює ряд пов'язаних явищ, які можуть тимчасово підвищити доступність або застосовність афективних, когнітивних або мотиваційних конструкцій, що зберігаються в довгостроковій пам'яті. Праймінг може активувати соціальні ідентичності прямо (наприклад, коли фраза «мої земляки-українці» активує конструкт «Українці») або опосередковано через розповсюджувану активацію (як коли «паляниця, борщ і калина» активує конструкт «Українка/Українець»). Сучасні дослідження свідчать про те, що праймінг зазвичай відбувається автоматично, викликаний сприйнятими стимулами, але відбувається без усвідомлення тих, хто праймінгується. Оскільки вплив засобів масової інформації може привертати увагу громадян таким чином, що робить певну групову ідентичність помітною, висвітлення новин військового часу, швидше за все, посилить помітність національної ідентичності. Незалежно від того, чи є новини позитивними чи негативними щодо військової кризи, висвітлення війни в новинах незмінно наголошує на конфлікті між «нами» та «ними». Отже, коли їх просять сформулювати думку про війну, громадяни базуються на актуальних потребах внутрішньої (своєї) групи.

Інтенсивність новин як модератор формування патріотизму під час війни. У випадку громадської підтримки війни відбувається гармонізація конкуруючих впливів щодо оновлення інформації та соціальної ідентифікації, оскільки обидва впливи мають формувати реакцію населення на військовий конфлікт, а отже й стимулювати патріотизм. Ми стверджуємо, що корисним показником як інформаційних потоків, так і ознак соціальної ідентичності є ймовірність того, що в будь-який момент часу новини про війну досягнуть всіх верств населення. Тобто так звана «інтенсивність повідомлення» матиме «проникаючу силу» потенційно переконливого повідомлення. Коли інтенсивність повідомлення низька, навряд чи відбудеться широке оновлення поглядів на основі нової інформації, оскільки цю нову інформацію отримує в основному невелика група осіб, які розуміються на політичних процесах та які вже мають добре сформовані погляди на більшість військових тем. Навпаки, коли інтенсивність повідомлень висока – наприклад, коли новини про війну з'являються на перших шпальтах газет і займають помітне місце в випусках новин – нова інформація досягає більшої аудиторії, яка складається як із досвідчених спеціалістів, так і з новачків у політиці. Оскільки ці новачки є більш сприйнятливими до переконання, сукупна думка має більше шансів змінитися, коли інтенсивність повідомлення є вищою (наприклад, нині в

Україні активні волонтери та військові ті, хто до 24 лютого 2022 року практично не цікавився політикою). Таким чином, моделі оновлення інформації, передбачають, що абсолютний розмір сукупної зміни думки має бути позитивно пов'язаний з інтенсивністю повідомлення. Оскільки висвітлення в засобах масової інформації передає ознаки соціальної ідентичності, ефекти соціальної ідентифікації мають більш імовірно виникати на вищих рівнях інтенсивності повідомлення. Однак, оскільки абсолютний розмір сукупної зміни думки, спричиненої сигналами, що надаються засобами масової інформації, змінюється залежно від частки населення, яке ще не було підготовлено сигналами в їхньому безпосередньому соціальному оточенні, і оскільки розмір цієї потенційно первинної групи повинен змінюватися протягом час у відповідь на останні епізоди праймінгу, не очікується сталого зв'язку між інтенсивністю повідомлення та абсолютним розміром зміни думки в рамках соціальної ідентифікації.

Виникають два протилежні очікування щодо спрямованого впливу процесів оновлення інформації та соціальної ідентифікації на патріотизм під час війни. По-перше, напрямок зміни думки, спричиненої оновленням інформації (але не соціальною ідентифікацією), має змінюватися залежно від контексту та змісту нової інформації, якій люди піддаються. Моделі оновлення інформації очікують, що коли втрати низькі, консенсус еліти високий, а коли перспективи остаточної перемоги яскраві, громадська підтримка війни має зрости, відповідно має зрости й патріотизм. Ці моделі також очікують, що великі втрати, розбрат між елітами та загроза нищівної поразка мають тенденцію до зниження громадської підтримки війни (власне на це й розраховували російські та й іноземні політики, коли вважали, що українці не мають шансів на перемогу, а отже й рівень їхнього патріотизму буде дуже низьким, що зумовить швидку капітуляцію). Навпаки, напрямок зміни думки, спричинений соціальною ідентифікацією, має бути послідовним незалежно від контексті чи змісту інформації, у яку вбудовані групові ознаки. У випадку суспільної підтримки війни, підтримка має зростати в міру зростання інтенсивності повідомлення, оскільки більше людей повинні оцінювати війну на основі групових норм.

Список посилань:

1. Bargh J. A., Morsella E. The unconscious mind. *Perspectives on psychological science*. 2008. Vol. 3(1). P. 73-79.

2. Baum M. A., Groeling T. Shot by the messenger: Partisan cues and public opinion regarding national security and war. *Political Behavior*. 2009. Vol. 31(2). P. 157-186.

3. Coser R. L. A home away from home. *Social Problems*. 1956. Vol. 4(1). P. 3-17.

4. Malhotra D. The desire to win: The effects of competitive arousal on motivation and behavior. *Organizational behavior and human decision processes*. 2010. Vol. 111(2). P. 139-146.

5. Price H. E. An effective way to teach and rehearse: Research supports using

sequential patterns. *Update: Applications of Research in Music Education*. 1989. Vol. 8(1). P. 42-46.

Керницький Олександр Михайлович
кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри військово-соціального та психологічного забезпечення Національної академії Національної гвардії України (м. Харків)

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ БОЙОВИХ ДІЙ У МІСТІ: ФАКТОРИ ВПЛИВУ НА ПСИХІКУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

У важких умовах відбиття збройної агресії Російської Федерації питання психологічної готовності особового складу сил оборони до виконання бойових завдань є не менш важливим, ніж володіння військовослужбовцями зброєю та військовою технікою.

Сили оборони України продовжують рух у Херсонській області з метою планомірного знищення угруповання противника на правому березі Дніпра. ЗСУ звільнили від російської окупації вже більше 95 населених пунктів. Попереду чекають воєнні дії на урбанізованій місцевості. Тому військовослужбовці СОУ мусять бути психологічно готовими та здатними вести бойові дії у специфічних умовах - у складній системі різних міських архітектурних та інженерних споруджень, багато яких можуть бути поруйновані, перешкод, що створені противником і серед мас цивільного населення.

Присутність у зоні воєнних дій цивільного населення робить операції на міській території несхожими на «звичайні» бойові дії: мешканці міста опиняються в надзвичайно важких і небезпечних умовах, наявні масові руйнування та жертви серед мирного населення, відсутні засоби швидкої медичної допомоги, відсутнє постачання продовольства і питної води, хаотичний рух біженців, наявність насильства і злочинності, мародерства, загроза епідемій, раптовість появи та застосування зброї ворогом тощо [1]. Все це
створює додаткове навантаження та пригнічує психіку військовослужбовців.

В той же час, через специфіку бою в населеному пункті, частини та підрозділи мусять діяти самостійно й ізольовано від головних сил, можуть потрапити в пастку або під раптове вогневе ураження противника.

Досвід участі у бойових діях показав, що бойову і психологічну підготовку особового складу до дій в умовах урбанізованої місцевості треба орієнтувати на стандарти та вимоги, затверджені в частинах спеціального призначення, акцентуючи особливу увагу на мінно-вибуховій підготовці, диверсійних діях, антиснайперській боротьбі тощо [2].

Особливо важливу роль у бою в місті відіграє постійна і багаторівнева розвідка сил і намірів противника, характеру руйнувань і місцевості загалом. За

досвідом бойових дій у містах, зокрема й у зоні Антитерористичної операції, ООС, наявних бойових дій, суттєвою проблемою може стати ідентифікація свого особового складу і противника. Щоб запобігти цьому, слід застосовувати добре помітні розпізнавальні знаки або індивідуальні електронні облаштування упізнання «свій-чужий». Бойові дії у великих містах супроводжуються високими
втратами живої сили та бойової техніки, спричинені не тільки вогнем противника, а й широким застосуванням мінно-вибухових загороджень, мінних полів, «мін-пасток», а також вторинними чинниками - уламками будівель, що руйнуються, пожежами, завалами тощо [3]. Тому військам знадобляться додаткові сили і засоби, щоб евакуювати й витягти з-під руїн поранених і убитих, в тому числі й мирне населення.

Отже, постає потреба підготовки психіки військовослужбовців до спостерігання кривавих наслідків застосування мінно-вибухових засобів, виходу з ладу пристроїв та перебоїв зв'язку, через велику кількість металоконструкцій. Особовий склад також повинен бути морально готовим до тривалої відсутності їжі, зокрема й гарячої.

Крім того, часто штурмові дії відбуваються вночі, що теж має свої психологічні труднощі. Бойові дії вночі мають істотні психологічні особливості.

До найважливіших негативних особливостей належать:

порушення орієнтування у просторі;

ефект новизни, невизначеності;

зниження військової майстерності бійців;

труднощі у злагодженні дій, взаємодії підрозділів;

труднощі з керуванням підрозділами;

зростання тривоги й відчуття ізольованості від своїх військ;

посилення схильності до паніки тощо.

До позитивних особливостей можна віднести:

нагода досягнути раптовості та вести бій з дезорганізованим і деморалізованим противником;

змога ослабити побоювання перед візуально страшним противником;

гальмування деяких фобій (наприклад: снайперобоязні, агорафобії тощо).

Застосування ж в міських боях зброї і бойової техніки має свої певні обмеження, зумовлені наявністю в зоні бойових дій цивільного населення, пам'яток культури, релігійних споруд та екологічно небезпечних об'єктів. Зважаючи на ці та інші психологічні особливості бойових дій у місті, особовому складу треба заздалегідь забезпечити чітко продуману спеціальну психологічну підготовку до такого найскладнішого виду бою, що включає психологічне інформування, практичні тренінги та вправи, моделювання ситуацій впливу стрес-факторів бою у місті, тренування взаємодії, дії уночі, відпрацювання копінг-стратегій боротьби зі стресом тощо.

Список посилань:

1. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. Київ: Ніка-Центр, 2007. 432 с.

2. Курченко Є., Мороз Р., Цуканова Т. Подолання бойового стресу та його психологічних наслідків. Миколаїв: Квіт, 2015, 64 с.

3. Макнаб К., Фаулер У. Современный бой: оружие и тактика /Пер. с англ. Ю.А. Плотникова. Эксмо, 2003. 256 с.

Кісіль Зоряна Романівна

доктор юридичних наук, професор, заступник директора Інституту управління, психології та безпеки (Львівський державний університет внутрішніх справ)

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ АНТИТЕРОРИСТИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СПІВРОБІТНИКІВ СИЛ БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ

Останнім часом для України особливої актуальності набула проблема протидії тероризму. Адже тероризм у цілому світові вже визнано невід'ємною частиною політичних і соціальних процесів, а в Україні, в умовах ведення гібридної війни він давно вже став серйозною загрозою безпеці нашої держави. У світовому суспільстві причину терору бачать не лише у зростанні кризових явищ в економіці й суспільстві, але й у недостатньому рівні освіти, правової й політичної культури, соціального досвіду в певних прошарках населення [1]. Підвищення стійкості України до терористичних загроз потребує удосконалення засобів і методів антитерористичної діяльності. Цей процес є складним і вимагає відмови від усталених стереотипних підходів щодо протидії тероризму в Україні. У зв'язку з цим формування антитерористичної ідеології, а відтак і антитерористичної компетентності, необхідних для забезпечення національної безпеки, є важливим завданням, що постає перед нами.

Міжнародний досвід свідчить про те, що сучасний тероризм наполегливо шукає сприятливе середовище. Ця ситуація обумовлена серйозним викликом національній безпеці, джерелом ризиків та загроз для фахівців сил безпеки та оборони, звичайної пересічної людини та громадянина, а також суспільства в цілому. Сьогодні антитерористична діяльність стає одним з головних напрямків масштабної боротьби з правопорушеннями у всіх країнах світу.

Тож, необхідно сформувати антитерористичну компетентність у фахівців сил безпеки та оборони. Відомо, що формування будь-якої компетентності - це предмет психолого-педагогічної діяльності. Закон України «Про вищу освіту» дає таке визначення компетентності: «компетентність – це динамічна комбінація знань, вмінь та практичних навичок, способів мислення, професійних, світоглядних та громадянських якостей, морально-етичних цінностей, яка визначає здатність особи успішно здійснювати професійну та подальшу навчальну діяльність і є результатом навчання на певному рівні

вищої освіти». Таким чином, закон декларує наступні складові: знання, уміння і навички (ЗУН) і якості, пов'язані з цінностями, переконаннями і принципами в соціальній сфері.

Тероризм – суспільно небезпечна діяльність, яка полягає у свідомому, цілеспрямованому застосуванні насильства шляхом захоплення заручників, підпалів, убивств, тортур, залякування населення та органів влади або вчинення інших посягань на життя чи здоров'я ні в чому невинних людей, а також погроз вчинення злочинних дій з метою досягнення злочинних цілей. Комплекс заходів з протидії тероризму складається з:

•нормативно-правових – доведення до населення і, в першу чергу, до молоді вимог законів і постанов, що діють в рамках системи освіти, пропаганди, ЗМІ;

•інформаційно-ідеологічних – розкриття всієї суті і небезпеки тероризму, його цілей, масштабів та наслідків за допомогою бесід, лекцій, культурно-мистецьких заходів, використання засобів пропаганди і ЗМІ. Правову основу боротьби з тероризмом становлять Конституція України, Кримінальний кодекс України [2], Закон України «Про боротьбу з тероризмом» [3] тощо, Європейська конвенція про боротьбу з тероризмом 1977 р. [4], Міжнародна конвенція про боротьбу з бомбовим тероризмом 1997 р. [5], Міжнародна конвенція про боротьбу з фінансуванням тероризму 1999 р. [6], інші міжнародні договори України, згода на обов'язковість яких надана Верховною Радою України, Указами Президента України, постановами та розпорядженнями Кабінету Міністрів України, а також іншими нормативно-правовими актами. У березні 2019 р. Президентом України підписано Указ «Про Концепцію боротьби з тероризмом в Україні» [7].

Тож, антитерористична діяльність, у тому числі фахівців сил безпеки та оборони, сьогодні стає одним із головних напрямів масштабної боротьби із терором, тому в ході підготовки стандартів освіти в контексті формування ключових антитерористичних компетентностей обов'язково повинні бути враховані всі психолого-педагогічні аспекти даного процесу: питання виховання, дидактики, методичного забезпечення, досягнення педагогіки у сфері аксіології, деонтології, акмеології, синергетичної структури психіки фахівця.

В свою чергу, створення антитерористичної ідеології фахівців сил безпеки та оборони передбачає створення системи поглядів на мету, завдання, основні принципи та напрями антитерористичної діяльності. Для цього необхідно прийняти загальнодержавну програму, метою якої є формування комунікативної, психологічної, правової, інформаційної та соціально-особистісної компонент антитерористичної компетентності. Досягнення поставленої мети передбачає вирішення широкого кола теоретичних, практичних та виховних завдань. До теоретичних завдань відноситься і формування знань відносно основних ризиків і загроз особистої та державної безпеки, конституційних прав та обов'язків громадян, правових основ забезпечення безпеки, деонтологічних принципів боротьби з тероризмом. До

практичних завдань відноситься формування уміння критично оцінювати інформацію, що відображає прояви тероризму в Україні та світі, підвищення стресостійкості за рахунок когнітивних та вольових властивостей особистості. Виховні завдання пов'язані із формуванням громадянської та соціальної активності, патріотизму та поваги до національної історії та культури.

Таким чином, масштаби боротьби із тероризмом є такими, що ресурсів правоохоронних органів недостатньо. Необхідно формувати антитерористичну компетентність не лише у фахівців сил безпеки та оборони, але й в усіх прошарків суспільства так, як це давно здійснюється в провідних країнах світу.

Список посилань:

1. Кудінов С.С. Методологічні засади дослідження правової політики формування антитерористичної компетентності. Young Scientist. 2019. № 1 (65). С. 171-175.

2. Кримінальний кодекс України. Кодекс України; Кодекс, Закон від 05.04.2001 № 2341-III. Верховна Рада України. Законодавство України. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14 - Text

3. Про боротьбу з тероризмом. Закон України від 20.03.2003 № 638-IV. Верховна Рада України. Законодавство України. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/638-15 - Text

4. Європейська конвенція про боротьбу з тероризмом (ETS N 90). Рада Європи; Конвенція, Міжнародний документ від 27.01.1977 № ETSN90. URL:https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/994_331#Text

5. Міжнародна конвенція про боротьбу з бомбовим тероризмом (укр/рос)

6. ООН; Конвенція, Міжнародний документ від 15.12.1997. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_374 - Text

7. Міжнародна конвенція про боротьбу з фінансуванням тероризму (укр/рос). ООН; Конвенція, Міжнародний документ від 09.12.1999. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_518 - Text

8. Про Концепцію боротьби з тероризмом в Україні. Указ Президента України; Концепція від 05.03.2019 № 53/2019. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/53/2019 - Text

Кожем'яка Юлія Миколаївна

студентка, факультет цивільного захисту, Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (м. Черкаси)

Чередниченко Тетяна Володимирівна

старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (м. Черкаси)

ПСИХІЧНІ СТАНИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ ПОВЕРНЕННЯ ІЗ ЗОНИ ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ

Професійна діяльність військовослужбовців в лавах Збройних Сил та їх

відповідні психічні стани є об’єктами уваги дослідників у зв’язку зі специфікою умов, складністю виконання службових завдань та ін. Враховуючи вимоги сьогодення, особливу увагу слід приділяти питанню психологічного стану військових під час екстремальної ситуації, а також заходам збереження та підвищення боєздатності військових. Дане питання є актуальним, оскільки через повномасштабне вторгнення російських військових на територію України, велика кількість осіб були призвані на фронт. Військовослужбовці перебували у екстремальних умовах, при яких кожен день були в небезпеці та могли втратити життя, боронячи свободу в державі. Такі умови та фактори впливають на психічний стан військовослужбовця в період несення служби, а також після повернення із зони ведення бойових дій.

Серед переліку факторів, які впливають на психологічний стан військового у бойовій обстановці, науковці виокремлюють наступні:

1. Небезпека. Військовослужбовець постійно перебуває в умовах небезпеки, оскільки є усвідомлення та розуміння, що можна в будь-який момент померти або отримати тяжке поранення.

2. Раптовість. Військовослужбовець може бути швидко переведений із спокійної обстановки в зону активних бойових дій.

3. Невизначеність. Військовий не має жодної точної інформації, він не розуміє, яке подальше його майбутнє, що чекає на нього завтра і чи взагалі буде у нього завтрашній день. Командири роти не дають точної інформації, склад та характер дій противника постійно змінюються, що призводить до різкої зміни військової тактики українських військовослужбовців.

4. Новизна. Військовослужбовець отримує та стикається із новими екстремальними та стресовими ситуаціями, з яким раніше не був знайомий. Такі ситуації лякають та можуть викликати паніку у військового, який в екстремальних умовах не може зібратися та знайти вихід із ситуації та вирішити питання.

5. Прискорене збільшення темпу бойових дій. В даних умовах відбувається скорочення часового проміжку на прийняття рішення та на вчинення певної діяльності. Військовослужбовець повинен швидко прийняти рішення та почати його виконувати, оскільки від цих хвилин залежить хід війни та чиєсь життя.

6. Дефіцит часу. Умови, за яких успішне виконання завдання можливе не через просте збільшення темпу дій, наприклад, через зміну структури діяльності [1, с. 15].

Під психічним станом розуміють відносно стійке психологічне явище, яке має свою динаміку. Психічні стани – це не нагромадження випадковостей у психіці людини, а психологічна категорія, якій властиві свої особливості, вони мають фізіологічну природу і відповідні причини виникнення. Прояв психічних станів у військовослужбовців відбувається при виконанні бойових завдань, тому вони мають свій специфічний зміст і форму прояву. Даний стан за своїм проявом може позитивно або негативно впливати на здійснену військовослужбовцем діяльність. Психологічний стан військового передбачає

його переживання, а також внутрішні настрої, мотивацію та зовнішнє вираження та виявляється у зміні ефекту виконуваної діяльності [2, с. 12-15].

Згідно із результатами психологічних досліджень, у більшості опитаних військовослужбовців констатовано високий рівень емоційності. Для військовослужбовців характерно бути емоційними, агресивно налаштованими, перебувати в настрої помсти, бути різким. Також показовим є низький рівень іпохондрії, шизоїдності та гіпоманії, низький рівень психопатії та паранояльності та високий рівень депресивності та психастенії, у понад половини військовослужбовців переважає середній рівень істерії [1, с. 32-37].

Отже, підсумовуючи дослідження можна дійти висновку, що у військовослужбовців присутній високий рівень тривожності, фрустрації, емоційності та середній рівень ригідності; серед військовослужбовців переважає середній рівень самопочуття, низький рівень активності та високий рівень настрою. Після повернення із зони активних бойових дій, кожному військовому рекомендовано звернутися до психолога для нормалізування психологічного стану та реабілітації.

Список посилань:

1. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України : методичний посібник / Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Корня Л.В. Київ: ФОП Маслаков, 2019. 288 с.

2. Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості: навчальний посібник [для студентів вищих навчальних закладів]. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.

Козак Галина Михайлівна

Спеціальності «Спеціальна освіта» Львівського національного університету імені Івана Франка (м. Львів)

Сікорська Леся Борисівна

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри спеціальної освіти Львівського національного університету імені Івана Франка (м. Львів)

ІГРОВІ МЕТОДИКИ У КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВТКОВІЙ РОБОТІ З ДІТЬМИ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ

Характеризуючи роль ігрової діяльності у корекційно-виховній роботі дітей з особливими освітніми потребами, варто зазначити, що «гра – форма вільного самовияву людини, яка передбачає реальну відкритість світу можливого й розгортається або у вигляді змагання, або у вигляді зображення (виконання репрезентацій) якихось ситуацій, смислів, станів». С. Гончаренко в «Українському педагогічному словнику» зазначає, що ігрова діяльність – різновид активної діяльності людини (дитини), у процесі якої відбувається оволодіння суспільними функціями, відносинами та рідною мовою як засобом спілкування» [1].

Психологічна природа, сутність, виховні та інші можливості гри як складного, багатофункціонального феномену втілені в її ознаках, одні з яких властиві будь-якій соціальній діяльності, інші – тільки грі. Дитяча гра зумовлена віковими особливостями особистості. Розвиток загальної та дрібної моторики у дітей з аутизмом потребує особливого підходу, оскільки для цих дітей характерні специфічні порушення тонко-диференційованих рухів, координації. Робота з формування мануальних навичок проводиться за такими напрямками:

1. «Навчання цілеспрямовано рухатися в повсякденних ситуаціях, формування навичок самообслуговування».

2. «Формування дрібної моторики в спеціально створених ситуаціях з використанням настільних ігор, ліплення, малювання, вирізання» [2, с. 168].

Регулярні пальчикові вправи покращують пам’ять, розумові здібності дитини, знімають емоційне напруження, розвивають координацію рухів. Розвиток дрібних рухів пальців не дає утворенню артикуляційних структур. Також рухова активність кисті збільшує словниковий запас, підтримує їх свідомо використовувати. Ігри та вправи для формування м’яких рухів пальців сприяють підвищенню уваги та ефективності дітей. Вони сприяють розвитку вміння слухати й розуміти, є чудовим матеріалом для збагачення активного словникового запасу дітей.

Важливою частиною роботи з розвитку дрібної моторики є пальчикова імнастика. Ці ігри дуже емоційні та захоплюючі. «Пальчикові ігри» ніби відтворюють реальність світу – предмети, тварин, людей, явища природи. Повторюючи ці рухи, діти активізують рухливість і мовлення. «Пальчикові ігри» - це постановка римованих оповідань, казок з пальчиками. Багато з них вимагають участі обох рук, що дає змогу дітям орієнтуватися «вправо», «вліво», «вгору», «вниз» тощо. Пальчикова гімнастика – це особливий вид вправи для розвитку дрібної моторики, який не схожий на інші дитячі ігри.

Гра з пальчиками не тільки цікава і весела, але і має величезний вплив на загальний розвиток дитини:

− «розвивають координацію рухів, дрібну моторику»;

− «розвивають пам'ять, уяву та інші довільні когнітивні процеси»;

− «підвищують функціональну активність мозку»;

− «усувають емоційну напругу» [2, с. 169]

У процесі гри увага дитини спрямована на розгортання ігрової дії, а захопленість ігровою ситуацією дає змогу мимовільно розв’язати завдання коригуючого навчання і виховання. Ігрові дії можуть бути найрізноманітнішими: діти імітують голоси птахів і тварин, інтонаційно відтворюють мовленнєві висловлювання, змагаються, порівнюють, відшукують, загадують, відгадують, купують, лікують тощо. Дидактична гра має конкретний результат, наприклад, відгадування загадок, виконання ігрових дій і завдань, що сприймається дитиною як успіх, від якого дитина одержує задоволення.

У логопедичній практиці використовують дидактичні ігри та широко

застосовуються дидактичні вправи. Відмінність логопедичних ігор від логопедичних вправ полягає в тому, що ігри містять в собі декілька послідовних правил, ігрових дій і варіанти ускладнення, а логопедичні вправи, як правило, прості, не мають ігрових правил, а містять одну ігрову задачу, або одну ігрову дію. У дошкільній педагогічній літературі «логопедична вправа» розглядається як багаторазове виконання дітьми певних мовленнєвих дій для вироблення та вдосконалення мовленнєвих умінь і навичок.

Реалізація вказаних завдань здійснюється на логопедичних заняттях при виконанні вправ на складання висловлювань за діями, що демонструються, ситуаційним і сюжетним картинкам, у ході спеціально підібраних мовленнєвих ігор і вправ, підготовчої роботи до опису предметів.

Вправи на складання речень за картинками можуть проводитися з використанням методичних прийомів. При навчанні дітей з порушеннями мовлення рекомендується така методика. Для вправ ефективними можуть бути картинки 2 видів:

1) картинки, на яких можна виділити суб'єкт і виконувана їм дія;

2) картинки із зображенням одного або декількох персонажів і визначеного місця дії. При цьому діти вправляються в послідовному складанні речень різної семантико-синтаксичної структури [3, с. 46].

Поширеною формою є постановка відповідних питань до картин і зразки відповідей на них. Останній прийом ефективний для початку роботи з певним видом картин, а також, у подальшому, – при труднощах у побудові фраз. Іноді можна підказати перше слово фрази або його початковий склад.

Передбачено перехід до створення речень з більш складною структурою. До вправ з ігровими прийомами належить гра-вправа «Бути уважним», коли діти «за ланцюжком» складають низку речень, які різняться якоюсь деталлю; від дітей вимагається замінити такі відмінності та внести відповідні зміни у відповідь, складену попередньою дитиною [3, с. 47].

Отже, під час гри учасники навчального процесу знаходяться в інших умовах, ніж за традиційного навчання. Учням надається максимальна свобода інтелектуальної діяльності, яка обмежується лише визначеними правилами гри. Вони мають змогу самі обирати роль, висувати припущення щодо подальшого розвитку подій, створювати проблемну ситуацію, шукати шляхи її розв'язання, брати на себе відповідальність за обране рішення. Ігрова діяльність у корекційно-розвивальній роботі з дітьми з ООП допомагає формуванню та розвитоку слухового та фонематичного сприйняття, слухової пам'яті; формуванню звуковимови; формуванню навичок звукової диференціації; розширенню словникового запасу, формуванню зв'язного мовлення; розвитоку пізнавальних процесів (мислення, образної пам'яті, слухової та зорової уваги) тощо.

Формування мовлення, як і розвиток інших психічних процесів, нерозривно пов'язане з ігровою діяльністю, яка для дитини є провідною. Дидактична гра стимулює дитину до мовленнєвої діяльності. Слово у грі допомагає дитині виявити свої думки і почуття, зрозуміти переживання

партнера, узгодити з ним свої дії. Саме тому дидактичні ігри та вправи є невід'ємною частиною процесу у вихованні дітей з ООП.

Список посилань:

1. Мансанов А. І. Мовленнєво-ігрова діяльність дітей дошкільного віку [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: http://do.gendocs.ru/docs/index-236 883.html?page=3.

2. Гра як засіб всебічного розвитку дитини - [Електронний ресурс] .Режим доступу: http://www.ebk.net.ua/Book/synopsis/pedagogika/part6/034.htm .

3. Конопляста С. Ю., Сак Т. Б. Логопсихологія: навч. посіб. / за ред. М. К. Шеремет. Київ : Знання, 2010. 293 с.

4. Сікорська Л., Волянська М., Цісар Л., Сікорський П.І. Особливості ставлення студентів вищої школи напрямку підготовки «спеціальна освіта» до осіб з інвалідністю в контексті європейської інтеграції. V Всеукраїнський педагогічний конгрес. Збірник наукових праць. Л.: Сполом. 2020. 283. С. 156-164.

Колесніченко Олександр Сергійович

доктор психологічних наук, старший науковий співробітник, начальник науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності НГУ науково-дослідного центру службово-бойової діяльності НГУ (м. Харків)

МОДЕЛЬ БОЙОВОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТРАВМАТИЗАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Модель бойової психологічної травматизації військовослужбовців передбачає взаємодію трьох елементів, які об'єднуються поняттям «соціальна ситуація розвитку особистості військовослужбовця».

Перший елемент – несприятливі соціальні умови виконання СБЗ: негативне ставлення населення на окупованих територіях до військовослужбовців та військового керівництва, безпосереднього командира тощо.

Другий елемент – несприятливі умови виконання СБЗ в бойових умовах: обстріли, вибухи, обмеженість доступних ресурсів, можливості вільно задовольняти потреби.

Третій вплив – «віктивні умови» - передбачає безпосереднє переживання загрози життю, істотну ймовірність загибелі: це ситуації потрапляння в полон, в оточення, безпосереднє спостерігання загибелі товариша, цивільних осіб тощо. Цей фактор має значно більшу вагу як фактор розвитку ПТСР відповідно до даних, однак і їх дія необов'язково призводить до розвитку ПТСР. Саме несприятливі соціальні умови посилюють (збільшують) переживання дії віктимних стрес-факторів.

У військовослужбовців збільшення травматичності бойового досвіду пов'язане з його набуттям, однак набуття досвіду веде до певної адаптації до дії стрес-факторів. Низький рівень травматичності бойового досвіду передбачає

першу зустріч із стресорами, оцінку своїх можливостей і перспектив подальшого розвитку ситуації, а також формує очікування щодо розвитку ситуації.

Середній рівень травматичності набутого бойового досвіду, по суті, є піковим, таким, що перевіряє дійсну глибину розвитку характеристик особистості військовослужбовця, які забезпечують його стійкість до бойової психологічної травматизації. Глибина розвитку характеристик, її усвідомлення визначає ефективність адаптації до дії стрес-факторів.

Високий рівень травматичності набутого бойового досвіду свідчить про адаптацію до дії стрес-факторів, яка веде до переоцінювання вихідних характеристик ситуації і себе в ній, про перехід до нової соціальної ситуації розвитку.

Таким чином, позначені точки розвитку адаптації до дії бойових стрес-факторів («1» – очікування, «2» – пікові переживання, «3» − адаптація і нова оцінка вихідних даних ситуації участі в бойових діях і себе в ній) мають утворювати виток спіралі. При цьому для військовослужбовців з низькими ознаками ПТСР новий виток цієї спіралі має би бути виходом із травматичної ситуації, а для військовослужбовців з вищими ознаками ПТСР – кожен наступний виток має призводити до скорочення відстані між негативними очікуваннями до пікових негативних переживань та негативної оцінки свого «Я» – наближення до ПТСР як зосередженості свідомості на негативності ситуації, неможливості вийти з неї, продовжити лінію життя. Використана у моделі форма спіралі дозволяє реалізувати метафору, що «закручування в ситуацію» спричиняє розвиток ПТСР. Військовослужбовці з низькими ознаками ПТСР мали б адаптуватися до дії стрес-факторів та не сприймати ситуацію участі в бойових діях як травматичну, однак, крім того, що існує значна варіативність стрес-факторів і обмежені можливості звикнути до дії віктимних стрес-факторів, «нормальним» розвитком ситуації адаптації до дії стрес-факторів є вихід із неї зі збереженням досвіду. Проте такого виходу не відбувається, оскільки військовослужбовці перебувають в умовах бою тривалий час. Тобто замість спіралі військовослужбовці фактично замикаються в коло переживання дії бойових стрес-факторів, що потенційно може призвести до виснаження ресурсів військовослужбовця і в перспективі розвивається ПТСР.

Крім того, у наведеній моделі зроблено припущення і практика діяльності психологічної служби засвідчує, що за допомогою заходів активної профілактики, спрямованих на формування стійкості до бойової психологічної травматизації можливим є перехід військовослужбовців з вищими ознаками ПТСР в нижчій, принаймні, або утримання військовослужбовців з вищими показниками від переходу до розвитку ПТСР.

Список посилань:

Колесніченко О. С. Засади бойової психологічної травматизації військовослужбовців Національної гвардії України : монографія. Харків : ФОП Бровін О.В., 2018. 488 с.

Коллі-Шамне Анжеліка Володимирівна
докторка психологічних наук, професорка, професорка кафедри психології Херсонського державного університету (м. Херсон)

ПСИХОТРАВМАТОЛОГІЯ ВІЙНИ: ЕМОЦІЙНІ СТАНИ УКРАЇНСЬКИХ ВИМУШЕНИХ МІГРАНТІВ У ПЕРШІ МІСЯЦІ АДАПТАЦІЇ ДО НОВИХ УМОВ ЖИТТЯ

Повномасштабне вторгнення Росії в Україну 24 лютого 2022 року стало катастрофою для українського народу. Мільйони українців залишили своє житло та змушені були виїхати за кордон у пошуку безпеки. Початок війни був неочікуваним для більшості з них. Відповідно ситуація вимушеного переселення мала непрогнозований та спонтанний характер, яка вже сама по собі спричиняла стан дезадаптації (хаотичний пошук транспорту, пального, переповнені автобуси та поїзди, пробки на дорогах та при перетині кордону, велика кількість дітей різного віку, невизначеність, відсутність чіткого плану та пункту призначення тощо).

З психологічної точки зору вимушена міграція є кризовою ситуацією, яка призводить до глибокої трансформації цінностей, патернів поведінки, установок, мотивів, цілей життєдіяльності тощо [4]. Тому різні її аспекти є предметом уваги багатьох напрямів психологічної науки та практики (соціальної, крос-культурної, поведінкової психології, психології кризових та екстремальних ситуацій тощо). Немає сумнівів у тому, що на досвід мігрантів, коли вони залишають свої домівки, глибоко впливає те, наскільки вони діють як вільні суб'єкти змін, які мають можливість вирішувати, коли виїжджати з країни, куди їхати і як довго залишатися [1, с. 2].

Науковці зазначають, що не дивлячись на поступове розмивання понять «добровільна міграція» та «вимушена міграція», перша не збігається за часом із фактичним переїздом, вона починається раніше — на етапі розгляду людиною альтернативи переїзду в іншу країну у поєднанні з іншими можливими варіантами вибору життєвого шляху [1; 3]. Вимушена міграція не передбачає такої можливості.

В українських вимушених мігрантів не була прописана попередня програма міграції, не були зафіксовані її цілі і задачі тощо. В них був фактично відсутній період вибору на користь переїзду в іншу країну, який зазвичай є значущим для реалізації наступного проекту добровільної міграції. Іншими словами ставлення українців до нового життєвого контексту і до самого себе в межах цього контексту саме по собі є раптовим, невизначеним і травматичним. Вимушена міграція внаслідок військових дій супроводжувалася для більшості українців глибоким внутрішнім конфліктом між відсутністю сформованої та стійкої мотивації до виїзду з країни та неможливістю подальшого перебування у своєму регіоні.

З метою прискорення культурної та соціально-психологічної адаптації українців, які стали вимушеними мігрантами, важливо зрозуміти, які

психологічні стани переживають українці за кордоном і як вони впливають на процес їхнього перебування у різних країнах Європи. Актуальними є проблеми профілактики стресогенних впливів міграції і їх наслідків, а також підтримки необхідного для успішної адаптації рівня психічного і фізичного здоров'я українців. Наскільки нам відомо як на сьогодні немає досліджень, які б системно займалися цією проблемою. Однак ці дані потрібні багатьом організаціям, зокрема для вдосконалення професійного, соціального, культурного, психологічного супроводу українських біженців, які опинилися за кордоном у ситуації психологічної, фінансової, соціальної тощо невизначеності та вразливості.

Метою дослідження є первинний аналіз результатів онлайн-опитування українців – вимушених мігрантів у Швейцарії, зокрема їх емоційних станів та соціально-психологічних особливостей адаптації у цій країні.

Методи дослідження. Ситуація швидкого переміщення українців у перші місяці війни унеможливлювала використання традиційних методів діагностики. Це зумовило звернення авторки дослідження до онлайн-опитування в соціальних мережах, яке є відносно новим методом соціально-психологічного дослідження, пов’язаним з розвитком сучасних технологій.

Дослідження складалося з декількох етапів: теоретичний аналіз проблеми вимушеної міграції, підготовка діагностичного інструментарію (Google-форма), збір, статистична обробка і аналіз первинних даних. Збір даних проводився за допомогою комп’ютеризованої онлайн-анкети, написаної українською мовою, опублікованої в соціальних мережах (спеціалізовані групи Телеграм та Facebook). Використовувалась зручна неімовірнісна вибірка. Опитуванню передувало звернення до учасників, в якому були зазначені його цілі, а також поняття конфіденційності та вільної згоди.

Онлайн-анкета містить вступну частину, блок запитань, які розкривають соціально-демографічні, професійні, освітні та інші характеристики респондентів та основну частину. Остання містить відкриті та закриті запитання: обставини та мотивація міграції, житлові умови тимчасового проживання, основні проблеми та ускладнення, з якими стикнулися респонденти – вимушені мігранти у країні перебування, їх психологічний (емоційний) стан, самооцінка особистісних рис та характеристик, рівень вираження симптомів пост стресового розладу, копінг-стратегії поведінки, які вони використовують для подолання стресу, цілі, плани та очікування щодо майбутнього, рівень та особливості адаптації та інтеграції у приймаючій країні, сприйняття місцевого населення та стосунки з ним. Отже, опитувальник спрямований на опис особистої соціально-психологічної ситуації мігрантів, а також особливостей їхнього життя як до міграції так і після переїзду, їхніх очікувань та складнощів, з якими вони зіткнулися [2].

Опитування розпочалося 29 червня 2022 року. Протягом 3 місяців оголошення з запрошенням взяти участь в онлайн-опитуванні було розташоване у 8 групах Facebook та 7 групах Телеграм, які були створені для обміну інформацією між українцями, які перебувають у Швейцарії.

На 30 вересня 2022 року Google-форму заповнили 703 респонденти (622 жінки, 41 чоловік). Вік респондентів коливався від 17 до 77 років. Щодо вікового складу більшість (40,8%) – це українці віком від 36 до 45 років, на другому місці за чисельність (27,8%) – українці віком від 26-35 років і на третьому (15,9%) – віком 46-55 років. Більшість респондентів (94%) – жінки, більшість з яких – це особи працездатного віку (від 26 до 55 років). 73,9% респондентів мають вищу освіту. Соціально-демографічний склад вибірки відповідає даним європейського опитування українських мігрантів у 38 країнах світу (2547 учасників) [2].

Всі респонденти зазначили, що з початку війни вони пережили ті чи інші складні події чи стресові ситуації. Серед основних – перебування у зоні активних бойових дій (50% респондентів) та втрата роботи (50% респондентів). На третьому місці як стресова подія зазначається розрив чи конфлікт з членами сім'ї чи друзями, які живуть в Росії (26%), а також перебування когось із членів родини у лавах ЗСУ (21%), зруйноване або пошкоджене внаслідок бойових дій житло (17%), розорення фірми, втрата бізнесу (14%), важкі хвороби, фізичні травми (12%).

*Повномасштабна війна Росії в Україні спричинила в українців багатовекторний спектр переживань. Т*акі ознаки стресу акультурації як пригніченість та розчарування переживають 66,4% українців. Про наявність ознак ПТСР у українців свідчать такі переживання як апатія, зниження інтересу до життя (37,8%), стійке відчуття нереальності того, що відбувається (37,8 %) тощо. Українці зазначили, що найбільше їх бентежить сум за домом і батьківщиною (68,5%), втома від невизначеності і емоційне спустошення (64%), часта зміна емоцій, перепади настрою, підвищена вразливість (47%). Специфічними є переживання щодо втрати соціального статусу чи професійної приналежності (47%).

На питання «Мені здається, що зараз я переживаю надмірний стрес» 76% відповіли стверджувально. Більшість українців зазначили, що вони відчувають себе емоційними та вразливими людьми, які все приймають близько до серця і глибоко переживають за все, що відбувається зараз (89%). Серед основних емоцій та переживань у українців переважають смуток (сум) – у 59,3% респондентів; тривога – 55,7%; відчуття втрати – 39,5%; безнадійність – 35,2%; роздратування – 30,7%; страх – 25,6% почуття провини – 25,6%; гнів – 16,2%; сором – 12,9%. Все перелічене може ускладнювати процес інтеграції та адаптації українських мігрантів. Якби в них була б можливість, 55 % з них звернулися б по допомогу до психолога.

Натомість мігрантам притаманний комплекс позитивних станів, таких як «бажання дізнаватися нове, зацікавленість» (34,9%), віра у краще майбутнє, очікування позитивних змін у житті (37,7%). 89 % респондентів іноді, часто або майже завжди відчувають приплив сил і бажання працювати. Серед позитивних емоцій та переживань у українців переважають інтерес – у 55,2% респондентів; довіра – 29,3%; радість – 26,9%; задоволення – 24,4 %; любов – 18,9%; гордість – 10,7%. Ми припускаємо, що йдеться про різні типи

емоційних переживань, які можуть бути пов’язані з індивідуальними особливостями аккультурації українців у швейцарському суспільстві (наприклад, за позитивним чи негативним сценарієм). Однак, це припущення потребує перевірки.

Тим не менш адаптація українців до нової країни та нового статусу у більшості випадків супроводжується проживанням культурного шоку та в цілому «підпорядковується базовим психологічним закономірностям міграційного процесу (переживання втрати, почуття малоцінності, «комплекс іноземця», криза ідентичності, ностальгія, депресія тощо). Одночасно з культурним шоком, викликаним взаємодією з новим середовищем, українцям доводиться проживати і долати цілу низку специфічних психічних травм (так званих «травм мігранта»). У традиції західних країн психічна травма мігранта інтерпретується як «міграційне горювання» (migratory grief – англ.), яке відноситься до типу «розлука», а не «втрата об'єкта». Особливістю даного типу горювання є його постійний і рецидивуючий характер, глибокий зв'язок з дитячим досвідом, множинність тригерів, що запускають або актуалізують процес горювання, етапність у процесі його опрацювання, амбівалентне ставлення до країни перебування, зв'язок з тією частиною населення, що залишається в рідній країні, переживання повернення в рідну країну як нової міграції, ймовірність поширення цього виду горювання на кілька поколінь [3].

Окреслені явища пов’язані з загрозою дезадаптації українців на новому місці. Згідно отриманим результатам, вони можуть виявлятися:

- на індивідуально-психологічному рівні у розвитку негативних емоційних станів, асоціальній поведінці, трансформації базових цінностей та етнічної ідентичності, підвищенні психоемоційного напруження та рівня конфліктності;
- на психосоматичному рівні – у зниженні опірності захворюванням, в загостренні синдрому хронічної втоми тощо;
- на соціокультурному рівні – у труднощах, пов'язаних з інтеграцією до нового соціального і культурного простору, доланням мовного бар'єру в рішенні комунікативних завдань як «по вертикалі» (адміністративні питання, наприклад), так і «по горизонталі» (в міжособистісному спілкуванні в багатонаціональному середовищі, на побутовому рівні).

Перспективи подальшого дослідження. Окремий блок онлайн-анкети містить питання щодо самооцінки особистісних рис респондентів, їх психологічних та соціальних потреб та очікувань щодо майбутнього у Швейцарії. Їх цінність полягає у можливості подальшого визначення психологічних чинників успішної соціально-психологічної адаптації. Передбачається також подальший аналіз таких чинників соціально-психологічної адаптації українських вимушених мігрантів у Швейцарії як-от: особливості приймаючої країни, психоемоційний стан українців, копінг-стратегії подолання ними стресу адаптації та мотиваційно-цільові характеристики їх подальшого перебування за кордоном.

Список посилань:

1. Bakewell O. Unsettling the boundaries between forced and voluntary

migration. E. Carmel, K. Lenner, & R. Paul (Eds.), *Handbook on the Politics and Governance of Migration*. Edward Elgar Publishing Ltd, 2021. pp. 124-136.

2. Kolly-Shamne A. V. Social and Psychological Online Survey of Ukrainian Forced Migrants in the First Months of the War in 2022: General Characteristics of the Study and Methodological Aspects of Data Collection in the Facebook Social Network *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series "Pedagogy and Psychology"*, 2022. V. 8, № 3 (у друці).

3. Loizate J. A. Salud mental y migracion. El sindrome del inmigrante. *Psicologia e inmigracion.* Universidad Pontifica de Salamanca, 2009. P. 35-64.

4. Shoib S., Javed, S., Alamrawy R.G., Nigar A., Das, S., Saeed F., Handuleh J.I.M., Shellah D., Dazhamyar A.R., Chandradasa M. Challenges in mental health and psychosocial care in conflict-affected low- and middle-income countries. *Asian J. Psychiatry*. 2022. № 67:102894. doi: 10.1016/j.ajp.2021.102894.

Саламон отець Олег
військовий капелан, українського центру психології безпеки, викладач кафедри спеціальної освіти та соціальної роботи, психотерапевт, супервізор

Костюк Соломія
студентка 3 курсу кафедри спеціальної освіти, Львівський національний університет імені Івана Франка (м. Львів)

ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ТА ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ ДО ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

У ситуації, яка склалася у світі за останні десятиліття, все частіше привертають увагу такі аспекти нашого життя як екстремальність зовнішніх умов життєдіяльності людини та її внутрішня готовність до їх подолання. Все частіше можна чути про виникнення надзвичайних ситуацій природного, техногенного або антропологічного характеру.

Хоча природа наділила людину можливістю швидко реагувати й адаптуватися до мінливих умов життєдіяльності, конкретні форми і способи їх використання в основному формуються у процесі тривалого виховання і навчання. Зазвичай цей процес відбувається спонтанно, під час накопичення життєвого досвіду і часто невиправдано високою ціною за допущені помилки. Велику роль у процесі адаптації до служби відіграє психологічна і психофізична готовність, тому для ефективного виконання поставлених завдань у напружених умовах життєдіяльності формування особистості рятувальника є не менш значущим, ніж цілеспрямоване формування технічної майстерності і фізичних якостей. Психофізична готовність визначається рівнем розвитку необхідних загальних психічних і спеціальних фізичних якостей: сили, швидкості, спритності й витривалості, координації рухів, стійкості до навантажень, здатності протистояти дії екстремальних чинників, а також

розвитком психомоторних здібностей, що дозволяють тонко регулювати кількість і якість рухових дій [2].

Екстремальні чинники - виняткові, особливі, надзвичайні обставини, що загрожують життю і здоров'ю людей, мають вплив стрес-факторів, сприймаються та оцінюються як небезпечні, складні, безвихідні ситуації, унаслідок чого підвищують тривожність, емоційну напруженість, створюють психотравмуючий вплив на психіку людини.

Екстремальні чинники середовища займають особливе місце в ієрархії зовнішніх подразників організму, які можна класифікувати за інтенсивністю, новизною або специфічністю своєї дії, за соціальною або біологічною значущістю. В. С. Новиков і В. С. Смирнов пропонують виділяти п'ять класів чинників, які за певних умов можуть бути віднесені до розряду екстремальних: фізико-хімічні (мікрокліматичні, радіаційні, баричні, механічні, зміна природного газового стану середовища), незвичайні (фізичної або інформаційної природи), інформаційні (недостатність, надмірність або помилковість інформації, подвійна діяльність), семантичні (загрозливі для біологічних або соціальних мотивів) і внутрішні (біологічні і психологічні). У найбільш загальному вигляді всі екстремальні чинники можна розділити на фізико-хімічні та інформаційні.

Великі адаптаційні можливості людини ускладнюють визначення адаптації. Показниками порушення адаптації можуть бути «внутрішньо-організменні» сигнали до свідомості людини, що викликають хворобливі відчуття, які спонукають людину уникати подібних чинників. Цей показник може мати градацію від слабо помітних відчуттів до нестерпного болю. Другим показником впливу екстремальності є рівень дієздатності (працездатності), який може неприпустимо знижуватися. Характер процесів адаптації при екстремальній дії залежить не тільки від умов навколишнього середовища (кількісна й якісна характеристика чинників), але і від стану організму. У зв'язку з цим виникає проблема розмежування чинників середовища на адекватні і неадекватні природженим (генотипічним), конституціональним і набутим (фенотипічним) властивостям організму.

В результаті впливу екстремальних чинників зовнішнього середовища на людину виникає стрес як індикатор стану адаптивнопристосовних реакцій. Термін «стрес» вперше ввів Ганс Сельє для опису сукупності неспецифічних реакцій і психофізіологічних змін, що виникають при надмірній дії подразника, не залежного від його природи. На сьогодні стрес розуміється як сукупність стереотипних, філогенетично запрограмованих реакцій при дії на індивіда екстремальних чинників. Емоційний стрес, вперше описаний Г. Сельє в 1935 році, розглядається як психофізіологічний стан організму, викликаний тривалими, інтенсивними реакціями страху, безпорадності або жаху.

Аналіз психологічної літератури показує, що підвищення адаптації в екстремальних умовах розглядається як адаптація особистості до життєдіяльності у стресовій ситуації, ґрунтуючись на концепції загального адаптаційного синдрому Г. Сельє й екстремальних умов життєдіяльності особи

В.І. Лебедєва. Адаптація розуміється як процес формування психічних реакцій особистості, системи стосунків, адекватних середовищу, вимогам, що пред'являються до людини [2, 3].

Список посилань:

1. Корольчук М. С., Крайнюк В.М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Навчальний посібник 231 для студентів вищих навчальних закладів. Київ: Ника-центр, 2006. 580 с.

2. Корольчук М. С., Крайнюк В.М., Кочергына Т.І. Психологічне забезпечення психічного та фізичного здоров'я. Київ: Інкос, 2002.

Кузьменко Карина Володимирівна

студентка факультету цивільного захисту, Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (м. Черкаси)

Чередниченко Тетяна Володимирівна

викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах, Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (м. Черкаси)

ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ПОЖЕЖНИХ-РЯТУВАЛЬНИКІВ ЗАСОБАМИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ

Зараз, у період війни, актуалізуються проблеми, пов'язані з вирішенням труднощів життєвих ситуацій, що виникають перед людиною. Ця проблема актуальна для працівників ДСНС, оскільки ситуація в країні вимагає від них максимальної адаптації.

Для деяких працівників екстремальні ситуації виступають як привід для депресивних станів та викликають почуття безпорадності, інші ж у подібних ситуаціях «тримають удар». Проблема стійкості людини перед життєвими труднощами завжди була вагома, привертала увагу науковців з різних галузей. У зв'язку із повномасштабною війною, коли люди живуть в стані загрози життю та соціальному благополуччю, центральне місце займають дослідження формування життєстійкості для професій ризиконебезпечних професій.

Поняття «життєстійкість» часто характеризується в психології, як адаптаційний механізм особистості, властивість особистості, що дозволяє долати труднощі та справлятися з проблемами. Про феномен «hardiness», який вітчизняні дослідники у 2000 році запропонували позначати життєстійкість і його значення для людини вперше заговорили С. Кобейса та С. Мадді [4].

Т. Ларіна та Т. Титаренко розмежовують поняття «стресостійкість» та «життєстійкість». Стресостійкість забезпечує успішне подолання стресу, мобілізацію відповідних стратегій і стилів поведінки, які більшою мірою зумовлені біологічними та психофізіологічними особливостями людини. А життєстійкість особистості – це вміння ефективно існувати всупереч життєвим перешкодам і труднощам, здатність людини зберігати баланс між пристосуванням до нових вимог і прагненням жити гармонійно, повноцінно [2].

У психологічній літературі життєстійкість розглядається як патерн

структури установок та навичок, що дозволяє побороти проблеми та перетворити їх з потенційно травмуючого чинника у можливості, активно протистояти їм та використовувати їх для самовдосконалення. Життєстійкість – це складне особистісне утворення, що включає три порівняно автономні атитюди: включеність, контроль та прийняття ризику [3]. Включеність визначається як переконаність у тому, що активна участь в реальній дійсності дає шанс знайти щось важливе та цікаве для особи. Людина з розвиненою залученістю отримує сили та мотивацію, щоб діяти, та задоволення від власної діяльності, реалізує себе, відчуває свою вагомість, цінність та смак від життя. Контроль характеризується як переконання в тому, що тільки боротьба як вибір власної стратегії діяльності може вплинути на реальний результат, на наслідки, хоч і немає гарантії успіху, та можливості власного впливу обмежені. Якщо у людини сильно розвинений цей компонент, вона відчуває, що сама вибирає свою діяльність, свій шлях. Прийняття ризику – це переконаність у тому, що все, що відбувається, дає досвід, який необхідний для розвитку. При цьому негативний досвід людина оцінює позитивно, оскільки навіть він дає можливість чомусь навчитися.

С. Мадді вважає, що життєстійкість як особистісна характеристика є показником психічного здоров'я особистості [5]. Дослідження П. Бартона зі звільненими в запас військовослужбовцями, які брали участь у війні в Перській затоці показало, що життєстійкість, опосередковує вплив бойового стресу та стресових життєвих подій, попереджує розвиток в них психіатричних симптомів та забезпечує збереження здоров'я. За словами дослідника, життєстійкість справляє захисний ефект щодо негативного впливу стресу, особливо в умовах високого та багаторазового стресу. Також він наголошує, що життєстійкість запобігає виникненню несприятливих наслідків стресу у фахівців різних сфер діяльності, які пов'язані зі стресовими ситуаціями [1].

Основи життєстійкості закладаються в дитинстві та підлітковому віці, але її можна розвинути й в дорослому віці. Як показали дослідження С. Мадді, життєстійкість є не вродженою, а набутою якістю, яку можна розвинути шляхом застосування тренінгової програми. Такий тренінг повинен містити в собі вправи, які спрямовані на формування ефективних міжособистісних стосунків та адаптивних копінг-стратегій. На думку вченого, метою тренінгу є досягнення глибшого розуміння стресових обставин, шляхів їх копінгу та постійне використання зворотного зв'язку, що поглиблює самосприйняття, включення у ситуацію, контроль над нею, прийняття ризику.

Серед основних технік тренінгу можна виокремити:

1. Реконструкція ситуації. В уяві відтворюються задані тренером стресові ситуації. Під час такої техніки людина краще розуміє джерела конфлікту, свої помилки, обирає більш ефективні варіанти подолання ситуації.

2. Техніка фокусування. Це пошук емоційних реакцій, які погано усвідомлюються та заважають прийняттю рішення через звернення до «внутрішнього смислу» для досягнення емоційного інсайту.

3. Компенсаторне самовдосконалення. У випадку неможливості вирішити

стресову ситуацію відбувається звернення до іншої ситуації, яка максимально пов'язана з травмуючою. Переключення між ситуаціями спонукає людину приділяти увагу тому, що піддається зміні.

Тренінг життєстійкості показав свою ефективність щодо підвищення основних його показників, зокрема знизився рівень психоемоційного напруження і фізичного напруження (артеріальний тиск), підвищився рівень задоволеності роботою.

Отже, життєстійкість характеризує ступінь сформованості здатності особистості витримувати стресову ситуацію, зберігати внутрішній баланс, не знижуючи успішності професійної діяльності. Вона є фундаментом особистісних рис людини, може розглядатися як показник психічного здоров'я, і є важливою складовою особистості, тому потребує розвитку. Одним засобів з її розвитку є соціально-психологічний тренінг. З огляду на вищезазначене, можна стверджувати, що соціально-психологічний тренінг є ефективним методом для підвищення життєстійкості у працівників ДСНС.

Список посилань:

1. Кокун О. М., Клименко В. В., Корніяка О. М. Психофізіологічні закономірності життєстійкості фахівців соціономічних професій : монографія. Київ – Львів : Вид. Вікторія Кунд., 2021. 236 с.
2. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека : навч. посіб. Київ : Ін-т соц. та політ. психології НАПН України, 2009. 76 с.
3. Khoshaba D. M., Maddi S. R. Early experiences in hardiness development. Consulting psychology journal: practice and research. 1999. Vol. 51, no. 2. P. 106–116.
4. Maddi S. R., Khoshaba D. M. Hardiness and mental health. Journal of personality assessment. 1994. Vol. 63, no. 2. P. 265–274.
5. Maddi S. R. The story of hardiness: twenty years of theorizing, research, and practice. Consulting psychology journal: practice and research. 2002. Vol. 54, no. 3. P. 173–185.

Леонідова Ульяна Анатоліївна

студентка, Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (м. Черкаси)

Чередниченко Тетяна Володимирівна

старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах, Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (м. Черкаси)

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЯК ФАКТОР БОЄЗДАТНОСТІ ВІЙСЬК

На відміну від більшості інших професій, діяльність військових, зокрема пілотів, пожежних-рятувальників, психологів протікає в умовах великого ризику загинути. Тому за новітніми вимогами, окрім фізичної підготовки, варто подбати про моральний та психічний стан майбутніх рятівників.

Специфіка професійної діяльності пов’язана з роботою в екстремальних умовах, максимальною мобілізацією фізичних та психічних ресурсів для вирішення соціально значущих оперативних завдань, потребує наявності сформованої системи мотивів, надійного функціонування психофізіологічних функцій, здатності до саморегуляції психічних станів, готовності до застосування знань, умінь і навичок в умовах небезпеки для здоров’я та життя за інформаційної невизначеності та дефіциту часу. Це все висуває підвищені вимоги до стану психічного здоров'я особистості. В таких екстремальних умовах роботи важливими чинниками є стресостійкість та адаптивність особистості, за відсутності яких можливе емоційне вигорання. Слід відмітити також і схильність до самопожертви у представників ризикованих професій, яка зумовлена альтруїзмом [1].

Діяльність військових відноситься до класу ризиконебезпечних, які потребують великих резервів працездатності, стійкості до стресу, саме тому, вирішення проблеми щодо ефективного формування психологічної стійкості, можна вважати однією з найбільш актуальних, оскільки стійкість охороняє особистість від дезінтеграції і особистісних розладів, створює основу внутрішньої гармонії, повноцінного психічного здоров'я, високої працездатності. Дезінтеграцію особистості розуміють як втрату організуючої ролі вищого рівня психіки в регуляції поведінки і діяльності, розпад ієрархії життєвих сенсів, цінностей, мотивів, цілей. Психологічна стійкість індивідуума безпосередньо визначає його життєздатність, психічне і соматичне здоров'я [1].

Проблема психологічної стійкості військовослужбовців до стресу є професійно значущою характеристикою; від неї залежить ефективність діяльності військовослужбовця. Оцінка й формування психологічної стійкості до стресу відносяться до числа пріоритетних завдань психологічного супроводу діяльності військовослужбовців [1].

Соціальні зміни в умовах війни призвели до стрімкого зростання «соціальних стресових розладів», що не могло не відобразитися на Збройних Силах України [2]. Результатом психологічної підготовки повинна бути моральна і психологічна стійкість та готовність військовослужбовців до виконання завдань за призначенням як окремого військовослужбовця, так і підрозділу, частини, збройного формування в цілому [2].

Досвід війн і збройних конфліктів, у яких брали участь ЗС США, переконує в тому, що підрозділ стійкіший у бою, якщо складається з людей, які пройшли відповідну професійну та психологічну підготовки і мають досвід діяльності в екстремальній обстановці. У такому підрозділі сильніша довіра, товариство, дружба, упевненість один в одному, вища узгодженість у загальній бойовій роботі, ніж у підрозділах, які формувалися незадовго до активних бойових дій і не мали достатньої згуртованості. Тому в арміях провідних країн світу особлива увага звертається на психологічну підготовку, яка розглядається як важливий фактор боєздатності армії [2].

Важливим елементом системи психологічної підготовки є підготовка офіцерів. У військових коледжах майбутні командири обов’язково отримують

знання з психології та психіатрії, які дозволяють у подальшому посідати лідерські позиції, не допускати серед підлеглих проявів страху чи паніки [2].

Провідним видом психологічного забезпечення в армії Ізраїлю є психологічна підготовка, яка включає два основні аспекти: поведінка військовослужбовців до бою і в ході бою. Вона частково проводиться командирами, які повинні навчити підлеглих за допомогою візуальної діагностики виявляти основні психологічні проблеми в учасників бою. Командири повинні вміти регулювати стан бойового шоку. Кожен військовослужбовець повинен уміти надати психологічну допомогу іншому військовослужбовцю. Важливим заходом у процесі надання психологічної допомоги військовослужбовцям в армії Ізраїлю є безпосередня робота в бойових порядках. Вона включає ургентну діагностику бойового шоку (ступор), різного роду психічні відхилення та попередження ПТСР. Військовослужбовців з ознаками психічних розладів одразу евакуюють (як і поранених) із поля бою. У подальшому вони проходять обов'язкову реабілітацію [4].

Підвищення якості бойової підготовки, а отже, боєздатності військ – ось головна мета всіх реформ, які здійснюються. Вирішення цих завдань багато в чому залежить від військових командирів, які організовують процес бойової підготовки, в тому числі психологічної підготовки особового складу до участі в бойових діях. Чим ближче до реальності наближаються імітовані умови бою, тим ближче за своєю психологічною структурою навчально-бойова діяльність наближається до бойової. Це означає, що у військовослужбовця, який здійснює навчально-бойову діяльність, мотиви, цілі, дії, операції повинні бути якомога наближенідо тих, які потрібні для успішного вирішення реальних бойових завдань і які можуть виникнути в реальному бою [3].

Отже забезпечення психологічної підготовки можна вважати пріорітетнішою, ніж фізичну, адже діяльність військовослужбовців вимагає не тільки повної мобілізації сил, але й психологічної стійкості та емоційної загартованості для успішного виконання поставлених завдань.

Список посилань:

1. Березніцька У. О. Психічні стани військовослужбовців після повернення із зони ведення бойових дій. Особистість в екстремальних умовах : матеріали IX Всеукраїнської науково-практичної конференції, 17 травня 2019 р. Львів, 2019. 140 с.

2. Шакун Я. С. Досвід психологічної підготовки військовослужбовців збройних сил США та Ізраїлю. Особистість в екстремальних умовах : матеріали IX Всеукраїнської науково-практичної конференції 17 травня 2019 р. Львів, 2019. 140 с.

3. Кожевніков В. М. Особливості психологічної підготовки військовослужбовців Збройних Сил США, Великої Британії, Німеччини. *Педагогічний дискурс*. 2011. Вип 9.

4. Психологічне забезпечення у збройних силах зарубіжних країн / Осьодло В. І., Хміляр О. Ф., Ковальчук О. П. та ін.; НУОУ ім. Івана Черняховського. К., 2017. 97 с.

Ліпатов Іван Іванович
кандидат психологічних наук, професор, професор кафедри військово-соціального та психологічного забезпечення, Національної академії Національної гвардії України (м. Харків)

ОСНОВНІ ЗАВДАННЯ І НАПРЯМКИ РОБОТИ З МІСЦЕВИМ НАСЕЛЕННЯМ ПРИ ПРОВЕДЕННІ СТАБІЛІЗАЦІЙНИХ ДІЙ (ОПЕРАЦІЇ) ФОРМУВАННЯМИ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ В УМОВАХ ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ

При проведенні формуваннями Національної гвардії України (НГУ) стабілізаційних дій, операцій їх успіх, як показує практика багато в чому залежить від вміло організованої і продуманої роботи з місцевим населенням. Ця робота повинна бути організована і проводиться всіма органами військового управління безперервно і тим активніше, чим складніше і більш напружена обстановка. Відповідальність за стан цієї роботи несе заступник начальника територіального управління (військової частини) по роботі з особовим складом в районі виконання службово-бойових завдань. Ця робота здійснюється сумісно з підрозділами військово-цівільного співробітництва (ВЦС).

Метою роботи з місцевим населенням є створення сприятливої обстановки для веденні бойових дій і проведення стабілізаційної операції.

Основними завданнями цієї роботи є:

• роз'яснення місцевому населенню причин, характеру і суті бойових дій, конфлікту, завдань сил НГУ;

• створення сприятливої інформаційної обстановки, громадської думки і підтримки, формування позитивного ставлення місцевого населення до формувань НГУ;

• проведення заходів щодо інформаційно-психологічної протидії, припинення чуток і панічних настроїв серед населення, виявлення організаторів заворушень і їх локалізацію;

• вивчення особовим складом району ведення бойових дій і проведення спеціальної операції, традицій і звичаїв місцевого населення, профілактика протиправних дій військовослужбовців щодо місцевого населення.

Основними напрямками роботи з місцевим населенням е:

• підготовка і проведення інформаційно-пропагандистських акцій;

• створення сприятливої інформаційної обстановки в регіоні (районі ведення бойових дій і проведення спеціальної операції);

• відпрацювання заходів щодо інформаційно-психологічної протидії;

• проведення інформаційно-пропагандистських заходів з особовим складом формувань НГУ;

• організація взаємодії органів по роботі з особовим складом формувань НГУ з органами НП, СБУ, ЗСУ, державного управління, місцевого самоврядування, громадськими та релігійними організаціями.

Одним з основних напрямків роботи з місцевим населенням є проведення

цілеспрямованих інформаційно-пропагандистських акцій. Інформаційно-пропагандистські акції проводяться з метою формування громадської думки на користь дій формувань НГУ.

Основні заходи цієї роботи включають:

• доведення до населення політики керівництва країни з питань бойових дій, врегулювання виникаючих конфліктів в регіонах країни, прийнятих ним заходів по стабілізації обстановки в регіоні (районі проведення спеціальної операції), пошуку прийнятних для протидіючих сторін мирних, політичних способів вирішення поставлених проблем (рішення цього завдання передбачає проведення мітингів, прес-конференцій, переговорів і засідань спільних комісій);

• зустрічі з органами місцевого самоврядування, громадськими організаціями;

• трансляція спеціальних програм та звукозаписів;

• поширення відео і звукових матеріалів, друкованої продукції;

• надання гуманітарної допомоги населенню та ін..

Цю роботу організують і проводять відповідні органи державного і військового управління спільно з органами по роботі з особовим складом. Для проведення окремих заходів можуть бути задіяні спеціальні підрозділи. В цьому плані сильний емоційний вплив на населення може здійснити розповсюдження відеоматеріалів і демонстрація їх по центральному і місцевому телебаченню шляхом використання документальних фільмів, на кадрах яких зафіксовані жорстокі розправи бойовиків над місцевими жителями: трупи ні в чому не винних дітей, жінок, спалені і розграбовані будинки, знищені блокпости, убиті і поранені військовослужбовці і т.д.

Важливим напрямком роботи з місцевим населенням є створення сприятливої інформаційної обстановки в регіоні, громадської думки і підтримки. Особливе місце в цій роботі займає взаємодія з місцевими засобами масової інформації в інтересах формування позитивного ставлення місцевого населення до дій формувань НГУ.

Цю роботу організують і проводять органи по роботі з особовим складом спільно з органами місцевого самоврядування, ЗМІ, військового друку і прес-службами (прес-центрами) угруповань сил НГУ. Форми цієї роботи різноманітні. До числа основних відносяться: обмін інформацією, випуск спільних телерадіопередач, інформаційних бюлетенів, публікацій і т.д.

Інформаційно-психологічне протиборство, як систему заходів, що здійснюється з метою досягнення переваги над противником шляхом протидії та захисту військ, місцевого населення від негативного інформаційного впливу організують і проводять відповідні органи військового управління спільно з органами по роботі з особовим складом в тісній взаємодії зі спеціальними підрозділами по підготовці і проведенню інформаційно-психологічної протидії. Командири (начальники), органи по роботі з особовим складом, організовуючи інформаційно-психологічну протидію повинні враховувати, що ефективність протидії буде вище, якщо здійснювати його з урахуванням певних

психологічних рекомендацій:

• організовується роз'яснення військовослужбовцям і населенню прийомів і техніки ведення пропаганди противником, які конкретно психологічні акції і дії робляться їм для вирішення політичних і військових завдань;

• через органи ЗМІ і місцевого самоврядування до населення доводиться інформація, яка свідчить про справжні наміри, факти знущань і витончених прийомах і методах дій бойовиків;

• проводяться розвідувальні заходи щодо виявлення і знищення сил і засобів психологічних операцій НЗФ;

• в інтересах інформаційно-психологічної протидії використовуються дані радіоперехоплення переговорів бойовиків;

• здійснюється придушення засобами РЕБ передач теле-радіостудій противника й НЗФ.

Особливе місце в арсеналі прийомів і методів противника і НЗФ займає поширення чуток. Вони стають ефективним засобом психологічного впливу, особливо в кризових ситуаціях, Їх мета - посіяти недовіру, змусити засумніватися, ввести в оману, збити з пантелику і т.д. Командирам (начальникам), органам по роботі з особовим складом доцільно вивчати, відстежувати реальні труднощі і проблеми місцевого населення, передумови можливих конфліктів, ретельно виявляти все те, що може послужити живильним середовищем для поширення чуток і панічних настроїв серед місцевого населення. Своєчасна об'єктивна і чітка інформація формувань НГУ і населення про ті чи інші труднощі обстановки, пояснення причин і вжитих заходів, а також інша робота в цьому зв'язку дозволяють випередити противника в його діях. Чим більше справедливості, гуманізму, військової та соціальної компетентності в діях формувань НГУ, тим менше можливостей у противника експлуатувати в своїх інтересах місцеве населення.

Лукомська Світлана Олексіївна

кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії методології і теорії психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ)

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕСУРСІВ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ РІЗНОГО ВІКУ

Питання посттравматичних розладів та профілактики психічних порушень, що виникають в наслідок впливу на людину екстремальних факторів, вивчаються багатьма науковцями. Численні дослідження як вітчизняних, так і зарубіжних психологів спрямовані на аналіз адаптаційного потенціалу особистості, її здатності до саморегуляції у взаємодії з довкіллям; особливостей адаптивної особистості. Досліджувались уявлення про форми, закономірності та механізми адаптації; загальні проблеми соціально-психологічної адаптації особистості, чинники соціальної адаптованості людини у кризових життєвих

ситуаціях. Незважаючи на очевидну практичну значущість, проблеми психологічних особливостей адаптації учасників бойових дій не є повністю дослідженими. По-перше, адаптація вивчається у професійно стабільному середовищі зі сталими нормативними умовами, наприклад, адаптація до військової служби, виконання професійних обов'язків тощо. По-друге, акцентовано на стресогенності участі у бойових діях та негативному впливі травмівних подій на особистість військового. По-третє, реабілітація учасників бойових дій здебільшого зводиться до подолання посттравматичних станів. Поза увагою дослідників часто лишається віковий аспект, а саме, як участь у бойових діях вплинула на особистість військових різного віку.

Зазначимо, що дане дослідження ми проводили у 2015-2021 роках на базі Черкаського обласного клінічного госпіталю ветеранів війни, вже тоді понад 80% досліджуваних розуміли, що підуть знову «на війну», тобто їхня адаптація була спрямована як на цивільне життя, так і на ймовірне повернення на фронт.

В емпіричному дослідженні використано наступні методики: вираженість симптомів ПТСР в учасників бойових дій ми діагностували за допомогою опитувальників симптомів ПТСР PCL-M (F. Weathers, J. Ford), PCL-5 (F.W. Weathers) і Міссісіпської шкали (T.M. Keane); оцінку соціальної адаптованості здійснено шляхом застосування опитувальника оцінки стану адаптації «ОСАДА» (С. Яковенко) і опитувальника Роджерса-Даймонд в адаптації О. Осницького; для діагностики копінг-стратегій як чинника соціальної адаптації учасників бойових дій ми використали методику Е. Хейма та опитувальник «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях» (С. Норман); показники посттравматичного зростання визначено за допомогою опитувальника посттравматичного зростання (Р. Тадеші і Л. Калхаун) [3]; особливості резилентності досліджувалися з використанням опитувальника резилентності (К. Коннор, Дж. Девідсон); життєстійкість досліджено за допомогою опитувальника життєстійкості (С. Мадді) [2]; психологічне благополуччя учасників бойових дій визначалося за допомогою «Шкали психологічного благополуччя» (К. Ріфф).

Отже, успішна адаптація учасників бойових дій – це продуктивність у різних галузях життя, зумовлена усвідомленням нових можливостей, набутих в результаті бойового досвіду. Чинниками адаптації учасників бойових дій є резилентність, психологічне благополуччя, копінг-стратегії, посттравматичне зростання та життєстійкість [1].

Визначено, що найменше симптоми ПТСР виражені у досліджуваних віком 31-45 років (5,42), а найбільше – у молодших за 30 років (7,54), в учасників бойових дій старших за 45 років сумарний показник складає 6,06 балів. Статистичних відмінностей між досліджуваними різного віку виявлено не було ($p>0,05$). За методикою PCL-5 травмівну подію (критерій А) найчастіше зазначали учасники бойових дій молодші 30 років (66,3%) і від 31 до 45 років (79,8%), а рідше – найстарші учасники бойових дій (19,5%). Достатній рівень адаптації спостерігається у 87,7% досліджуваних незалежно від віку, однак для 11,4% учасників бойових дій старших 45 років, попри відсутність травмівної

події та виражені симптоми ПТСР, характерне порушення адаптації.

З'ясовано, що учасники бойових дій віком від 20 до 30 і 31-45 років характеризуються високим рівнем посттравматичного зростання, резилентності, психологічного благополуччя і життєстійкості. Наймолодшим досліджуваним властиві адаптивні емоційні копінг-стратегії і неадаптивні – поведінкові, тоді у 31-45 річних – адаптивні усі види копінгів. Учасники бойових дій віком від 46 до 60 років характеризуються помірним рівнем посттравматичного зростання, життєстійкості та резилентності, середнім, на межі з низьким – психологічного благополуччя, всі види копінг-стратегій у них відносно адаптивні. Відносно нижчий рівень посттравматичного зростання в учасників бойових дій часто зумовлений більшим життєвим досвідом, ніж у їх молодших колег. Проблемно-орієнтовна стратегія найбільше властива учасникам бойових дій віком від 31 до 60 років, а емоційно-орієнтована – досліджуваним 20-30 років, стратегія уникнення найчастіше спостерігається у наймолодших учасників бойових дій. Рівень адаптації визначається копінг-стратегіями (адаптивними, відносно адаптивними та неадаптивними), посттравматичним зростанням, життєстійкістю, резилентністю та меншою мірою – психологічним благополуччям. За результатами емпіричного дослідження створено структурну модель адаптації учасників бойових дій, згідно з якою, адаптовані учасники бойових дій характеризується вираженою резилентністю, життєстійкістю, адаптивними копінг-стратегіями і помірним психологічним благополуччям. Учасники бойових дій із квазіадаптацією мають помірну резилентність і життєстійкість, відносно адаптивні копінг-стратегії, часто – високий рівень психологічного благополуччя. Учасники бойових дій із дезадаптацією характеризуються низьким рівнем психологічного благополуччя, резилентності, посттравматичного зростання, помірною або невираженою життєстійкістю. Встановлено, що переважна більшість досліджуваних учасників бойових дій є добре адаптованими, однак вікова група старших 45 років частіше потребує психологічної допомоги в адаптації до мирного життя.

З урахуванням визначених в емпіричному дослідженні вікових особливостей адаптації, розроблено та апробовано тренінгову програму, яка виявилася ефективною для учасників бойових дій незалежно від віку. Створено модель соціальної підтримки учасників бойових дій, яка базується на послідовних посттравматичних періодах: гострому адаптаційному, адаптаційному та резилентно-інтеграційному. Нами встановлено, що індивідуальна робота з психологом позитивно впливає на зменшення інтрузій, сприяє особистісному зростанню, усвідомленню сили своєї особистості та нових можливостей, отриманих завдяки участі у бойових діях, розвитку адаптивних копінгів. Індивідуальне психологічне консультування у поєднанні із груповою роботою в тренінговій групі сприяє зменшенню вираженості симптомів уникнення, формуванню позитивних стосунків з іншими людьми і навичок управління оточуючими, розвитку позитивного ставлення до інших, копінгів співпраці, альтруїзму та відволікання. Загалом медико-психологічна реабілітація ефективна для розвитку навичок адаптації й, відповідно, сприяє

резилентній реінтеграції учасників бойових дій різного віку у повоєнне життя. При цьому індивідуальна психологічна допомога є визначальною в усвідомленні бійцями власного посттравматичного зростання, а соціально-психологічний тренінг розвиває відчуття соціальної підтримки, захищеності бійців, що, в свою чергу, уможливлює їх резилентну реінтеграцію, тобто адаптацію з урахуванням позитивних наслідків бойового травмівного досвіду, який можна успішно застосувати у мирному житті.

Список посилань:

1. Мельник О.В., Лукомська С.О. Вікові особливості адаптації учасників бойових дій до умов мирного життя. *Вісник ХДУ.* Серія Психологічні науки. 2019. Том 2, №.2. С. 26-31.

2. Maddi S. R. Relevance of hardiness assessment and training to the military context. *Military psychology*. 2007. Vol. 19(1). P. 61-70.

3. Richardson J. D., King L., Sareen J., Elhai J. D. Post-traumatic stress symptoms 5 years after military deployment to Afghanistan. *The Lancet Psychiatry*. 2016. Vol. 3(1). P. 7-9.

Лялюк Юрій Русланович

аспірант І року навчання Інститут управління, психології та безпеки

Львівський державний університет внутрішніх справ (м. Львів)

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ СИЛ БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ

Сьогодні питання емоційної стійкості актуалізується в різних сферах психології та особливої ваги набуває в психології екстремальної діяльності у зв’язку з подіями, що відбуваються у нашій державі під час війни.

Поняття «емоційна стійкість» слід розглядати як інтегральну властивість особистості в якій рівною мірою представлені емоції, мотивація, воля та інтелект. Проаналізувавши праці присвячені проблемі емоційної стійкості (І. Аршава, А. Вальдман, П. Зільберман, Є. Карпенко, О. Конопкін, М. Корольчук, В. Крайнюк, Р. Лазарус, В. Маріщук та ін.) ми дійшли висновку про її структурованість. Це системна властивість завдяки якій суб’єкт оптимально досягає поставленої мети в емоційно непростій (екстремальній) ситуації. Основними компоненти структури емоційної стійкості є: емоційний, вольовий, мотиваційний, інтелектуальний. Кожен з них пов’язаний із властивостями нервової системи, і проявляється в способах емоційного реагування на навколишнє середовище і особливостях поведінки [1].

Позаяк емоційна стійкість впливає на ефективність роботи в екстремальних умовах діяльності та швидкість адаптації до різних ситуацій, вона є вельми значущою для фахівців сил безпеки та оборони (І.Воробйова, А. Лиман, О. Колесніченко, В. Осьодло, І. Приходько та ін.). Тому беззаперечним є той факт, що розвиток емоційної стійкості повинен

здійснюватись на початкових етапах професіоналізації, відтак, є важливою складовою психологічної підготовки майбутнього фахівця сил безпеки та оборони, змістом якої має бути формування таких ставлень, установок, властивостей особистості, які б сприяли студенту (курсанту) свідомо і сумлінно приступити, і успішно виконати трудову діяльність.

Дослідники зазначають, що психологічна підготовка – це активація всіх структур особистості, процес творення, підтримування і відновлення стану психологічної готовності до виконання діяльності. А психологічна підготовленість – це загальна якість особистості людини, яке завжди співвідноситься з особливостями діяльності, що вимагає високоефективного її виконання. Вона пов'язана з якісними характеристиками інтелектуальної та емоційно-вольової сфер особистості і є продуктом психологічної підготовки [2, с. 239].

З огляду на сказане формування психологічної підготовки майбутніх фахівців сил безпеки та оборони потребує особливого підходу, оскільки це пов'язано зі специфічними особливостями їх майбутньої трудової діяльності. У військовій психології зазначається, що психологічна підготовка у військовій сфері – це тренування психіки майбутнього працівника з метою підвищення рівня її стійкості і загальної активності [4, с. 4]. Розвиток емоційної стійкості передбачає володіння умінням долати напруженість, яка може бути викликана багатьма факторами професійної обстановки.

Психологічна підготовка, повинна включати низку взаємопов'язаних між собою заходів з формування умінь і навичок [3, с. 42]. На це також повинен бути спрямований навчально-виховний процес. Окрім цього, психологічна підготовка має бути як індивідуально спрямованою, так і торкатися всієї діяльності особистості з урахуванням її індивідуальних особливостей.

Відповідно до основних положень, які розкривають емоційну стійкість, під час психологічної підготовки студентів має реалізовуватися системний принцип, що поєднує розвиваючі впливи з урахуванням особистісних особливостей, віку, умов і особливостей навчання.

Іншим важливим принципом впливу є поліфункціональність. Тобто розвиток і формування різних компонентів, що входять в загальну структуру емоційної стійкості (емоційний, вольовий, мотиваційний, інтелектуальний компоненти).

Отже, психологічна підготовка майбутніх фахівців сил безпеки та оборони є складним системним утворенням і передбачає систематичну роботу за низкою компонентів.

Під час роботи з емоційним компонентом передбачається розвиток емоційної стійкості як якості професійної придатності, розвиток стресостійкості і стійкого адекватного емоційного реагування на події, шляхом формування навичок емоційної саморегуляції. Під час роботи з якостями, що входять до мотиваційного компоненту, засадничим має стати вироблення позитивної мотивації та ставлення до обраної професії, а також інших стійких професійних мотивів, розвиток мотивації на досягнення успіху.

Вольовий компонент передбачає формування у студентів таких навичок і вмінь, які допоможуть у розвитку наступних якостей: цілеспрямованості, самоконтролю в мінливій ситуації, вміння керувати професійними діями і навчальних обов'язками, емоційно-вольова витривалість в напружених ситуаціях, рішучість і сила волі.

Працюючи з інтелектуальним компонентом слід звертати увагу на ті знання і уміння, що складають основу професійної діяльності фахівців сил безпеки та оборони, розвиток абстрактного мислення, раціоналізму, а також певних властивостей пізнавальної діяльності, що впливають на ефективність роботи. Застосування методів психологічної підготовки у цій роботі має сприяти виробленню в майбутніх фахівців прагнення до самовиховання волі, до активного самовдосконалення та розвитку емоційної стійкості особистості, їхньому вмінню свідомо керувати своїм психологічним станом і регулювати власні дії в складних умовах діяльності.

Важливою складовою організації психологічного супроводу розвитку емоційної стійкості майбутніх фахівців сил безпеки та оборони є впровадження відповідної програми у навчально-виховний процес закладів вищої освіти, які здійснюють підготовку зазначених фахівців.

Робота з розвитку емоційної стійкості, на нашу думку, передбачає декілька етапів реалізації програми. Перший повинен починатися з постановки цілей і завдань роботи. Другий етап – це складання програми, постановка цілей і завдань, здійснення підбору, розробки і констатації заходів, вибір найбільш продуктивних методів реалізації програми.

На третьому етапі відбувається підбір учасників, формування складу виконавців, визначення термінів реалізації програми.

Поставлена мета, а саме: розвиток емоційної стійкості у майбутніх фахівців сил безпеки та оборони, має реалізуватися через низку завдань на кожному етапі роботи. Такими можуть бути:

1. Стабілізація актуального емоційного стану і розвиток емоційної стійкості.

2. Формування навичок самокорекції і саморегуляції емоційних станів студентів (курсантів).

3. Набуття учасниками спеціальних психологічних знань, умінь, навичок, що сприяють підвищенню психологічної компетентності в сфері їхньої професійної діяльності.

Програма розвитку емоційної стійкості одночасно може виконувати функцію психолого-педагогічного навчання і бути розвивальним методом, що сприяє професійному становленню майбутніх фахівців сил безпеки та оборони.

Оптимально програма, на нашу думку, може бути реалізована на трьох етапах: орієнтувальному (10 занять); корекційно-розвивальному (40 занять); завершальному (5 занять).

Кожен з етапів містить такі основні блоки:

1. Вступний – теоретичний блок, що складається з лекційного матеріалу.

2. Основний – практичний блок, складений з тренінгових вправ, рольових та ділових ігор, методів моделювання та психодрами, медитативно-релаксаційних вправ тощо. Основним методом роботи, спрямованим на розвиток емоційної стійкості є тренінг саморегуляції емоційних станів.

Отже, програма розвитку емоційної стійкості містить 55 занять, що проводяться упродовж навчального року, частина (10) занять є теоретичними і може проводитися в рамках навчальних дисципліни психологічного циклу або суміжних дисциплін за вибором студента (курсанта).

Практична частина програми містить 40 занять і складається зі спеціалізованих методів роботи, орієнтованих на вирішення поставлених завдань. Основним з аспектів психолого-педагогічної програми є корекційно-розвивальний етап, який, крім вступних практичних занять, включає тренінг сили волі, тренінг мотивації, тренінг розвитку пізнавальних процесів і тренінг саморегуляції емоційних станів, як основний метод розвитку емоційної стійкості майбутніх фахівців сил безпеки та оборони.

Таким чином, впровадження програми розвитку емоційної стійкості майбутніх фахівців сил безпеки та оборони дозволить оптимізувати процес організації психологічного супроводу та підвищити рівень їх психологічної підготовленості загалом.

Список посилань:

1. Аршава І. Ф. Емоційна стійкість людини та її діагностика: монографія. Донецьк: Вид. ДНУ, 2006. 336 с.

2. Корольчук М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах. Київ: Ника-Центр, 2006. 580 с.

3. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості. Київ: Ніка-Центр, 2007. 432 с.

4. Приходько І.І. Актуальні питання психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України. Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України: збірник матеріалів VI всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Харків, 01 грудня 2020 року): Національна академія НГУ, 2020. С.3-4.

Максименко Дарья Юріївна

студентка факультету цивільного захисту, Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (м. Черкаси)

Чередниченко Тетяна Володимирівна

старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах, Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (м. Черкаси)

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ, ЯКА ПЕРЕЖИЛА ТРАВМАТИЧНІ (БОЙОВІ) ПОДІЇ

Зародження реабілітаційної психології як невід’ємної частини

реабілітаційної допомоги почалося у 80-х роках XX століття. Під реабілітацією розуміють комплекс медичних, педагогічних, психологічних, юридичних заходів, спрямованих на відновлення здоров'я та працездатності людини [2]. Психологічна реабілітація – комплекс заходів, що здійснюються з метою збереження, відновлення або компенсації порушених психічних функцій, якостей, особистого та соціального статусу особи, сприяння психосоціальній адаптації до зміненої життєвої ситуації, осмислення досвіду, отриманого в екстремальній ситуації, та застосування його в житті [3].

Метою психологічної реабілітації є: збереження або відновлення фізичного та психічного здоров'я; досягнення соціально-психологічного благополуччя; зниження частоти та тяжкості наслідків перенесених бойових психічних травм у формі гострих стресових реакцій; запобігання інвалідності; профілактика агресивної та саморуйнівної поведінки.

Основними завданнями проведення психологічної реабілітації є:

- діагностика та нормалізація психічних функцій;
- відновлення порушених (втрачених) психічних функцій до оптимального рівня їхньої вираженості;
- корекція особистості для забезпечення ефективного функціонування в соціумі;
- надання допомоги в установленні (відновленні) конструктивних взаємин у сім'ї та суспільстві;
- відновлення адаптивних механізмів до екстремальних (бойових) дій;
- опанування методів саморегуляції та керування стресом (заспокоєння);
- запобігання психологічному травмуванню та психічним розладам;
- проведення психопрофілактичної та психокорекційної роботи;
- формування позитивних реакцій, мотивацій, соціальних установок на життя та професійну діяльність.

Психологічна реабілітація передбачає психологічну діагностику, психологічну просвіту та інформування, психологічне консультування, психологічну підтримку і супроводження, психотерапію, групову роботу [5].

Травмівними можна вважати події, коли людина зустрічається з фізичною смертю, зокрема події, що загрожують життю і фізичній цілісності людини: поранення, контузії, фізичне травмування; важкі медичні процедури; загибель чи смерть близьких людей, мирного населення; картини смерті, поранень і людських страждань; суїциди і вбивства. Такі події з великою ймовірністю призведуть до психічної травми. В умовах військового конфлікту часто травмівною стає подія, яку людина переживає вперше (перший обстріл, перший бій, перша присутність при загибелі чи пораненні людини тощо) [3]. Одним із наслідків воєнних конфліктів можуть бути різноманітні порушення психічного здоров'я населення. Найчастішою формою психічних порушень в осіб, що пережили небезпечні для життя ситуації, є посттравматичні стресові розлади (ПТСР), які з часом можуть стати більш вираженими або/та раптово виявитися на тлі загального благополуччя [1]. Цей розлад потребує системних та тривалих відпрацювань зі спеціалістами. Але часто людей охоплює страх,

сором‘язливість у зверненні до кваліфікованого спеціаліста. Ці проблеми в деяких випадках можуть зашкодити не тільки особі, а й іншим людям. Тому, на нашу думку, кожен хто пережив травматичну ситуацію, повинен перестати боятися та звернутися за допомогою, адже це є нормальним тому, що психологічні проблеми самостійно вирішити неможливо [4].

Завдання психолога-практика на початку реабілітаційної роботи – знайти адекватні форми роботи з постраждалими, допомогти їм пережити гострий стан страждання, болю, втрати, самотності, переживання безперспективності, втрати сенсу існування. Щоб реалізувати це непросте завдання, необхідно передусім налагодити контакт з людиною, часто абсолютно не налаштованою на співпрацю. Але жодна психологічна допомога людині, що переживає наслідки тривалої травматизації, не буде успішною, якщо психолог не зможе розтопити кригу недовіри, зменшити сумніви постраждалого, подолати його спротив і створити атмосферу відкритості, щирості, беззаперечного прийняття й розуміння. Лише довірчі стосунки допоможуть визначити, що саме найсильніше травмує того, хто пережив страшні випробування і повернувся в мирне життя. Лише така атмосфера допоможе поступово знайти ефективні шляхи емоційної підтримки і допомоги [3].

Невідкладна психотерапевтична допомога людям, що перебувають у кризовому стані, спрямована на виявлення і корекцію неадаптивних настановлень, а також на пошук і тренування адаптивних стратегій виходу з кризи.

Отже, психологічна реабілітація особистості, яка пережила травматичні (бойові) події є необхідною умовою для збереження фізичного та психічного здоров’я та профілактики наслідків перенесених бойових психічних травм у формі гострих стресових реакцій, агресивної та саморуйнівної поведінки.

Список посилань

1. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Том 1. Київ, 2018.

2. Титаренко Т. Психологічне здоров’я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.

3. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с.

4. Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України: Матеріали VII всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Харків, 29 листопада 2021 року). Харків : Національна академія Національної гвардії України, 2021.

5. Бартошевський Р. Психологічна реабілітація для жертв військового конфлікту на сході України. Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки // Збірник тез І Міжнародної наукової конференції, 22-23 квітня 2021 року. Тернопіль : ФОП Паляниця В. А., 2021. С.16–18.

Мацевко Тарас Михайлович
кандидат психологічних наук, доцент кафедри морально-психологічного забезпечення Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

Тіхонова Катерина Юріївна
курсант Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ПОІНФОРМОВАНОСТІ КУРСАНТІВ ВВНЗ ЩОДО ПОВЕДІНКИ В УМОВАХ ПРИМУСОВОЇ ІЗОЛЯЦІЇ

На сьогоднішній день, на жаль, надзвичайні та кризові ситуації є частиною нашого повсякденного життя. У світі відбуваються жахливі та трагічні події різного характеру: пожежі, стихійні лиха тощо. Серед них суттєве місце мають військові збройні конфлікти, оскільки вони завжди призводять до великих людських втрат, стресових ситуацій, а також збільшення примусово переміщених осіб та полонених [1].

Однією з виражених тез в проблемі війни є проблема військового полону і військовослужбовці мають бути психологічно готовими до цього, оскільки сценарій війни може бути різним. В роки АТО та ОСС і, зрештою, після повномасштабного вторгнення російської федерації на територію України повернули в сучасний суспільно-політичний дискурс поняття військового полону і це яскраво відбилось на житті кожного [2].

На нашу думку, психологічна підготовка особового складу до умов примусової ізоляції (військового полону), а саме, поінформованість – є актуальною на сьогоднішній день, оскільки всі солдати та офіцери мають знати, як правильно діяти і як боротись з психологічним насиллям ворога. Ніхто не знає в якому «руслі» може обернутись хід війни, тому кожен має володіти цією інформацією.

Як відомо, полон несе за собою моторошні для повсякденної діяльності людини речі: катування, психологічний тиск, жорстоке вбивство. Як наслідок дії захисних механізмів психіки, військовослужбовці про різному ставляться до їх поінформованості щодо примусової ізоляції – від активного вивчення і формування психічної готовності до повного заперечення та неприйняття цієї інформації.

Для того, щоб визначити рівень необхідності поінформованості по даній проблемі в курсантів ВВНЗ, нами була розроблена анкета. Дослідження проводилось на базі Інституту морально-психологічного забезпечення (далі ІМПЗ).

Участь в анкетуванні брали курсанти всіх курсів ІМПЗ, а саме: 1 курсу – 62 курсанти; 2 курсу навчання – 34 курсанта; 3 курсу – 48 курсантів і випускного 4 курсу до дослідження було залучено 41 курсанта. Загальний об’єм вибірки становив 185 військовослужбовців.

Анкета складається з 9 питань з різними варіантами отримання відповідей. Анкетування дало можливість визначити особливості ставлення курсантів до проблематики примусової ізоляції під час бойових дій.

В першому питанні ми визначали наскільки для курсантів ІМПЗ важлива тема примусової ізоляції. Дослідження показало, що курсанти неоднозначно відповідали, однак ми виділили, що серед курсантів 4 курсу – 61,8% особового складу вважають цю тему актуальною на сьогоднішній день, тим часом яккурсанти 3 курсу лише на 17,1%. Для курсантів 1 та 2 курсів навчання – тільки для кожного п'ятого курсанта тема примусової ізоляції є актуальною.Загалом відповідаючи на перше запитання 60% курсантів ІМПЗ висловились про те, що дана тема їм важлива, проте на думку 40% – вона не є актуальною.

Друге питання мало на меті визначити рівень обізнаності курсантів з даної теми. Відповідно до результатів анкетування, ми спостерігаємо певні схожості у відповідях. На кожному із курсів близько половини курсантів зазначили що мають певне теоретичне уявлення про полон: 1 курс – 45,8%; 2 курс – 59,7%; 3 курс – 53,7% і на 4 курсі – 50% особового складу. Узагальнено: 7% всіх опитаних курсантів вважають що повністю володіють тематикою; 32% – певними теоретичними знаннями та навичками; 52% – мають певне теоретичне уявлення і лише 9% – нічого не знають про цю проблему.

Під час відповіді на третє запитання, курсанти визначали свою стійкість, яка стосується умов полону. Статистика показала, що переважна кількість вважають себе стійкими, проте вони невпевнені, що витримають такі умови: 1 курс – 47,9%; 2 курс – 54,8%; 3 курс – 51,2%; 4 курс – 54,8%. Однак, слід зазначити, що поряд з цим є досить великий відсоток так званої «достатньої стійкості». Тих курсантів, що визначили свою низьку стійкість значно менше проте має тенденцію до збільшення відповідно до курсів навчання: так на 1 курсі – 0%; на 2 курсі – 5%; на 3 курсі – 17%; на 4 курсі – 17,6%. Якщо узагальнити результати курсів ІМПЗ можемо спостерігати: 80% особового складу вважають себе стійкими до таких умов, тим часом як лише 18% невпевнені в своїй стійкості і хочуть її підвищити.

В четвертому питанні ми визначили необхідність тематики полону в підготовці особового складу. Кожен другий курсант обрав те, що ця тема має бути обов'язковою для всіх, проте декілька відсотків вважають, що це породить деяку невпевненість у подальшій службі і принесе шкоду. Узагальнюючи результати, можемо бачити, що: 84% вважають заняття по даній темі необхідними, проте як 16% – не впевнені у великій необхідності цього питання.

Отже, з вищезазначених результатів ми зробили висновки, що тематика «примусової ізоляції» (полону) необхідна курсантам всіх навчальних курсів, оскільки є актуальною та важливою на сьогоднішній день.

При цьому курсанти 1 курсу у своїх відповідях неоднозначно ставляться до цієї проблематики, однак, всі вважають себе достатньо стійкими та готовими до таких умов, а курсанти старших курсів, особливо випускного, більшою мірою зацікавлені в цій тематиці та критичніше ставляться до власної готовності і

стійкості. Основною причиною такого результату є недостатня усвідомленість першокурсниками проблем військово-професійної діяльності в умовах бойових дій. Для них вона усвідомлюється як далека перспектива, на яку не треба зосереджувати багато уваги та витрачати час. Стосовно 2 курсу та 3 курсу – відповіді курсантів показують проміжну тенденцію.

Тому, для підвищення поінформованості курсантів щодо проблематики примусової ізоляції, пропонуємо:

1. Вносити тематику військового полону в навчальні заняття починаючи від першого курсу поступово забезпечуючи ще більшим об'ємом матеріалу та формування психічної стійкості та практичних навичок протидії негативним факторам примусової ізоляції на старших курсах;

2. Тематику військового полону розглядати як на регулярних заняттях так і на окремих факультативах;

3. До проведення окремих занять залучати як військовослужбовців, які пройшли полон так і фахівців, які залучалися до проведення реабілітації таких військовослужбовців.

Список посилань:

1. Департамент соціального захисту населення Запорізької ОДА: URL: https://dszn-zoda.gov.ua/node/495 (дата звернення 10.11.2022)

2. Широбоков Ю.М. Психологія військового полону : дис. … д-ра п.-х. наук : 19.00.09 / Нац. універ. цивіл. захисту України Харків, 2020. 473 с.

Мельник Оксана Андріївна

доктор психологічних наук, старший науковий співробітник, доцент кафедри загальної психології факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка (м. Київ)

ВАЖЛИВІСТЬ ТА ПРОБЛЕМНІСТЬ РОЗУМІННЯ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ

Всебічне розуміння психічної діяльності як відображення явищ, предметів, подій у мозку людини потребує розглядати цю діяльність не лише як діяльність психічних процесів. Цільне розуміння даної діяльності уможливлюється завдяки таким стійким психічним особливостям як психічні стани. Ці стани відрізняються як від окремих процесів, так і від стійких рис особистості. Насьогодні в психологічній науці психічні стани визнаються явищами особливого роду, є стійкими та такими, котрі характеризують психіку в цілому.

Вивчення та дослідження психічних станів здатне надати більшого розуміння людської психіки в цілому і призведе до необхідності розглядати психічні процеси у зв'язку з тим психічним станом, на фоні котрого вони відбуваються і яке здійснює значний вплив на роботу і результати цих процесів. Разом з тим, вивчення психічних станів сприятиме кращому поясненню психічних властивостей особистості, оскільки останні знаходять свій вираз у визначених, типових для даної людини психічних станах, ніж у окремих

психічних процесах. Дослідження допоможе також і вивченню особливостей формування психологічних рис особистості, оскільки психічні стани являють собою більш стійкі явища у порівнянні з психічними процесами [1].

Психічні стани для людини є сигналами про дійсність, відображають реальність як вона є, кожен день скеровують поведінку та вчинки людини впливаючи на конструювання власного життя. У якості одного з прикладів можна навести настрої як відносно стійкі емоційні стани, які переживає людина тривалий час. До психічних станів відноситься зосередженість, яка може мати різну тривалість у часі, або розсіяність, коли людина не може зосередитись на будь-чому. Відомими є стани розумової активності, чіткості думки, швидкості міркування та протилежні їм стани, коли важко сформувати думку. До психічних станів також відноситься стан натхнення, котрий переживається в процесі творчої діяльності або при виконанні улюбленої справи, яка супроводжується почуттям задоволення і являє собою мобілізацію всіх духовних, вищих сил людини в процесі виконання роботи або особливого роду обов'язків.

У мові зафіксовані й низка інших психічних станів, які здатна переживати людина. Мається на увазі стан рішучості або нерішучості, стан впертості і наполегливості, стан винахідливості і розгубленості, стан апатії або ентузіазму, стан роздратованості або спокою, бадьорості або стомленості тощо.

Як і всі явища психічного життя, психічні стани детерміновані зовнішніми або внутрішніми впливами. Навіть, так звані, неусвідомлювані настрої все ж таки викликаються визначеними причинами, хоча й ці останні не завжди усвідомлюються людиною. Наприклад, поганий настрій може бути результатом низки нікчемних і не помічених людиною причин, кожна з яких окремо не змогла б вплинути на психічний стан людини. Однак, сумуючись, усі ці причини здійснюють значний вплив на психіку людини. Знижений настрій може бути викликаний також і розладом в діяльності тих або інших органів або назріваючим захворюванням.

Будучи завжди детермінованими ззовні або з середини, психічні стани людини залежать у той же час і від тих умов, котрі опосередковують дії причин, зокрема, від попередніх психічних станів людини.

Психічні стани здійснюють значний вплив на всі психічні процеси та поведінку людини, що є наявними та відбуваються в даний момент, у певний період часу. Особливо вираженого впливу емоційних станів (настроїв або більш триваліших емоцій) зазнає психічна діяльність і поведінка людини. Характерною особливістю психічних станів, так само як і психічних процесів, є їх тісний зв'язок з індивідуальними особливостями особистості.

Однакова зовнішня обстановка здатна викликати різні психічні стани у різних людей. Спокійне, безшумне, неквапливе протікання життя може викликати у холерика і сангвініка стан незадоволеності, скутості, пригніченої активності, а у меланхоліка та флегматика навпаки, стан задоволеності, спокою, позитивного самопочуття.

Будь-який психічний стан є синдромом, тобто певною характерною єдністю психічних процесів. Поза психічних процесів немає і не може бути жодних психічних станів, але останні, як синтетичні психічні явища (утворення), можуть стати типовими для даної особистості, характерними для неї. Цей тісний зв'язок психічних станів з індивідуальними особливостями особистості віднаходить своє відображення в тому, що термінологія, котра застосовується до психічних станів, в значній мірі запозичена із галузі характерології. Наприклад, говорячи про рішучість і нерішучість, про активність або пасивність, про піднесеність або пригніченість можуть матися на увазі як і тимчасові стани, так і стійкі риси особистості. Втім, слід зазначити, що відповідність між психічними станами та рисами особистості аж ніяк не є правилом. У багатьох випадках між ними наявне різке розходження. Так, поряд з нестримністю як стійкою властивістю визначеного типу нервової системи існує і нестримність як стан, який у визначених умовах може мати місце при будь-якому типі нервової системи і не відповідати особливостям поведінки, що характерні для деяких з цих типів. Цей факт в жодному разі неможна ігнорувати. В іншому випадку легко помилитися при аналізі та поясненні поведінки, вчинків.

Психічні стани привертають до себе увагу більшою частиною в тих випадках, коли вони сигналізують про незвичайне в психічній діяльності, якісь зміни, протиріччя. Проте, не буває такого моменту, коли б людина не переживала той або інший психічний стан.

Психічні стани завжди складні, так як являють собою своєрідний підсумок окремих процесів. Домінуючим в них може бути що-небудь одне, але це буває далеко не завжди. У ряді випадків психічні стани можуть бути навіть суперечливими, включати в себе суперечливі стани, наприклад, велику активність і, разом з тим, деяку загальмованість.

Вивчення психічних станів сприятиме покращенню методичного підґрунтя психологічних досліджень. Практичне значення обумовлено перш за все тим, що методи впливу на людину повинні обиратись з урахуванням психічного стану в якому вона знаходиться на даний момент, у даний період часу.

Використання тієї або іншої психологічної технології впливу повинно відбуватися з урахуванням обстановки, соціально-психологічної атмосфери у якій знаходиться в даний момент людина. Необхідний рівень розвитку вольової сфери задля навчання прийомам регуляції психічних станів в значній мірі буде залежати від характерологічних особливостей. Важливого значення в даному контексті набуватимуть визначені риси характеру, виховання та тренування яких сприятиме формуванню такого важливого новоутворення особистості як самоконтроль, завдяки якому уможливлюється здатність до регуляції психічних станів у конструктивному ключі.

Список посилань:

1. Badir S. Modalités et états mentaux. *Modes, modalités et modalisations*. 2022. 3. P. 34–43.

Мірошниченко Оксана Миколаївна
кандидат психологічних наук, доцент, начальник кафедри психології Академії Державної пенітенціарної служби (м. Чернігів)

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПЕРСОНАЛУ УСТАНОВ ВИКОНАННЯ ПОКАРАНЬ ТА СЛІДЧИХ ІЗОЛЯТОРІВ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

З огляду на те, що професійна діяльність персоналу установ виконання покарань (далі – УВП) та слідчих ізоляторів (далі - СІЗО) відбувається в умовах безпосереднього контакту з засудженими, існує велика ймовірність виникнення складних, екстремальних ситуацій. Екстремальна ситуація є ситуацією психічної напруги, що значно знижує ефективність виконання персоналом своїх посадових обов'язків і несе загрозу для його життя та здоров'я.

Першою групою причин виникнення екстремальних ситуацій в УВП та СІЗО є конфліктний характер взаємодії між персоналом установ виконання покарань та засудженими. В окремих випадках засуджені здійснюють приховану а іноді й реальну загрозу їх життю та здоров'ю персоналу Іноді створюють штучні перешкоди персоналу у вирішенні поставлених службових завдань.

До другої групи причин належать чинники, які включають зміст службової діяльності (її складність, невизначеність інформації, що надходить, нечітка постановка завдань, дефіцит часу тощо).

Третьою групою причин є особливості протікання соціально-психологічних явищ у місцях позбавлення волі (конфліктність у стосунках між персоналом, неправильний стиль поведінки керівника, відсутність психологічної готовності до колективної діяльності тощо).

За надзвичайних обставин на психіку персоналу УВП можуть впливати особливі фактори: різні навантаження, небезпека, ризик, раптовість, різкі зміни природних явищ, ймовірність поранення та загибелі.

З цих причин виникають проблеми в організації діяльності персоналу УВП та СІЗО в екстремальних умовах:

1) неможливість правового регулювання чітких алгоритмів (планів) дії;

2) неможливість прогнозування розмірів та перебігу події;

3) небажані зміни у діяльності окремих співробітників (прийняття рішень із запізненням та складність їх виконання, помилки у послідовності дій, порушення співвідношення між головним та другорядним, втрата емоційно-вольової стійкості; виникнення різних негативних станів, ослаблення професійної активності, від появи помилок у роботі до повної бездіяльності).

Психологічна готовність до дій персоналу в психічно напружених, екстремальних ситуаціях формується, як правило, на заняттях з психологічної підготовки. Завдання психолога, що забезпечує психологічний супровід в екстремальній ситуації, полягає в тому, щоб створювати необхідні умови для

адекватного розуміння людиною, яка опинилася в складній життєвій ситуації, можливих варіантів поведінки в даній ситуації, адекватної оцінки наявних ресурсів, способів створення нових ресурсів та оптимального їх застосування.

Формування психологічної готовності залежить від таких факторів як:

– інтенсивності контактів із засудженими;
– стажу роботи працівника на посаді;
– власного досвіду перебування у екстремальних ситуаціях;
– ступеня розвитку професійно значущих якостей співробітника;
– віку працівника;
– особливостей процесу сприйняття співробітником негативних ситуацій тощо.

Основні напрями психологічної підготовки персоналу УВП та СІЗО щодо формування у них психологічної готовності до дій в екстремальних ситуаціях включають:

1. Інформаційний (надання інформації про причини виникнення екстремальних ситуацій, розгляд нормативних документів та ситуацій, що мали місце у діяльності персоналу УВП та СІЗО).

2. Проведення із персоналом УВП та СІЗО спеціальних занять (ділових ігор, моделювання типових екстремальних ситуацій, інструктивних занять з дій у конкретних екстремальних ситуаціях тощо).

3. Підвищення рівня розвитку особистісних та професійно значущих якостей особистості.

Успішність оволодіння знаннями, вміння та навичками діяти під час надзвичайних ситуацій залежать від особистих якостей співробітника (інтелектуальних, вольових, емоційних сфер особистості), професійної апперцепції, яка відображає досвід в аналогічних ситуаціях, що зустрічалися раніше, а також спеціальної психологічної підготовки персоналу.

Для вирішення службових обов'язків за наявності надзвичайних подій, персонал УВП та СІЗО повинен чітко визначити ступінь небезпеки для себе та оточуючих, ступінь своєї фізичної та моральної готовності до дій у відповідь, зрозуміти та проаналізувати алгоритм своїх дій у разі ускладнення обстановки. Лише після цього, вживаючи заходів особистої безпеки, потрібно спробувати, виправдано ризикувати.

Розрізняють виправданий та невиправданий ризик в екстремальних ситуаціях. Виправданий ризик вимагає розумного зважування всіх «за» і «проти» при ухваленні рішення та переваги найбільш безпечного плану дій. При цьому можливі ситуації, де результат такої дії залежить від випадку, зумовленого особистими якостями людини, яка ризикує. Ризик визнається виправданим, якщо він заздалегідь створював загрозу життю та здоров'ю людей або сприяв виникненню інших негативних наслідків чи надзвичайних подій.

До групових дій, що супроводжуються підвищеною психологічною напругою відносять: відмову від вживання їжі; відмову від роботи; злісне невиконання законних вимог адміністрації УВП та СІЗО; конфлікти між

окремими групами засуджених тощо.

Характерними місцями, де можлива групова непокора в УВП та СІЗО, є місця масового перебування засуджених (приміщення ДІЗО, приміщення камерного типу, їдальня, клуб, приміщення відділень соціально-психологічної служби, локальна або виробнича ділянка тощо).

Основними причинами виникнення надзвичайних подій в УВП та СІЗО є:

- порушення персоналом УВП та СІЗО законності своїх дій щодо засудених;
- наявність конфліктних ситуацій;
- утиски з боку представників груп негативної спрямованості або інших засуджених;
- надання непередбачених законодавством пільг окремим категоріям засуджених;
- несправедливість та неправомірність накладених стягнень;
- послаблення уваги до побутових потреб засуджених;
- недоліки в оплаті праці;
- недбале ставлення персоналу до виконання службових обов'язків;
- невчасне застосування заходів реагування до злісних порушників режиму тримання;
-- заборонені зв'язки персоналу УВП та СІЗО із засудженими та їх родичами;
- низький рівень службової та професійної підготовки персоналу;
- неякісне проведення заходів щодо забезпечення встановленого порядку відбування покарання;
- відсутність систематичного проведення соціально-виховної та профілактичної роботи серед засуджених;
- невиконання вимог, наказів, розпоряджень, вказівок та інструкцій з питань організації та забезпечення встановленого порядку відбування покарань.

Для підтримки належного правопорядку в УВП та СІЗО, попередження злочинів та правопорушень серед ув'язнених, забезпечення безпеки засуджених та персоналу в установах має здійснюватися комплекс спеціальних профілактичних заходів щодо виявлення, постановки на облік осіб, які потребують особливої уваги, та організації нагляду за ними. Виявлення та постановка на профілактичний облік засуджених, які вчинили правопорушення або наміри їх вчинити, передбачає вивчення їх особових справ, кореспонденції, журналів обліку правопорушень, рапортів прийому-передачі чергування, доповідей начальників відділень соціально-психологічної служби та інших посадових осіб, інформації, наданої відділом нагляду та безпеки, оперативним відділом, медичною частиною тощо.

Засуддених, які взяті на профілактичні обліки, закріплюють наказом по установі за відповідними співробітниками, спальні місця у гуртожитках їм надаються при вході до спального приміщення, робочі місця – у місцях, які добре проглядаються та контролюються. Їх вихід на роботу здійснюється лише у першу зміну з щоденним підбиттям підсумків виконання виробничого

завдання. При проходженні строєм засуджені, які перебувають на профілактичному обліку, йдуть у першій шерензі.

На засуджених, схильних до нападу на представників адміністрації, захоплення заручників, втечі, розробляються картки з особистими даними та інформацією про їх зв'язки з іншими засудженими, фотографіями, а також обладнується спеціальний стенд у черговій частині установи.

Індивідуально-виховна робота з засудженими, які перебувають на профілактичному обліку, здійснюється цілеспрямовано, планомірно, диференційовано з урахуванням особистих якостей засудженого, характеру та ступеня його соціальної занедбаності, небезпеки скоєного злочину та інших особливостей, що мають значення для правильного вибору методів та заходів впливу.

Важливе місце у такій діяльності займає робота щодо запобігання та недопущення злочинів з боку засуджених. Попередження злочинів - це діяльність, спрямована на застосування заходів та забезпечення правопорядку, законності, безпеки засуджених та персоналу установ, запобігання вчиненню нових злочинів засудженими. Для цього здійснюється:

– виявлення та ліквідація причин та умов, що сприяють скоєнню злочинів та інших правопорушень;

- забезпечення належної охорони засуджених та постійного нагляду за їх поведінкою;

- своєчасне вирішення конфліктних ситуацій серед засуджених;

- дотримання законності, правил особистої безпеки та пильності під час несення служби персоналом установ;

- постійна робота над підвищенням професійної майстерності персоналу та контроль за виконанням ними службових обов'язків;

- систематичне проведення виховної та роз'яснювальної роботи із засудженими,

- застосування до порушників режиму відповідних заходів дисциплінарного впливу, визначених Кримінально-виконавчим кодексом України;

- гуманне ставлення до осіб, позбавлених волі, тощо.

Отже, у стресовому та інших негативних станах, поведінка людини значною мірою дезорганізується. Тільки твердо засвоєні вміння і навички у стані стресу можуть залишатися постійними. Практичний досвід говорить, що дисциплінованість, організованість та самовладання запобігають дезорганізації поведінки в умовах стресу. Внаслідок тривалого контакту із засудженими, згодом, у співробітників може виявлятися професійна деформація. Таким чином, однією з найважливіших вимог до персоналу УВП та СІЗО є педагогічна майстерність. Вона проявляється в умінні вибирати оптимальний вихід із ситуації, що склалася в повсякденному житті. Справжніх майстрів - вихователів характеризує всебічне та глибоке знання вимог до своєї роботи, їх зміни відповідно до різних ситуацій та випадків, що дозволяє налагодити виховний процес. Крім того, необхідно мати загальну ерудицію, методичну майстерність,

вміння приймати швидкі рішення в різних ситуаціях, у тому числі екстремальних.

Момот Марина Анатоліївна
викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (м. Черкаси)

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ТА ПСИХОСОМАТИЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

У сучасних соціально-психологічних умовах, що склалися в Україні, спостерігається виникнення нових викликів, які пов'язані із збільшенням проявів негативних психічних станів особистості в нестабільних умовах розвитку суспільства. У психологічно напруженому способі життєдіяльності актуалізуються деструкції психіки та неконструктивні тенденції поведінки, які є одними із провідних чинників психосоматичних захворювань. У такий спосіб, актуальним є дослідження особливостей поведінкових реакцій військовослужбовців в екстремальних і психологічно важких умовах та впливу негативних психічних станів на виникнення у них психосоматичних захворювань.

На сьогодні механізм впливу емоцій на функції життєво важливих внутрішніх органів досліджують в контексті вивчення емоційного стресу при хронічних органічних хворобах та їх емоційних чинників. Тривалі емоційні переживання можуть викликати фізичні зміни, які проявляються як хронічні органічні захворювання. Емоції здатні провокувати тривалі скорочення та спазми порожнистих органів, змінюючи таким чином кровоток і призводячи, зрештою, до атрофії. Спазми призводять до розширення стравоходу або гіпертрофії лівого шлуночка серця з есенціальною гіпертонією. Емоційна стимуляція ендокринних залоз зумовлює переродження тканини, як це відбувається при тиреотоксикозі, заданому психологічними факторами. У такий спосіб емоції відіграють провідну роль у виникненні діабету, виразки шлунку, серцево-судинних захворювань [1]. Отже, негативні психічні стани, особливо довготривалі, супроводжуються змінами функціональних систем організму, насамперед серцево-судинної системи.

Сильні негативні емоційні реакції безпосередньо впливають на виникнення психосоматичних захворювань у військовослужбовців, оскільки вони у більшості випадків виконують свої обов'язки в екстремальних умовах. Негативні емоції, повторювані та тривалі, накопичуються у клітинах головного мозку, і досягають рівня, коли кількісні зміни, переходячи у якісні, зумовлюють деструктивні психологічні стани, що, як правило, супроводжуються психосоматикою.

Вплив бойового стресу визначається як причина виникнення і прогресування соматичної патології. Як основні патогенетичні механізми виокремлюється емоційне збудження чи гальмування, що призводять

відповідно до активації центральної нервової системи (ЦНС) та симпатичної нервової системи, або до блокування психофізіологічних процесів. При цьому найчастіше зустрічаються відносно ізольовані функціональні порушення, які стосуються діяльності тих чи тих органів, і викликають психосоматичні захворювання.

У численних вітчизняних та зарубіжних дослідженнях доведено, що психосоціальне неблагополуччя, стрес корелює з високим рівнем поширеності як серцево-судинних захворювань, так і психогенних розладів, насамперед розладів депресивного спектру – депресій, і пов'язаних з нею тривожних, істеричних і невротичних станів [3]. Травматична подія, емоційний стрес, гострий та хронічний стрес, психогенний шок, посттравматичний стресовий розлад є наслідками психічної травми і поширені серед військовослужбовці.

Основним механізмом розвитку психосоматичних захворювань у військовослужбовців після стресу є механізм стресової реакції, яка закінчується у певному органі людського організму. Тобто це орган, у якому після його активації проявляються клінічні ознаки стресового процесу. До таких органів відносяться серцево-судинна система, шлунково-кишковий тракт, шкіра, дихальна система. Стрес опосередковано, через нервові та гуморальні механізми, збуджує ті органи та системи, активація яких необхідна для загального адаптаційного синдрому, що запускає реакції «бойова тривога» та «битва-втеча» [1].

Найчастіше психосоматика після пережитого стресу проявляється через хвороби серцево-судинної системи. На другому місці за частотою знаходяться шлунок та кишечник, які найчастіше реагують на емоції люті та гніву [4]. З огляду на сказане вище, можна прослідувати взаємозв'язок фактору тривалої психічної напруги із виникненням захворювань шлунково-кишкового тракту, а також інших психосоматичних розладів. Тобто психосоматика у військовослужбовців – це реакція на тривалу психологічну напругу, негативні психічні стани, високу особистісну та реактивну тривожність.

В умовах впливу на особистість психічної травми (стресу) виникає альтернатива: або у зв'язку зі стресостійкістю і під впливом методів психологічного захисту, людина залишається психічно і соматично здоровою, або вона хворіє на психосоматичне захворювання. Реакцією особистості на стрес або фрустрацію можуть бути, з одного боку невротичні симптоми, серед яких переважаю психологічні та психопатологічні прояви, з іншого – психосоматичні розлади [1]. Ці групи порушень демонструють різні способи переробки внутрішньо-особистісного конфлікту – психічного та соматичного. Перший спосіб може виявлятися як за умов гострого, так і хронічного стресу; психосоматичний спосіб більшою мірою пов'язаний з хронічним впливом фрустрації та стресу.

Переживання психічної травми як нав'язливих спогадів (ремінісценцій), кошмарних сновидінь, відчуження від інших людей, втрата інтересу до життя з формуванням ендогенної депресії та емоційна скутість сприяють виникненню глибокого внутрішньо-особистісного конфлікту [2]. Подібний психічний стан

нерідко провокує деструктивні форми поведінки, бажання відсторонитися від реальності, втекти у світ фантазій та мрій за допомогою наркотичних речовин, алкоголю тощо.

Отже, у сучасних умовах життя збільшується навантаження на емоційну сферу людини, підвищуються вимоги до її адаптаційних можливостей. У несприятливих умовах життєдіяльності, які часто характерні для професійних військовослужбовців, знижені адаптаційні можливості чи емоційна нестійкість є своєрідними чинниками ризику, що сприяють виникненню психосоматичних порушень здоров'я. Психосоматичні розлади, що зумовлюються систематичними емоційними навантаженнями, набувають все більшої актуальності в сфері психологічної допомоги військовим.

Підсумовуючи вищесказане, зазначимо, що довготривалий стрес перевантажує адаптаційні можливості організму та призводить до психосоматичних захворювань. Вагому роль у формуванні психосоматичної патології відіграє не лише психологічна травма, а й посттравматичний стресовий розлад, що виникає як затяжна реакція на стресову подію.

Психічні фактори, що викликають психосоматичні розлади, мають специфічну природу та включають певне емоційне ставлення суб'єкта до події, оточення або власної особистості. Придушення емоцій та потреб викликає хронічну дисфункцію внутрішніх органів, що призводить до психосоматичних захворювань. Отже, негативні психічні стани, які переживають військовослужбовці, впливають на виникнення у них психосоматичних захворювань. Останнє вказує на потребу удосконалення способів психологічної допомоги військовослужбовцю з метою гармонізації і адаптації його особистості.

Список посилань:

1. Мозгова Г. П., Ханецька Т. І., Якимчук О. І. Психосоматика: психічне, тілесне, соціальне. Хрестоматія: Навчальний посібник. Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. 383 с.

2. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій та надання психологічної допомоги: методичні рекомендації. Миколаїв : Іліон, 2016. 224 с.

3. Харченко Д. М. Психосоматичні розлади. Теорії, методи діагностики, результати досліджень: навчальний посібник. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2015. 280 с.

4. Червінська О. М. Психосоматика. Психосоматичні розлади. Психосоматичний підхід. *Психологія та психіатрія*. №2. 2013. С. 70-72.

Мохнар Людмила Іванівна
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри психології діяльності в особливих *умовах Черкаського інституту пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України (м. Черкаси)*

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ СЛУЖБИ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ ДО ЕФЕКТИВНОЇ УПРАВЛІНСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Одним з істотних компонентів ефективної управлінської діяльності є готовність до неї. Проблема психологічної готовності людини до професійної діяльності у сучасному суспільстві – найважливіша проблема гуманізації праці, людських і соціальних відносин. Незважаючи на те, що різні аспекти проблеми не раз поставали предметом дослідження й обговорення вчених, донині відсутні об'єктивні та науково обґрунтовані вимоги до формування психологічної готовності курсантів до управлінської діяльності в процесі їх навчання у ЗВО ДСНС України.

Вихідними моментами в розгляді специфіки формування психологічної готовності майбутніх фахівців служби цивільного захисту до управлінської діяльності є вимоги, викладені в нормативно-правових документах, що регламентують підготовку керівників. У державному стандарті вищої професійної освіти викладено загальні вимоги до рівня підготовки, а також вимоги до знань і вмінь за циклами дисциплін.

Професійна діяльність фахівців служби цивільного захисту ДСНС України – це складний процес, який відбиває основні властивості загального феномену діяльності, зокрема: цілеспрямованість, предметність, перетворюючий і усвідомлений характер, детермінованість умовами служби. Вона в широкому розумінні є формою суспільної діяльності і має соціально-політичний характер. Дана діяльність характеризується специфікою взаємовідносин (суворістю субординації), необхідністю великого фізичного, морального та розумового напруження сил фахівців. Всю управлінську професійну діяльність фахівця служби цивільного захисту необхідно поділити на три великі групи:

1. Виховна діяльність, яка полягає у вихованні та навчанні підлеглих, зміцненні дисципліни, згуртованості особового складу.
2. Управлінська діяльність. Яка полягає у організації гасіння пожежі, ліквідації наслідків аварій, стихійного лиха, НС. Зокрема, начальник караулу ОРС ЦЗ ДСНС України ставить завдання підлеглим, керує ними під час бойової роботи, підтримує підлеглих у постійній мобілізаційній готовності, сприяє їх психологічному відновленню.
3. Адміністративно-господарська діяльність передбачає виконання заходів щодо життєзабезпечення служби (контролювати дотримання розпорядку дня, правил безпеки праці, збереження державного майна).

Формування психологічної готовності майбутніх фахівців служби

цивільного захисту до управлінської діяльності є складовою професійної підготовки їх до багатогранної практичної діяльності.

Теоретичний аналіз наукової літератури, вивчення сучасного стану навчально-виховної роботи у вищих навчальних закладах ДСНС України дозволили визначити формування психологічної готовності майбутніх фахівців служби цивільного захисту до управлінської діяльності як педагогічний процес, під час якого здійснюється цілеспрямована взаємодія педагогічного колективу ЗВО із курсантами з метою вдосконалення знань, умінь і навичок, розвитку якостей, що необхідних для ефективного управління підрозділами у звичайних та екстремальних умовах. При цьому формування психологічної готовності курсантів до управлінської діяльності здійснюється як під час спеціально організованого навчально-виховного процесу, цілеспрямованих підходів, так і в умовах непередбаченого впливу середовища, педагогів, курсантського колективу та інших чинників.

На думку Є. Школяра [1], психологічна готовність фахівця ДСНС складається з низки елементів: мотиви вибору професії, позитивне ставлення до неї протягом діяльності, професійно значущі якості особистості, емоційна, вольова та інтелектуальна сфери особистості, що, безсумнівно, тісно пов'язані між собою. У зв'язку з цим названі структурні елементи психологічної готовності повинні відображати професійно важливі психологічні риси та психічні стани, що сприятимуть успішному виконанню поставлених завдань згідно з чинним законодавством і вимогами суспільства.

Рівень психологічної готовності у курсантів можливо оцінити безпосередньо в процесі навчання. Аналізуючи компоненти в єдиній схемі, варто виокремити з-поміж них чотири найважливіші:

– мотиваційний – складна система мотивів, що скеровують, посилюють і зумовлюють активність фахівця ДСНС у професійній діяльності;

– комунікативний – наявність загальних та професійних якостей: комунікабельність, переконливість, володіння професійною мовою, вміння віддавати чіткі команди, поваги до колег, готовність до взаємодопомоги;

– вольовий – упевненість у собі, зібраність, організованість, сміливість, рішучість, самоконтроль, витримка, готовність до ризику;

– моральний – усвідомлення обов'язку, відповідальність, небезпека для власного життя, соціального та особистісного сенсу участі у військовій діяльності, активна життєва позиція, самокритичність та ін.

В умовах процесу формування психологічної готовності курсантів до управлінської діяльності застосовуються різні методи навчання і виховання. Загальновизнаним є те, що всі методи навчання, які застосовуються у процесі формування психологічної готовності курсантів до управлінської діяльності, можуть бути умовно розподілені на дві групи: традиційні і нетрадиційні.

Традиційні методи більшою мірою спрямовані на передачу певної суми знань, навичок практичної керівної діяльності. До них можна віднести: усне викладення навчального матеріалу (традиційну лекцію, розповідь, пояснення), обговорення навчального матеріалу (традиційний семінар, класно-групове

заняття, показ, бесіду), вправу, самостійну роботу, практичну роботу.

Нетрадиційні методи, на відміну від першої групи, в основному спрямовані на розвиток у курсантів самостійного творчого мислення і здатності кваліфіковано вирішувати професійно-управлінські завдання. Серед нетрадиційних методів навчання доцільно виділити: аналіз конкретної ситуації (інцидент, послідовні ситуації, метод «лабіринту дії», метод розбору критичних ситуацій», практичні проблемні задачі); «інтелектуальну розминку», «мозкову атаку», навчально-тематичні дискусії; військово-професійні (військово-педагогічні) ігри; професійні консультації (методологічні, предметно-практичні, методичні, організаційно-технічні, загальнонаукові); індивідуальні практикуми (відпрацювання індивідуальних вправ: професійних, проблемно-пошукового характеру, репродуктивного характеру; виконання аудиторних досліджень: програмованих, творчих, пошукових і позааудиторних дослідних завдань); методи «круглого столу».

Аналіз психолого-педагогічної літератури та наявної практики формування психологічної готовності майбутніх фахівців служби цивільного захисту до управлінської діяльності свідчить, що найбільш оптимальним є комплексне застосування як традиційних, так і нетрадиційних методів навчання.

Таким чином, формування психологічної готовності майбутніх фахівців служби цивільного захисту до управлінської діяльності є педагогічним процесом, під час якого здійснюється цілеспрямована взаємодія педагогічного колективу закладу вищої освіти із курсантами з метою вдосконалення їх професійних знань, умінь і навичок, розвитку якостей, необхідних для ефективного управління колективами у звичайних та екстремальних умовах, у мирний і військовий час.

Список посилань:

1. Школяр Є. В. Формування психологічної готовності у майбутніх фахівців оперативно-рятувальної служби цивільного захисту: автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. псих. наук : спец. 19.00.09 «Психологія діяльності в особливих умовах». Хмельницький, 2014. 18 с.

Мохорєва Олена Миколаївна
старший викладач кафедри соціології та психології, Харківського національного університету внутрішніх справ (м. Харків)

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ОСОБИСТОСТІ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ ТА ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

У наш час актуальним напрямом наукових досліджень психології кризових і екстремальних ситуацій є розробка методології, принципів, засобів і методів надання психологічної допомоги людям, які постраждали в надзвичайних та кризових ситуаціях. Розпочинаючи розгляд об’єкта вивчення психології кризових і екстремальних ситуацій, необхідно виходити з того, що провідною метою цього розділу психології є визначення необхідності надання психологічної допомоги людині, оцінка обсягу цієї допомоги, визначення

напрямку і умов її надання, сил і засобів, які дають змогу запобігати нанесенню збитків людині у зв'язку з ситуацією, в якій вона знаходиться, а також якщо шкода заподіяна, то для мінімізації її наслідків.

Проблема самозбереження потребує від людини, насамперед самоконтролю та саморегуляції. Вивчення наукової літератури свідчить про те, що свій внесок у дослідження проблематики самозбереження людини зробили: К. Абульханова-Славська, С. Рубінштейн, А. Брушлинський (проблема психологічних механізмів самоконтролю активності), Л. Веккер, В. Зінченко (риси контролю і їх інтегративна сутність), Г. Олпорт, Р. Стагнер, Х. Виткин, Дж. Каган (стиль самоконтролю у зв'язку з особливостями поведінки), О. Конопкін, В. Степанський, Н. Круглова, Н. Сипачев, (функціональна модель структури, загальні закономірності самоконтролю). Б. Скіннер, Е. Толмен, К. Халл (сутність фізіологічних механізмів самоконтролю), О. Тімченко та ін. (кризова психологія) [1, с.121].

Під екстремальною ситуацією розуміють таку, що виникла раптово і являє собою загрозу або суб'єктивно сприймається людиною як загроза життю, здоров'ю, особистісній цілісності, благополуччю. Під екстремальними ситуаціями розуміються такі, які виходять за межі звичайного, «нормального» людського досвіду. Інакше кажучи, екстремальність ситуації визначають чинники, до яких людина ще не адаптована і не готова діяти в їх умовах. Ступінь екстремальності ситуації визначається силою, тривалістю і незвичністю проявів цих факторів [1, с.123].

Кризова ситуація – це ситуація, яка вимагає від людини значної зміни в уявленнях стосовно цілого світу і самої себе за короткий проміжок часу. Ці зміни можуть носити як позитивний, так і негативний характер. Криза є одним з неминучих і необхідних моментів життя, однією з рушійних сил розвитку як особистості, так і групи, суспільства, людства в цілому. Криза виникає в ситуаціях, коли засвоєних раніше зразків поведінки стає недостатньо для подолання обставин, що склалися. Ситуація кризи потребує вироблення нових способів поведінки і знаходження нових сенсів життєдіяльності. Криза – це завжди момент вибору з декількох можливих альтернатив, момент прийняття рішення.

Психологічний аналіз кризової події дозволяє звернути увагу на її основні характеристики:

– несприятливі умови для життєдіяльності;

– загрозливий характер події;

– різке зростання внутрішньо особистісної напруженості;

– виснаження адаптаційних ресурсів і «злам» адаптаційного бар'єру;

– зміна динамічних стереотипів поведінки; [2, с.7].

У свідомості людини виникнення екстремальних та надзвичайних ситуацій викликають різкий розподіл власного життя на «до і після». Зробити однозначний висновок про те, який вид надзвичайної ситуації має найбільш тяжкі наслідки на психічний стан людей вкрай важко, як і визначитися з тим, які з них легше переживаються – екстремальні ситуації природного походження

або антропогенні – кризовий стан особистості.

Найчастіше у розвитку психологічної реакції на екстремальну чи кризову ситуацію розрізняють чотири послідовні фази (А. Амбрумова О. Донченко, Т. Титаренко):

1) первинне наростання напруги, що стимулює звичні способи розв'язання проблем;

2) подальше наростання напруги, збудження, агресивності, рівня тривоги в умовах, коли ці способи виявляються безрезультатними;

3) ще більше наростання напруги, яке вимагає мобілізації зовнішніх й внутрішніх психологічних й фізичних ресурсів;

4) підвищенням тривоги й депресії, відчуття безпомічності й безнадійності, дезорганізація поведінки особистості [2; с.8].

Причиною бойового стресу є реакція людей на численні стресові ситуації, психотравмуючі події, конфлікти (внутрішні, всередині колективу, між різними підрозділами), на фрустрування як базових потреб (погане харчування, порушення сну, брак питної води, функціонування в несприятливих кліматичних умовах тощо), так і вищих потреб (у прийнятті, визнанні). Окрім, власне бойового стресу, особовому складу доводиться долати ще й наслідки вторинного бойового стресу, що розвивається через нерозуміння потреб і прагнень військовослужбовців їхніми друзями, котрі не воювали, рідними та близькими. Військовий, у стані вторинного бойового стресу, переживає безсилля, відчай, для цього стану характерне «тунельне бачення» ситуації, прагнення помсти кривдникам [4; с.502]

Екстремальність умов бойових дій виражається в інтенсивності стресфактора, раптовості, небезпеці, тотальному впливі на великі групи людей, а також тривалим і важким плином постекстремальних психічних розладів. Екстремальні умови діяльності з психологічної точки зору характеризуються наявністю сильного психотравмуючого впливу подій і обставин на психіку військовослужбовця. Екстремальні умови можуть бути: могутні й однократні (застосування зброї, затримка озброєного злочинця, стихійне лихо); інтенсивні та багаторазові, що потребують періоду адаптації до постійно діючих джерел стресу (участь у бойових діях). В умовах бойових дій може зустрічатися критичний інцидент – ситуація, що викликає надзвичайно сильні емоційні реакції людини, що негативно впливають на виконання обов'язків на місці подій або пізніше.

Тому, завданнями психологічного супроводження виступають: індивідуальне консультування спрямоване на допомогу у засвоєнні норм професійної поведінки, попередження можливих наслідків їх порушень; підтримка у вирішенні конфліктних ситуацій, що обумовлені невиконанням групових норм поведінки; розвиток почуття соціальної захищеності, актуалізації резервних можливостей спеціаліста; надання необхідної інформації про нову для військовослужбовця – контрактника соціальну ситуацію розвитку та норми військовопрофесійної поведінки; психологічна підтримка під час виконання нових обов'язків, формування позитивної думки оточуючих про

себе, чи зміни існуючої негативної оцінки [5; с.380].

Список посилань:

1.Варбан Є. О. Життєва криза: поняття, концепції та прояви. За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Вип. 8. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2010. С. 120–133.

2. Волощук Н. Ю. Особливості прояву афективних станів та пошук можливостей їх подолання. *Збірник наукових праць студентів та магістрантів факультету психології Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. Вип. 2. 2009. С. 6-8.

3. Заіка В. Подолання кризових станів в умовах ініціювання особистісних трансформацій. Соціальна психологія. 2009. № 3. С. 101-110.

4. Екстремальна психологія : [підручник] за заг. ред. О. В. Тімченка. К. : Август Трейд. 2007. 502 с..

5. Кризова психологія : [навч. посібн.] за заг. ред. О. В. Тімченка. 2-е вид. Х.: НУЦЗУ. Міська друкарня. 2013. 380 с..

Музичко Леся Тарасівна

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ Національної академії сухопутних військ імені Петра Сагайдачного (м. Львів)

Мисик Таня Степанівна

курсант Національної академії сухопутних військ імені Петра Сагайдачного (м. Львів)

НЕГАТИВНІ ПСИХІЧНІ СТАНИ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇХ НАСЛІДКИ: КРИТЕРІЇ ТА СТРАТЕГІЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

У сьогоденні військовослужбовці Збройних Сил України ,як у районах ведення бойових дій так і у пунктах постійної дислокації завжди стикаються із постійним навантаженням фізичним та психологічним. Перешкоди постійно оточують їх, тому стан напруги їх не покидає. Наприклад, постійні обстріли , віддалення від дому, оточення одних і ти х же самих людей, несення служби у нічний час, часті недосипання тай інколи недоїдання, постійне фізичне навантаження. Така напруженість спричиняє виникненню негативних психічних станів.

Психічний стан – це цілісна характеристика психіки людини, яка фіксує момент сталості і своєрідності в динаміці психічних явищ; це форма реагування, яка виражає ставлення людини до явищ власної психіки, що розкриваються в процесі взаємодії з навколишнім середовищем у певний момент часу за певних умов. Це певний рівень працездатності та якості функціонування психіки людини, характерний в даний момент часу[1, с. 21].

Психічний стан тісно пов'язаний з індивідуальними властивостями особистості, оскільки він характеризує психічну діяльність не загалом, а

індивідуально. Стан страху в однієї людини може виявлятись у психічному збуджені, а в іншої – у психічному заціпенінні, гальмуванні психічної діяльності. Часто відбувається, що психічні стани перетворюються у особистісні властивості, це відбувається через те, що людина постійно знаходиться у тому чи іншому стані.

Такі науковці, як Варій М.Й., Стасюк В.В., стверджують, що на психіку військовослужбовців у бойовій обстановці впливають певні фактори, що яскраво сприяють виникненню негативних психічних станів. Серед них:

- небезпека (усвідомлення того, що їхньому життю загрожує небезпека);
- раптовість (це може бути різка зміна завдань або ж обстановки);
- невизначеність (недостатня кількість інформації або ж навпаки занадто багато, що зазвичай надходить від недостовірних джерел);
- збільшення темпу ведення бойових дій (супроводжується скороченням часу на прийняття рішень та обміркування подальших дій).

Військова діяльність відрізняється особливою динамічністю, розмаїтістю, у ній можуть виявлятися, за певних умов, негативні психічні стани, а саме: напруженість, страх, паніка, тривога, сумнів, ригідність, фрустрація, занепад, неуважність та ін.[2, с. 9].

Психічний стан кожного військовослужбовця насамперед залежить від усвідомленням свого обов'язку про захист не тільки його а й усієї держави. Велике значення відіграє забезпечення фізіологічних потреб військовослужбовців а також порядок та військова дисципліна у підрозділі. Якщо керівний склад дбає про забезпечення першої сходинки у піраміді Маслоу та організовує службу так ,щоб кожен воїн чітко знав , що він має робити в ті чи інші ситуації то в особового складу будуть породжуватись стани особистої гордості, захоплення, радості за свої успіхи та досягнення усього колективу. А відсутність турботи про військову культуру супроводжується виникненням такого стану, як байдужість, зневіра.

Щоб зарадити виникненню негативних психічних станів потрібно завчасно працювати над психологічною підготовкою військовослужбовців також звертати увагу на національно-патріотичну роботу. Для досліджень психічних станів військовослужбовців у зоні бойових дій слід використовувати такі методи як: тестування, анкетування, бесіди, спостереження, метод експертних оцінок, тощо. Психологи використовують методики "САН", ММРІ, опитувальник Кеттелла, опитувальника Айзенка, тест діагностики самооцінки психічних станів (Айзенка)[3, с.77].

Таким чином , негативні психічні стани завжди будуть супроводжуватись у діяльності військовослужбовців. Однак їх виникнення і протікання можна звести до мінімуму, якщо готувати особовий склад до зустрічі з ними заздалегідь та задовольняти мінімальні потреби військовослужбовців командирами-начальниками.

Список посилань:

1.Види психічних станів людини. *StudFiles:* веб сайт. https://studfile.net/preview/7182431/page:21/(дата звернення: 07.11.2022).

2. Блінов О. А. Психічні стани військовослужбовців у процесі служби. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ : НУОУ, 2013. Вип. 4 (35). С. 196–201.

3. Сидоров К.І. Негативні психічні стани військовослужбовців в екстремальних умовах діяльності. *Сучасна війна : гуманітарний аспект 2017 рік :* матеріали Всеукр. наук.-практ. конф., 30 червня 2017 р. Харків : ХНУ ПС ім. І. Кожедуба С. 77.

Музичко Леся Тарасівна
кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ Національної академії сухопутних військ імені Петра Сагайдачного (м. Львів)

Пачковська Анастасія Михайлівна
курсант Національної академії сухопутних військ імені Петра Сагайдачного (м. Львів)

ПСИХОЛОГІЯ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ВИДАХ ДІЯЛЬНОСТІ

Варто зазначити, що поняття екстремальні види діяльності тісно пов’язане з військовими діями. Воно представляє виникнення незвичайних, небезпечних ситуацій для життя військовослужбовців та цивільних, які потребують швидкої реакції, ініціативності та прийняття рішення для стабілізації ситуації. Екстремальні види діяльності передбачають, перш за все, нервову напруженість та специфічні особливості роботи нервової системи. В умовах такої діяльності військовослужбовці змушені продовжувати активні воєнні дії та протидіяти важкій надзвичайній ситуації, що створює надзвичайну психологічну та фізичну напруженість. Під час дій в екстремальній ситуації велику роль відіграє лідерство, яке проявляють військовослужбовці.

Особливості діяльності людини в екстремальних ситуаціях досліджували такі науковці: П. Горностай, О. Тарновська, М. Дяченко, Л. Кандибович, В.Бочелюк, К. Дурай-Новаковоа, Л. Матохнюк, О. Кокун та ін. Особливості прояву лідерських якостей у критичних ситуаціях стали темою наукових досліджень: В. Бабаєва, Б. Басса, Д. Гоулмана, Р. Дафта та інших.

Повномасштабне вторгнення докорінно змінило сприйняття людського життя і його цінності, тож для військовослужбовців, які беруть участь в активних бойових діях постійну небезпеку становлять екстремальні ситуації, до яких можна віднести безперервні бої, вибухи, розмінування території тощо. Превентивний вплив на такі ситуації, на жаль, неможливий. Втім, через великі загрози життєдіяльності військовослужбовців, актуальним стає питання прояву лідерських якостей в умовах екстремальних видах діяльності, які допомогли б забезпечити швидке реагування та нормальну подальшу роботу військових.

У психологічній літературі поняття «екстремальні види діяльності»

характеризується як таке, що має високу небезпеку для життя людини та невідомі, часто негативні зміни для майбутнього[1, с.19]. Варто зазначити, що військовослужбовці, які перебувають в зоні активних бойових дій щоденно потрапляють в екстремальні умови, у яких потрібно продовжувати свою роботу: знешкодження мін, вибухівки, обвали будинків, обстріли позицій тощо. Внаслідок цього важливою проблемою залишається виявлення лідерських якостей військовослужбовців, завдяки яким часто забезпечують подальшу роботу та організацію людей, які потрапили в умови екстремальної діяльності[4, с.174].

Варто зазначити, що лідерство у психології науковці розглядають як складне та багатогранне явище. Воно виникає і функціонує в системі координат тих інтересів і цілей, процесів і норм, вимог і обмежень, системна єдність яких утворює в своїй сукупності своєрідний простір соціальних цінностей. Своєрідна роль лідерства полягає в тому, що лідер обирає ефективні засоби впливу на своїх прихильників, їх діяльність і поведінку [3, с. 93].

Дослідники зазначають, що лідерство передбачає багато якостей, які дозволяють впливати на колектив та його рішення. Тим не менш, серед військовослужбовців, на нашу думку, одними з найяскравіших лідерських якостей є інтелект, ініціативністьі вміння відчувати ситуацію. Варто зазначити, що екстремальні ситуації не є статичними, адже кожна з них – інша, докорінно відрізняється від попередньої.[5].

Психологічною особливістю прояву лідерських якостей є те, що їм часто передує страх. Важливо наголосити, що екстремальні умови ставлять військовослужбовця у становище, коли йому може загрожувати смерть, тому почуття страху, яке виникає спочатку є нормальною психологічною реакцією [2, с.190]. Крім цього, для адаптованої людини почуття страху не завжди є притаманним. Говорячи про військовослужбовців, припускаємо, що для них не властива така психологічна реакція. У екстремальній ситуації військові лідери одразу проявляють лідерські якості, від яких часто залежить врегулювання небезпечної для життя ситуації. Важливо зазначити, що при цьому військові лідери часто не відчувають, що роблять щось важливе, адже такі ситуації на полі бою стаються неодноразово.

Серед лідерських якостей, які проявляють військовослужбовці в екстренних ситуація, варто виокремити такі: швидка реакція на небезпечну ситуацію, ініціативність, стресостійкість, впевненість у своїх силах та наполегливість.

На нашу думку, серед таких якостей особливу увагу слід приділити якості реагування на ситуацію. Перш за все, вона передбачає швидку психологогічну реакцію військововслужбовця на небезпечну ситуацію і відразу допомагає людині обдумувати швидкі подальші дії. Припускаємо, що часто завдяки вмінню правильно оцінити екстремальні умови дільності відбуваються подальші дії, які дозволяють працювати в таких умовах та у подальшому знешкодити усі негативні наслідки, які виникли через екстремальну ситуацію.

Крім цього, варто виділити таку лідерську якість, як ініціативність та відповідальність за прийняття рішення. У ектремальних видах діяльності

справжні військові лідери проявляють ініціативу щодо вирішення проблемної ситуації та беруть відповідальність за себе за усі свої рішення. Варто зазначити, що в таких ситуаціях лідерська ініціативність часто допомагає уникнути небезпеки, мотивує інших, а також допомагає скласти план дій. Крім цього, військовий лідер, який проявляє такі якості, досить впевнено вміє організувати команду, розподілити її дії. До прикладу, кожного дня військовослужбовці, які беруть участь в активних воєнних діях, потрапляють під обстріли. Звичайно, така ситуація потребує прояв негайних дій, тому прояв вище зазначених лідерських якостей дуже важливий. Наслідками екстремальних чи бойових ситуацій можуть стати травматичні чи посттравматичні стресові розлади, які негативно впливають на діяльність військовослужбовців.Через часті, інтенсивні реакції у вигляді страху або безпорадності, які травмують психіку особистості, для військових надзвичайно важливий прояв такої лідерської якості, як стресостійкість. Ця риса представляє собою визначену сукупність особистих якостей, що дозволяють переносити стресові ситуації без неприємних наслідків для особистої діяльності індивіда і оточення. В умовах підвищеної стресової ситуації військовий лідер повинен старатися всіляко протидіяти їй, тому стресостійкість є тією визначальною рисою, яка допомагає військовослужбовцю зберігати у тонусі свій психологічний стан та не піддаватися впливу стресової ситуації. У екстремальній ситуації важливо проявляти наполегливість, яка передбачає діяльність, незважаючи на невдачі та труднощі. Екстремальні види діяльності самі по собі передбачають невдачі та труднощі під час виконання завдання, тому прояв наполегливості допомагає не падати духом та виконати доручену роботу.

Отже, проблема прояву лідерських якостей військовослужбовців в екстремальних видах діяльності набула чималого поширення внаслідок повномасштабного вторгнення та активних бойових дій на території України. Внаслідок цього важливим залишається прояв лідерських якостей військовослужбовців у надзвичайно важких та небезпечних для життя умовах, адже ці риси особистості часто забезпечують активну діяльність та нейтралізацію впливу екстремальної ситуації на психологічний стан людини.

Список посилань:

1. Горелов І.Ю. Психологічна готовність працівників ОВС до застосування вогнепально-силового впливу: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.09. Х. : ун-т цив. захисту України. 2008. 19 с.

2. Кокурін А. Психологічне забезпечення екстремальної діяльності: Розвиток особистості. 2004. № 4. С.190-204.

3. Пономарьов О. С. Феномен лідерство в просторі соціальних цінностей. *Теорія і практика управліннясоціальними системами. Щоквартальнийнауково-практичний журнал.*Х.: НТУ «ХПІ», 2015. №3. С. 93–102.

4. Розов В. Психологічне забезпечення діяльності в екстремальних ситуаціях. *Соціальна психологія*. 2007. № 4(24). С.174-188.

5. Фактори виживання в екстремальних природних умовах. URL: http://beclan.org/emergency/faktori_vizhivannja_v_ekstremalnih_.htm (дата звернення: 12. 11. 2022)

Мусевич Руслан Юрійович
старший викладач кафедри військово-соціального та психологічного забезпечення оперативного факультету Національної академії Національної гвардії України (м. Харків)

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ҐЕНДЕРНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ

Враховуючи сучасні безпекові виклики та трансформацію соціально-ціннісних орієнтирів у бік забезпечення рівних прав і можливостей на військовій службі, наразі відбуваються видозміни в характері професійних відносин, відповідно до чого постає питання необхідності переосмислення наукових позицій стосовно формування готовності майбутніх офіцерів до професійної взаємодії з військовослужбовцями на засадах ґендерного підходу. Готовність курсанта до налагодження продуктивної співпраці в межах своєї майбутньої професійної діяльності за ґендерним вектором безпосередньо пов'язана з політичною спрямованістю України до європейської та євроатлантичної інтеграції. Відтак, 2018 році в Україні прийнятий Закон «Про внесення змін до деяких законів України щодо забезпечення рівних прав і можливостей жінок і чоловіків під час проходження служби у Збройних Силах України та інших військових формуваннях» [1], де висуваються підвищені вимоги до рівня ґендерної компетентності офіцерів, зокрема Національної гвардії України. Особливої ваги при цьому набуває усвідомлення та переосмислення керівниками військових підрозділів проблем управлінської діяльності, що мають ґендерну природу, вибір адекватних способів і стратегій їх розв'язання.

Для забезпечення ефективності формування готовності курсантів до професійної взаємодії з військовослужбовцями на засадах ґендерного підходу існує потреба в створенні необхідних для цього умов. Наприклад, це може проявлятися в налагодженні взаємодії військового середовища з усіма ланками освітнього процесу в частині розробки освітніх модулів з використанням сучасних технологій, проведення комплексного моніторингу (оцінювання) рівня сформованості військово-професійних компетенцій щодо застосування ґендерного підходу. І. Куліда в цьому контексті вбачає особливо ефективним психологічний супровід, що може сприяти засвоєнню курсантами навичок регуляції емоційно-вольової сфери у напрямку формування та розвитку комунікативної, соціальної та рефлексивної компетенції, виявляє рівень психологічної готовності до практичного застосування знань [2, С. 86–87].

У вітчизняному освітньому просторі запорука ефективності впровадження ґендерного підходу у закладах вищої освіти полягає в педагогічній майстерності та професіоналізмі викладачів. С. Бєзушко зауважує, що ґендерний підхід як такий впливає на культурний розвиток та ціннісні орієнтації особистості, акцентуючи увагу на толерантності до ґендерних ролей у суспільстві.

Рівень оволодіння необхідними знаннями в царині ґендеру, нормами, цінностями, поглядами на сучасні соціальні ролі жінок і чоловіків можна визначити як рівень оволодіння індивідом ґендерною компетентністю [3]. В свою чергу, формування ґендерної компетентності залежить від наявних знань про ґендер, врахування ґендерних аспектів в педагогічних підходах, і, відповідно, стратегії впровадження ґендерного підходу у педагогічній роботі.

О. О. Нежинська та О. І. Бондарчук тлумачать поняття ґендерної компетентності особистості як сукупність знань, вмінь та навичок, обумовлених її індивідуально-психологічними ґендерними характеристиками (маскулінність / фемінінність, ґендерна ідентичність, ґендерна роль, ґендерні установки та стереотипи), що зумовлюють взаємодію з особами різної статі на засадах ґендерної рівності. Коли мова йде про формування суб'єктної готовності (теоретичної, практичної та психологічної), то саме ґендерні установки впливають на форми та моделі поведінки жінок і чоловіків, а також прагнення до виконання відповідних соціальних ролей в рамках професійної взаємодії, що, зазвичай, очікують від індивіда відповідної статі. Відтак, з роботи авторів також можна зробити висновки, що ґендерна компетентність як соціально-психологічна характеристика особистості сприяє підвищенню продуктивності в процесі професійної взаємодії осіб різної статі, адже передбачає наявність відповідних знань, вмінь та здатностей, таких як [4]:

1. Знання щодо поточної ситуації забезпечення ґендерної рівності, проблем, чинників та умов, що її визначають.

2. Вміння помічати та об'єктивно аналізувати прояви ґендерної нерівності в різних сферах на військовій службі.

3. Здатність до самооцінки власної поведінки в контексті виявлення в своїй діяльності ґендерно-дискримінаційних практик.

4. Здатність вирішувати проблемні питання, пов'язані із виникненням ґендерних конфліктів та їх запобіганням.

Відтак, у структурі ґендерної компетентності на військовій службі можна виокремити три компоненти:

1. Мотиваційно-ціннісний компонент, що включає усвідомлення власної ґендерної ролі на військовій службі, формування індивідуального стилю поведінки на засадах ґендерного підходу, а також розробку стратегії та тактики поведінки в процесі подолання ґендерних стереотипів.

2. Когнітивний компонент, що складається з системи засвоєних знань та вмінь щодо побудови навчального процесу з урахуванням ґендерних аспектів.

3. Поведінковий компонент, що характеризується реальною поведінкою військовослужбовців в умовах професійної взаємодії на засадах ґендерного підходу. При цьому особливе значення у формуванні ґендерної компетентності майбутніх офіцерів відіграє позитивна мотивація до практичного застосування ґендерного підходу на військовій службі.

Слід зазначити, що професіоналізм майбутніх офіцерів в царині ґендерної компетентності має відповідати низці вимог, таких як сформованість власної позитивної соціальної ролі, об'єктивне оцінювання якостей маскулінності та

фемінності, розуміння особливостей статево-рольової поведінки, знання психофізіологічних особливостей жінок і чоловіків тощо.

В. Браун та А. Окрос досліджують гендерні аспекти професійної взаємодії військовослужбовців крізь призму розвитку культурних компетентностей в процесі колективного навчання та саморозвитку. Автори висвітлюють, як орієнтація Збройних сил Канади до інклюзії та забезпечення ґендерного балансу вплинула на внесення змін до освітніх програм в контексті розвитку культурних навичок на основі осмислення інституційної військової культури. Крім того, автори звертають увагу, що викладачі та курсанти можуть разом об'єднати зусилля з метою розвитку гендерної культури в академічному просторі, протистояти стереотипам, та нейтралізувати вплив суб'єктивних упереджень в цій царині. Розвиток критичного мислення з питань ґендеру, культурної різноманітності та інклюзії обов'язково потребує динамічного освітнього середовища, орієнтованого на співпрацю [5].

Підвищення обізнаності з питань ґендерної рівності для майбутніх офіцерів повинно проводитися з метою формування їх готовності до взаємодії з військовослужбовцями, – це можливо не лише через впровадження ґендерного підходу в освітній процес, а й через інтеграцію ґендерної складової в освітню політику закладів вищої освіти сектору безпеки і оборони. Це пов'язано з тим, що сучасна молодь повинна швидко адаптуватися до сучасного динамічного соціокультурного простору шляхом постійного збагачення свого інтелектуального потенціалу та побудови взаємодії з іншими людьми на засадах толерантності, взаєморозуміння, поваги, співпраці та ґендерної рівності. Відтак, можемо визначити наступні ключові умови формування ґендерної компетентності на військовій службі:

1. Формування розвивального освітнього простору, що стимулює відповідні соціальні, педагогічні та психологічні механізми як засоби формування ціннострного орієнтиру забезпечення ґендерної рівності.

2. Усвідомлення взаємозалежності готовності майбутніх офіцерів до професійної взаємодії з військовослужбовцями на засадах ґендерного підходу від запровадження ґендерних аспектів в освітню практику ЗВО СБО.

3. Забезпечення спеціальної психологічної підготовки, спрямованої на формування знань, умінь і навичок, що забезпечують готовність відповідальних осіб ЗВО СБО до запровадження ґендерної рівності в навчальному процесі.

4. Забезпечення можливості діагностики та корекції ґендерних характеристик особистості майбутніх офіцерів з урахуванням їх рефлексивного самопізнання під час освітнього процесу;

5. Застосування інтерактивних методів в освітньому процесі з метою профілактики стереотипних уявлень про ґендер та формування толерантного ставлення суб'єктів професійної взаємодії на військовій службі незалежно від їхньої статі.

В контексті практики побудови освітнього процесу щодо формування готовності майбутніх офіцерів до професійної взаємодії на засадах гендерного підходу вбачаємо доцільним об'єднати психологічні та педагогічні аспекти та

запропонувати наступний інструментарій:

1. Інформаційне забезпечення курсантів, що здійснюється шляхом збору, обробки, аналізу та інтерпретації психологічно значущих відомостей внутрішнього і зовнішнього характеру, що може реалізовуватися шляхом: вивчення психологічних основ застосування ґендерного підходу в професійній діяльності (в тому числі негативних психологічних чинників), психологічний аналіз потенційних проблемних ситуацій під час професійної взаємодії, вивчення індивідуально-психологічних особливостей особистості, моніторинг соціально-психологічних аспектів і процесів, пов'язаних з ґендерною проблематикою, що протікають в навчальних колективах, використання результатів досліджень громадської думки про діяльність органів, підрозділів і установ органів внутрішніх справ.

2. Методичне забезпечення процесу формування готовності курсантів шляхом застосування в професійній діяльності ґендерно-чутливих форм і методів педагогічної роботи, що може здійснюватися шляхом розробки рекомендацій щодо застосування психологічно обґрунтованих прийомів і методів в процесі професійної діяльності, роботи з особовим складом та управлінні службовими колективами.

3. Навчально-розвиваюча діяльність, що пов'язана з формуванням готовності курсанта до професійної взаємодії, полягає у виробленні у майбутнього офіцера комплексу необхідних психологічних знань, умінь і навичок, розвитку особистості, підвищенні психологічної культури і компетентності в контексті підвищення обізнаності з ґендерної тематики, а також поліпшенні соціально-психологічних характеристик навчального колективу, що буде розвивати їх внутрішню мотивацію до застосування ґендерного підходу.

4. Дослідно-прогностична діяльність передбачає вирішення завдань концептуального забезпечення формування готовності шляхом встановлення нових психологічних закономірностей, пов'язаних із застосуванням ґендерного підходу на військовій службі, проведення оцінки різних тенденцій в удосконаленні практики застосування ґендерного підходу в секторі безпеки і оборони, що є значущим чинником для успішної професійної взаємодії, проведення психологічного аналізу і прогнозування розвитку особистості, колективу, організаційно-управлінської структури, суспільства.

Впровадження ґендерного підходу в освітній процес – процес впровадження в систему науково-методичних і педагогічних заходів, спрямованих на розвиток особистості шляхом формування та застосування її компетентностей з урахуванням соціальних характеристик та можливостей жінок і чоловіків та взаємовідносин між ними. Інноваційної формою формування готовності може виступати моделювання не тільки зовнішніх умов підготовки (наближення навчальної обстановки до реальної), але і внутрішніх психологічно значущих чинників (мотивація, психічний стан, переживання, подолання психологічних труднощів і т. ін.). Для проведення професійної психологічної підготовки може застосовуватися професійно-психологічний

тренінг: тренінг, спрямований на розвиток психічних пізнавальних процесів, соціально-психологічний тренінг, психорегулюючі тренування, психотехнічні ігри.

Переосмислення психологічних аспектів в контексті удосконалення інструментарію, що застосовується під час освітнього процесу та вдосконалення умови формування ґендерної компетентності є фундаментом для актуалізації теоретико-методичних засад і концептуальних підходів до формування готовності курсантів до професійної взаємодії з військовослужбовцями. Формування ґендерної компетентності майбутніх офіцерів дозволить закладам вищої освіти сектору безпеки і оборони вчасно реагувати на безпекові виклики в країні та ефективно взаємодіяти на інституціональному рівні щодо забезпечення рівних прав жінок і чоловіків на військовій службі.

Список посилань:

1. Закон України «Про внесення змін до деяких законів України щодо забезпечення рівних прав і можливостей жінок і чоловіків під час проходження військової служби у Збройних Силах України та інших військових формуваннях». URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2523-19#Text (дата звернення: 07.10.2022).

2. Куліда І. Психологічний супровід підготовки офіцерів запасу в рамках компетентісного підходу. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти:* Матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції, 20 березня 2018 р. Київ : НАУ, 2018. 241 с.

3. Bezushko S. V. Formation of Future Teachers' Gender Competence in the Conditions of Higher Education Institutions. Theory and practice of introduction of competence approach to higher education in Ukraine : monograph / Premier Publishing. Vienna, 2019. 370 p.

4. Бондарчук О. І., Нежинська О. О. Психологічні умови формування ґендерної компетентності керівників загальноосвітніх навчальних закладів : монографія. Київ : ТОВ «НВП «Інтерсервіс», 2014. 180 с.

5. Brown V. Okros A. Unlearning 'Stranger Danger': Developing Cultural Competence in Canadian Military Professionals through Collective Learning and Self-Reflection, In Enstad, K., & Holmes-Eber, P. Eds. Warriors or peacekeepers?: Building military cultural competence. URL: https://www.researchgate.net/publication/340923093_Unlearning_Stranger_Danger_Developing_Cultural_Competence_in_Canadian_Military_Professionals_Through_Collective_Learning_and_Self-Reflection. (дата звернення: 07.10.2022).

Мухіна Галина
кандидатка педагогічних наук, доцентка, доцентка кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Донецького державного університету внутрішніх справ (м. Кропивницький)

ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДУ НЕНАСИЛЬНИЦЬКОГО СПІЛКУВАННЯ В ПОЛІЦЕЙСЬКІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Ефективна зовнішня і внутрішня комунікація поліції має важливе значення для залучення/повернення довіри населення, цілком природньою є думка, що для поліції є надзвичайно важливим підтримувати і розвивати добру репутацію, яка, таким чином, є центром як внутрішньої, так і зовнішньої комунікації.

Ефективна комунікація – це джерело життєвої енергії поліцейської служби, чи то письмова, розмовна, низхідна, висхідна, неформальна або формальна, внутрішня або зовнішня комунікація. Оскільки ефективна комунікація є однією з необхідних умов налагодження і побудови продуктивних відносин між поліцейським і громадянином, виникає потреба у подоланні насильницького спілкування і, відповідно, необхідний спосіб реалізації ідей ненасильства в професійному спілкуванні поліцейського.

Використання методів та технік ненасильницького спілкування (далі - ННС) ефективне в найрізноманітніших сферах (забезпечення громадського порядку, бізнес, соціальна робота, державне управління, освіта, сім'я тощо) та на різних рівнях (між спільнотами, групами та організаціями, в спільнотах, групах та організаціях, в міжособистісних стосунках тощо) [2].

На нашу думку, ненасильницьке спілкування – це гнучка технологія комунікації, що поєднує переговорні навички та конфліктологію, а в глибині, у своїй основі, ННС – це особливий світогляд, система установок, яка допомагає бути в контакті з тими, хто не схожий на нас, вибудовувати партнерство в найскладніших робочих і життєвих ситуаціях, бачити світ як простір можливостей, а не арену боротьби та війни.

Маршал Розенберг, засновник методу ненасильницького спілкування, протягом усього свого життя йшов до усвідомлення необхідності відмови від насильства в повсякденному житті. Адже в світі насильство часто вважається нормою. Воно навколо нас: від воєн між країнами до злочинності на вулиці. Навіть у щоденному житті постійно, явно й неявно, присутнє насильство. Для більшості людей ідея насильства неприйнятна. Вони не беруть участі у фізичних зіткненнях або конфліктах і вважають себе вільними від насилля. Але насправді це не так: щоразу, коли людина забуває про свою милосердну природу, щоразу, коли в її серці з'являється ненависть, вона робить боляче і собі, й іншому.

М. Розенберг наголошував на тому, що ненасильницьке спілкування – спосіб спілкування, який надихає нас давати від серця, це спосіб спілкування, який є одночасно є методом налагодження відносин між людьми [4, с.30-31].

Отже, ненасильницьке життя – це не просто відмова від завдання фізичної

шкоди іншому. це спосіб буття, що починається зі співчуття, зі здатності будувати справжні стосунки з іншими, стан, що веде до повного і щасливого життя [1, с.100].

Метод ненасильницького спілкування спрямований на три аспекти: емпатія до самого себе (глибоке і співчутливе усвідомлення власного досвіду); емпатія до іншого (сприйняття іншого з глибоким розумінням / співпереживанням); справжнє вираження самого себе (автентичне вираження, яке може надихнути інших і спонукати до розуміння та співпереживання) [3].

У межах нашої роботи окреслимо основні принципи ненасильницького спілкування. До першого принципу відносять *принцип універсальності потреб*. У кожної людини ті ж самі базові потреби, що і в інших, незалежно від статі, кольору шкіри, релігії, віку. Будь якому фахівцю варто пам'ятати, що потреби – це та життєва енергія, що стимулює нас виживати, розвиватися і бути здоровими. Якщо потреби незадоволені, тоді ми шукаємо способи їх задовольнити. В усіх культурах потреби є однаковими, тільки є різні способи для їх задоволення [3].

Другий принцип – *застосування різних способів чи стратегій задоволення однієї потреби*. Конфлікти між особами чи групами людей виникають на рівні стратегій задоволення потреб. Коли є можливість розпізнати приховані потреби, то разом із тим є й можливість знайти рішення, які можуть врахувати потреби кожного.

Третій принцип – *розуміння, що основою почуттів є потреби*. Почуття вказують на приховані за ними потреби – задоволені чи незадоволені. Видається, цілком має рацію Л.А. Пєтрушкова, яка наголошує на тому, що усвідомлюючи емоції та почуття, ідентифікуючи їх, фахівець може зрозуміти причину їх виникнення і краще, в першу чергу, зрозуміти себе, а потім й іншу людину. Це допоможе йому дізнатися про свої незадоволені потреби та знайти способи їх задовольнити.

Четвертим принципом ННС є принцип, що *людина відповідальна за своє життя, зокрема за свої почуття, а також за розпізнавання і задоволення власних потреб*. Разом із тим ми не відповідальні за почуття інших, а також за задоволення їхніх потреб.

Потреби кожної людини однаково важливі – це наступний принцип ненасильницького спілкування. Не можна вдаватися до насильства, аби потреби однієї людини були задоволені за рахунок іншої, без її згоди.

Одним із головних принципів ННС, на нашу думку, є *принцип емпатії*. Емпатія – це усвідомлення повної присутності з собою та іншою людиною. Самоемпатія є основою прояву емпатії до інших. Робити припущення щодо почуттів і потреб іншої людини важливо у формі запитання, а не у формі оцінки чи судження.

Для формування навички ННС важливим є розуміння та дотримання такого принципу, як «*осуд себе та інших припиняє відкрите спілкування. Коли відбувається щось, що вам не подобається, варто говорити про це, але без критицизму».*

І нарешті не менш важливим для формування навички ННС у поліцейських є принцип – *прояв емпатії – не означає схвалення дій людини* [1, с.102].

Отже, формування навички ненасильницьке спілкування зміцнює здатність поліцейського залишатися людяними навіть за складних умов. Послідовне дотримання поліцейським принципів ННС має першочергове значення для формування вміння виражати себе, емпатично розуміти громадян та будувати з ними діалог.

Список посилань:

1. Царенко Л. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с.
2. Петрова С. О. Застосування методу ненасильницького спілкування в сфері соціальної роботи сучасної України . URL: https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/39807/1/S_r_i_s_X_2020-172-175.pdf (дата звернення: 28.06.2022).
3. Пєтушкова Л. А. Ненасильницьке спілкування як технологія побудови діалогу працівника соціальної сфери з клієнтом. Наукові записки НДУ ім. Микола Гоголя. URL: https://file:///C:/Users/%D0%93%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B0/Downloads/Nzspp_2016_1_13.pdf (дата звернення: 28.09.2022).
4. Розенберг Б. Маршалл Ненасильницьке спілкування: мова життя / пер. з анг. О.І. Олійник. Харків : вид-во «Ранок», 2020. 256 с.

Невмержицький Володимир Максимович

кандидат психологічних наук, доцент, провідний науковий співробітник лабораторії психології навчання імені І.О. Синиці, Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ)

ВИЖИВАННЯ У ПОЛОНІ

Важливе місце в психологічному забезпеченні діяльності сил безпеки та оборони України займає їх підготовка до перебування в екстремальних умовах та кризових ситуаціях під час бойових дій. Для цього, при проведенні цієї підготовки, необхідно ознайомлювати особовий склад з психологічними особливостями різноманітних явищ негативного характеру, можливих у перебігу бойової діяльності (зокрема, таких як полон), та надавати рекомендації по зменшенню їх впливу на психіку військовослужбовців.

Будь-яка небезпечна ситуація, у тому числі й потрапляння у полон, викликає підвищений рівень психічних і фізичних навантажень у військовика.

При перебуванні у полоні спостерігаються різні психічні реакції, насамперед, це такі, як: смиренність, апатія та регресія. Смиренність — це підпорядкування власній долі та ситуації, яка здається безнадійною. При апатії почуття більше не сприймаються свідомо. Вона може бути провісником патологічних змін та є ознакою можливих неврологічних і психічних захворювань. Регресія визначається як повторення поведінки, яка вже мала

місце у розвитку особистості. Це призводить до того, що полонений, наприклад, не може чітко висловлювати свої думки. Він може заїкатися, сміятися, лаятися чи демонструвати іншу дитячу поведінку. У важких випадках спостерігаються те, що навіть прості функції організму (такі як прийом їжі та питва, сон чи виконання фізіологічних потреб) перестають виконуватися належним чином.

Почуття ненависті, безсилого гніву та гіперактивність мають, відповідним чином, контролюватись. Спонтанні реакції, зокрема, на провокації з боку охорони, можуть викликати суворі покарання та підвищують уразливість.

У важких випадках перебування у полоні може призвести до смерті. За відсутності важких поранень це визначається терміном «психогенна смерть», введеним К.-Д. Штумпфе [1]. Також її називають «смерть вуду» або «бамбукова хвороба» (після розтину у полонених не виявляли жодних фізичних пошкоджень, крім слідів від бамбукового ліжка, на якому вони лежали та померли. Період перед психогенною смертю характеризується повною пасивністю (зокрема, у руховій активності).

Попередження цього є можливим, якщо вивести військовослужбовця із цього стану. Досвід бойових дій засвідчив, що якщо у вояка є бажання вижити, він не помре психогенною смертю [2]. Важливу роль тут, також, відіграє допомога інших полонених, які спонукатимуть до здійснення активних дій, що викликають емоційний відгук (гнів, лють, радість) або тривогу. Отже: не треба втрачати надію!

Перший час перебування у полоні часто починається з процесу заперечення. Це характеризується такими твердженнями, як: «Цього не може бути!» чи «Чому це сталося зі мною?». Страх та шок паралізують розум, а інколи й тіло. Можуть виникати тимчасовий параліч чи зменшення рухової активності. Стадія безпорадності та безнадійності поєднуються з дезорієнтацією; іноді можна спостерігати повернення полонених (як зазначалося вище) до дитячої поведінки – плачу, сміху, порушенню фізіологічних функцій; виникають такі почуття, як гнів та смуток. Це може підсилюватися, коли полонений піддається тортурам або жорстокому поводженню.

Для подолання шоку, слід почати сприймати реальність становища. У цьому аспекті, під час підготовки доречним є розгляд варіантів копінг-поведінки у полоні: тоді ситуація буде більш контрольованою.

Для уникнення вищезазначених психічних реакцій пропонується вивчення методів релаксації. Найбільш поширеними є:

1. Аутогенне тренування (концентрована форма саморелаксації за І.Г.Шульцем, у якому використовується, для розслаблення, словесне самонавіювання).

2. Прогресивна м’язова релаксація за Е. Джейкобсоном (метод поведінкової терапії, що використовується придушення фізіологічних реакцій виникнення страху; це досягається за рахунок постійного чергування напруги та розслаблення різних груп м’язів).

Отже: використовувати методи релаксації!

Розглянемо питання психологічного опору. Насамперед, мова йде про опір допитам. Це можливе лише з позиції внутрішньої сили, з метою демонстрації власної волі до виживання. Як правило, вважається, що військова інформація перестає становити інтерес для противника не пізніше, ніж через дві доби після потрапляння у полон.

Опір допитам дає ув'язненому почуття переваги та особистої сили, коли він знає, що обдурив своїх ворогів. Але навіть це має свою ціну. Можливо спробувати вести переговори з позиції сили, щоб здобути переваги для себе чи для інших. Отже: не недооцінювати себе!

У разі полону завжди можна припустити, що противник може використати незаконні методи допиту, тобто тортури. Військовик, який надто швидко здається за найменшого натяку на тортури, втрачає самоповагу. Не сказати ворогу все чи говорити йому неправду – це дає суб'єктивне почуття переваги та допомагає виживати у полоні. Категорично не варто піддаватися на брехню, блеф та чутки.

Будь-хто, хто вирішив розкрити інформацію під тортурами, повинен (якщо він хоче говорити неправду) залишатися у певній близькості до правди. Одну вигадану інформацію набагато важче підтримувати протягом тривалого часу, ніж інформацію, що містить справжні елементи. Отже: тіло може витримати багато; більше, ніж вважає людина!

Розглянемо інші шляхи поведінки в полоні. Почнемо з планування часу: щоб підтримувати психологічну рівновагу, слід розробити розпорядок дня, який базується, наприклад, на часі прийому їжі або зміні охорони. Спочатку створюється календар, завдяки якому військовик зможе мати уявлення про перебіг часу. Особиста гігієна є частиною розкладу дня. Також, не слід забувати про свій фізичний стан: наприклад, корисним навіть буде виконання простих ізометричних вправ. Отже: планувати час і піклуватися про своє тіло!

Розумове тренування (для того, щоб мозок «працював») так само важливе, як і турбота про фізичний стан. Таке тренування може полягати у спільному вивченні (при груповому утриманні) певних тем різного спектру, обміну особистим досвідом. Цьому також сприяє пригадування улюблених музичних (літературних) творів. Хорошим тренуванням пам'яті є уявне проходження можливого маршруту повернення додому (це сприяє навчанню та підтримці почуття часу). Також корисно поміркувати над краєвидами, які спостерігалися на Батьківщині у різні пори року. Отже: навантажувати свій мозок!

Згуртованість допомагає вижити у полоні. Також, наявність групового тиску спонукає до утримання від можливої співпраці з противником. Отже: триматись групи!

Поведінка командного складу з числа полонених (при груповому утриманні з іншими) дозволяє запобігти психологічним проблемам, аж до психогенної смерті, через: зразкову поведінку (щодо вірності військовому обов'язку) та підтримання дисципліни і порядку; застосування психологічної самодопомоги та допомоги іншим. Це можна зробити за допомогою:

підтримання групової згуртованості; дотримання режиму дня; контролю особистої гігієни; контролю прийому їжі; забезпечення розумової та фізичної активності. Крім того, командир може бути посередником між противником та полоненими (при цьому як формальним, так і неформальним їх керівником).

Під час підготовки необхідно сформувати впевненість у тому, що держава зробить усе, щоб домогтися визволення з полону. Отже: все буде зроблено для повернення!

Кожен має усвідомити це. Тоді військовики легше переноситимуть перебування в полоні, міцніше пам'ятатимуть про свій військовий обов'язок.

Турбота про сім'ю особливо цікавить полоненого (зокрема, питання матеріального та соціального забезпечення). Одна з цілей підготовки має полягати в тому, щоб переконати військовика в тому, що його близьким буде гарантовано підтримку з боку держави, зокрема у фінансовій та соціальній сфері. Отже: командування та товариші по службі подбають про сім'ю!

Після повернення з полону, важливе місце в реінтеграції військовиків до нормального життя, крім обстеження та допомоги медичних фахівців і психологів, займає проведення з ними дебрифінгу (обговорення психологічно напружених подій з метою подолання стресу та запобігання подальшій психологічній травмі). Це слугує для переробки того, що було пережито під час перебування в полоні та запобігання негативному впливу на психіку таких явищ як ПТСР (посттравматичний стресовий розлад). Отже: прийняти запропоновану допомогу!

Також, після повернення, представники преси намагатимуться поспілкуватися з колишніми полоненими та їх сім'ями. Сім'ї мають бути готовими до цієї уваги. Тут важливо, як в інтересах командування, так і в особистих інтересах, запобігти можливим збиткам, з точки зору особистої та службової інформації, і залишити спілкування з пресою на відповідальних за це осіб, як-то співробітників прес-служб. Отже: залишити роботу з пресою визначеним особам!

Таким чином, перебування у полоні здійснює значні навантаження на психіку військовослужбовців. Тому, доцільним є їх ознайомлення, у процесі підготовки до участі в бойових діях, з тематикою виживання у полоні, а саме: можливі психічні реакції та шляхи їх подолання, питання здійснення психологічного опору (особами рядового та командного складу) противнику, володіння методами релаксації. Це сприятиме формуванню певних моделей копінг-поведінки, підсилюватиме впевненість у собі щодо виконання військового обов'язку. Опрацювання (після звільнення), за допомогою психологів, того, що було пережито, повинно враховувати індивідуально-психологічні наслідки можливого посттравматичного стресового розладу.

Список посилань:

1. Stumpfe K.-D. Der psychogene Tod. *Schriftenreihe zur Theorie und Praxis der medizinischen Psychologie: Bd. 22*. Stuttgart: Hippokrates-Verlag. 1973. 100 S.

2. Schmid G. B. Tod durch Vorstellungskraft. Das Geheimnis psychogener Todesfälle. Springer Wien New York. 2010. 406 S.

Сулятицький Іван Васильович
кандидат психологічних наук, доцент, голова Українського центру психології безпеки, доцент кафедри спеціальної освіти, Львівський національний університет імені Івана Франка (м. Львів)

Островська Катерина Олексіївна
доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри спеціальної освіти, Львівський національний університет імені Івана Франка (м. Львів)

АЛГОРИТМИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ МОВНИХ ПОРУШЕНЬ У «ПОЛЬОВИХ» УМОВАХ

Встановлені взаємозалежності між показниками збережених сторін мовлення до проведення відновлювальної роботи та їх показниками після мовної реабілітації можуть прислужити спеціалістам у випадках необхідності фахової допомоги в умовах «польового» психологічного супроводу осіб (особового складу). Для відтворення взаємозвязків між різними сторонами мовлення наведемо окремі показники до та після проведення корекційної роботи. Даний епізод буде продемонстровано на прикладі амнестичної афазії (ураження тімяно-скронево-потиличної області).

Нейропсихологічний аналіз порушень мовлення при афазії починається в діагностичній і реабілітаційній практиці з ретельного вивчення анамнезу захворювання, даних історії хвороби (неврологічний статус, дані ЕКГ, параклінічні методи обстеження хворих) і включає розгляд декількох аспектів, в яких може виступати дефект. Найперше, необхідно проаналізувати клінічну картина порушення мовлення. Клінічна картина протікання афазії знаходить ряд симптомів, які можуть вказати на механізм порушення і можливу точку ураження мозку [1, с.74-81]. Психологічна картина прояву дефекту дає можливість розкрити: 1) порушення психологічної структури мовлення; 2) які функції, форми і види мовлення виявляються порушеними, а які збереженими при тій чи іншій формі афазії; 3) психологічні механізми порушення мовлення і способи подолання порушень.

Для реалізації цих завдань сучасними спеціалістами з мовної реабілітації (Кравець Ярослав) розроблено пробний збірник із завданнями для корекції афазії. Збірник містить адаптовані та авторські вправи для корекції імпресивного та експресивного мовлення, покращення фонематичного слуху, складової структури слова, читання, письма, корекції зорового гнозису [3, с.86-91]. Заняття проводились із використанням вправ із цього збірника ,а також вправ типу : повторення та проговорюванняавтоматизмів(днів тижня, місяців, пір року, прямий та зворотній рахунок в межах 10, називання імен найближчого оточення і т.д.) на початку та в кінці кожного заняття; називання картинок; обрати зайве; розповісти за сюжетним малюнком; вправи на розвиток граматичної та лексичної сторони мовлення; переписати слово; вставити букву; скласти слово з букв; вставити слово в речення; прочитати текст; переказати

текст; зєднати зображення із словесним еквівалентом; артикуляційна гімнастика; написання певної кількості слів на задану букву і т.д. Варто додати, що вправи адаптовуються відповідно до потреб пацієнта на основі індивідуального підходу. Починається робота з адаптації вправ, які є максимально можливими для виконання пацієнтом. На наступних етапах вправи поступово ускладнюються та змінюються відповідно до рівня відновлення мовлення [2, с.37].

Результати роботи можна побачити у статистичних даних. Робота з пацієнтами тривала 40 днів. У нашому дослідженні спостерігалось краще відновлення експресивної сторони мовлення, і гірше імпресивної , що свідчить про швидший розвиток власне говоріння , ніж розуміння мовлення оточуючих . При чому спостерігається пряма залежність, швидкості відновлення мовлення від ступеня ураження імпресивної сторони мовлення. У пацієнтів, у яких розуміння мовлення сильно уражене, відновлення мовлення сильно загальмовується і прцоес реабілітації триває значно більше. Варто додати, що відновлення читання і письма, у випадку, коли вони порушені, триває довше, ніж відновлення усного мовлення, особливо при наявності порушення розуміння [3, с.88-90].

Для спостереження ми брали групу із 24 пацієнтів із різними видами афазій внаслідок уражень головного мозку. Після проведеного порівняльного аналізу, можна стверджувати, що у пацієнтів основної групи показники повторного обстеження після 40 днів, є значно вищими, ніж у пацієнтів контрольної групи. У людей, з якими реабілітаційна робота не проводилась, показники мають мінімальні зміни (в декілька балів) як в позитивну, так і в негативну сторону. Це свідчить про те, що пацієнти, які мають афазію, як мовленнєве порушення внаслідок ураження головного мозку потребують допомоги, як логопедичної , так і загальної реабілітаційної. Варто також додати, що 40 днів це дуже мало для відновлення мовлення після такого важкого ураження мовлення, проте за цей період можна прослідкувати певну динаміку. Як стверджує світова практика, реабілітаційна робота, що веде до майже повного відновлення мовлення триває від 1 до 3(5) років, що залежить від виду та важкості афазії.

Отже, впродовж нашого дослідження ми підтвердили, що пацієнти із афазією потребують реабілітації, адже без неї вони залишаються на одному рівні, а з часом показники погіршуються. Розроблена Кравцем Я.Г. власна методика та посібник для роботи, що принесло свої результати у процесі відновлювальної роботи.

Методом кореляційного аналзіу ми емпірично доказово простежили, що всі сторони мовлення є взаємозалежними. Після цього можна стверджувати, що роботу із пацієнтами слід починати задіюючи ту сторону мовлення, яка збереглась найбільше.

Нами спостерігався чіткий взаємозвязок показника збереження розуміння мовлення із показниками відновлення власного мовлення, письма та читання. Згідно із результатами кореляційного аналізу в експериментальній групі осіб з

порушеннями мовлення внаслідок уражень головного мозку виявлений прямий кореляційний взаємозвязок між показниками розуміння мовлення та власне мовлення (r = 0,77) , високі показники розуміння мовлення впливає на швидший розвиток власного мовлення, тобто чим вищий показник збереження розуміння мовлення, тим швидше та ефективніше відбувається відновлення власного експресивного мовлення. Отриманий кореляційний зв'язок між показниками розуміння мовлення та письмо (r=0,86), це свідчить, про те , що високі показники збереження імпресивного мовлення позитивно впливають на швидкість та ефективність відновлення письма. Встановлений також прямий кореляційний зв'язок між показником розуміння мовлення та читання (r=0,91) , що свідчить про те, що високі показники розуміння мовлення сприяють кращому відновленню читання.

Таким чином, практика корекції порушень мовлення доводить, що усі сторони мовлення є взаємозалежні. Це твердження є хорошою підказкою для афазіологів, адже це напряму доказує, що відновлення мовлення потрібно починати задіюючи ту сторону мовлення, яка збереглась найбільше. Також використовуючи метод порівняння ми довели результативність нашої роботи. Це свідчить про те, що пацієнти з афазією потребують відновлювальної роботи , як мовленнєвої, так і фізичної. Адже основним завданням реабілітації є повернення осіб до початково стану. А повернення чи адаптація пацієнтів до звичного життя неможлива без роботи мультидисциплінарної команди з необхідною кількістю спеціалістів.

Список посилань:

1. Булахова Л. О., Булагова Л.О., Саган О.М. Довідник дитячого психіатра та невропатолога. Київ: Здоров'я, 1985.

2. Зіганов М. Мнемотехніка. Запам’ятовування на основі візуального мислення. Київ : «Школа раціонального читання», 2000. 124с.

3. Сулятицький І.В. Кравець Я.Г. Соціопсихологічні засади роботи з афазією як типовим порушенням мовлення після інфаркту. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка.* Київ. ун-т ім.Б.Грінченка. Київ. ун-т ім.Б.Грінченка. 2018. № 30. С.86-93.

Павелко Ірина Іванівна

кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, Військова академія (м. Одеса)

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ УЧАСТІ У БОЙОВИХ ДІЯХ

Кожен має право мати майбутнє
яке не продиктоване минулим
Карен Сааквітне

Якщо раніше дослідження діяльності людини в екстремальних ситуаціях зводилася до вивчення умов і розробки рекомендацій щодо забезпечення

нормального рівню функціонування людини як ланки єдиної системи, від якої залежить її ефективність, то зараз важливим стає й питання: що відбувається з людиною після виконання завдань в умовах підвищеного ризику для життя і як сприяти ефективному відновленню боєздатності військовослужбовців.

В екстремальних (бойових) умовах, катастрофах, важких життєвих ситуаціях завжди виникає необхідність у пошуку нових способів подолання кризових станів. Саме в цей період людині особливо потрібна допомога, щоб знайти у собі власні ресурси й виробити нові стратегії для подолання кризи, заново відчути в себе бажання та сили жити далі, знайти у подіях, що відбулися особистий сенс.

Останнім часом комплекс заходів, які організуються з метою відновлення психічних і фізичних ресурсів військовослужбовців, називають психологічною реабілітацією, однак у цієї ситуації треба говорити про систему комплексної реабілітації, яка повинна надаватися інтегративне фахівцями різних спеціальностей – лікарями, психологами, соціальними працівниками, священнослужителями. Основне призначення комплексної реабілітації – допомогти постраждалим пройти через важкий кризовий стан, яким є стан травматичного стресу, забезпечивши не просто збереження особистості, а й природну тенденцію до соціальної активності та духовного розвитку.

Що стосується психологічного забезпечення відновлювального періоду, потрібне:

- інформування військовослужбовців про можливі негативні психологічні наслідки службової діяльності в екстремальних умовах та шляхи їхнього подолання.
- діагностика психічного стану особового складу, що складають групу ризику (ті, хто виконували найбільш складні і стресогенні завдання; переживали раніше психологічні проблеми; мали складне становище у родині; вперше брали участь у бойових діях; припустили при виконанні завдань серйозні помилки; виявилися ізольованими в системі спілкування групи (команди) у зв’язку з індивідуально-психологічними особливостями та ін.).
- психологічне консультування військовослужбовців з питань, що виникли у зв’язку з пережитими ними психологічними труднощами відновлювального періоду.
- психологічна і соціально-психологічна підтримка особам, які переживають труднощі відновлювального періоду.
- використання спеціалізованих психологічних методів, спрямованих на прискорення відновлювальних процесів (тренінг саморегулювання, групи інтенсивного спілкування та ін.) [1].

Психологічна травма є серйозною проблемою здоров'я людей, сімей і громад всієї країни, на території якої відбувалися бойові дії. Іноді наслідки травми відчуваються не лише тижні, місяці, а й навіть роки після травматичної події.

Враховуючи досвід різних країн у реабілітації військовослужбовців після участі у бойових діях, очікується, що 30% солдатів можуть мати згодом посттравматичний стресовий розлад, відстрочений посттравматичний

стресовий розлад або комплексний посттравматичний стресовий розлад.

Наприклад, за даними канадських дослідників із 30 000 канадських військовослужбовців, які були направлені до Афганістану у 2011 році, 2 750 військовослужбовців у наступні п'ять років страждали від важкого ПТСР, а 6 000 страждатимуть на інші психічні захворювання. Згодом, як вказують канадські дослідники, три чверті ветеранів, які беруть участь у програмах реабілітації VAC (у справах ветеранів Канади) після лікування фізичних травм страждають від проблем із психічним здоров'ям. Також відзначається, що у жінок симптоми ПТСР виникали вдвічі частіше, ніж у чоловіків [3].

Але не менш важливе, щоб знаннями щодо психології травмованої людини також володіли фахівці, які у подальшому будуть надавати послуги у секторі охорони здоров’я, тому що травма це не тільки проблема психічного здоров’я.

Враховуючи величезний вплив, який травма має на здоров’я, важливо щоб фахівці, що надають медичні і соціальних послуг мали базове розуміння травми, могли розпізнавати симптоми травми, і розуміли роль, яку вони відіграють у підтримці відновлення.

Травма настільки поширена, що лікарі, повинні припустити, що багато людей, яки до них звертаються, так чи інакше постраждали від травми. Хоча травма часто є основною причиною багатьох проблем, медичні працівники часто не можуть встановити зв’язок між травмою та проблемами їх пацієнтів.

З моменту виникнення травми люди можуть відчувати її вплив на всіх етапах їхнього життя та у повсякденній діяльності – вихованні дітей, роботі, спілкуванні та міжособистісних стосунках. Слід зазначити, що більшості людей, які пережили травматичні події, у подальшому можуть з цим впоратися, однак, для деяких людей погане психічне та фізичне здоров'я, депресія і тривога може стати серйозним викликом.

Також люди, які пережили травму, ризикують бути повторно травмовані у соціальній службі та закладі охорони здоров’я, тому що відсутність знань і розуміння впливу травми можуть перешкодити наданню ефективної допомоги і втручання.

Для уникнення повторної травматизації існують політика мінімізації можливості повторної травматизації, а саме, підтримуюча емоційно безпечна програма, яка уникає мимовільних або потенційно примусових дій лікування.

Необхідне звернути увагу, що у людей з посттравматичним стресовим розладом протягом життя спостерігається підвищений рівень супутніх розладів. Зокрема, серед чоловіків із ПТСР високий відсоток зловживання алкоголем або інші види залежності. Зловживання психоактивними речовинами дуже поширене серед людей, які пережили травму, тому що це швидкий спосіб заціпеніння почуттів (онемения почуттів) і уникнення глибокого емоційного болю та страждань. Якщо залежність присутня, оцінка повинна враховувати будь-які наявні травматичні впливи.

Згідно травма-інформірованого підходу, з людьми які постраждали від травми, доцільно та бажано використовувати стратегію, що заснована на сильних сторонах особистості постраждалих. Взагалі, зосередження уваги на сильних, а не на слабких сторонах – це основний принцип роботи з усіма, але

особливо з людьми, які пережили травму і можуть вважати себе за своєю природою слабкими через свій досвід. Робота на основі сильних сторін є перспективною, а також є частиною процесу встановлення довіри у відносинах.

Необхідне звернути увагу, що у підходах орієнтованих на травмі, зміщується парадигма – від «хвороби» до «впливу» і розмова ведеться не з питання «Що з тобою не так?» а з питання «Що з тобою трапилося?» [4].

Це перекликається з методом аксіопсихотерапії В.В. Рибалка [3], що вивчає ціннісну сферу особистості та саму особистість як цінність. Справа в тому, що в кризових станах особистості особливо страждає психологічна, внутрішня і зовнішня діяльність, що веде до поетапного погіршення її ефективності як у внутрішньому, так і зовнішньому плані, розвивається психопатогенний процес, для якого властиве психічне напруження, дистрес, депресивне психічне замикання свідомості на потребово-афективному рівні, загострення акцентуацій і психосоматичних хвороб (різних для кожного типу темпераменту).

Згідно методологічних основ даного підходу, автор метода пропонує три взаємодоповнюючих напрямки аксіопсихотерапії за трьома вимірами психологічної структури особисті (I – соціально-психолого-індивідуальним; II – діяльнісним, III – генетичним). В ході психотерапії по кожному з трьох вимірів передбачається: використання розвиваючого, оздоровчого потенціалу, особистісного піднесення підв'язаного з переходом рівня психічної регуляції діяльності і поведінки особистості – з найнижчого, органічно-психічного рівня до індивідуально-психологічного, соціально-психологічного, філософськи-психологічного, і якщо необхідне, то й до релігійно-психологічного (якщо людина віруюча) і далі до культурно-психологічного рівня; управління процесами реконструкції та конструювання внутрішньої і зовнішньої реальності особистості – у разі її деструкції, падіння до рівня спонтанної психічної активності та її діяльнісного піднесення аж до усвідомлення своєї цінності; врахування генетичних ті вікових особливостей людини у контексті конкретної ситуації [2].

Зіткнення зі стихійними лихами, з жорстокістю, з нелюдкістю і з власним безсиллям призводять до зниження самооцінки, тому психологу слід пам'ятати, що людина після травматичного стресу, яка перебуває у стадії депресії, може переживати зниження цінності своєї особистості, почуття приниження її честі та гідності. Необхідне виявлення причин що призвели до депресії та вироблення адекватних дій по піднесенню особистості, починаючи з рівня аксіоцида (стан приниженої честі і гідності особистості) та аксіодепресії до більш високих рівнів – аксіоцентра, аксіонорми, за яких людина піклується про свою цінність, честь і гідність, поважаючи честь і гідність інших людей [2].

Фахівцям важливо знати, що люди, які пережили травму, можуть продовжувати не лише «переживати» травму, а й переживати те, що в літературі визначається як посттравматичний ріст.

Розуміння того, що це можливо, є важливим елементом, що сприяє вселенню надії. Дослідження показують, що від 30 до 70% людей, які пережили травму, також повідомляють про позитивні зміни та особистісне зростання, що

випливає з травматичного досвіду (Joseph & Butler, 2010). Посттравматичне зростання визначається як «досвід індивідуумів, розвиток яких, принаймні в деяких областях перевершив те, що було до того, як сталася криза. Людина не тільки вижила, але з нею відбулася зміна, яка вважається важливою і яка за межами статус-кво» (Tedeschi & Calhoun, 2004). Є люди, які описали глибокі зміни у своєму погляді на «відносини, як вони бачать себе і свою філософію життя» (Joseph & Linley, 2006) [4].

Важливо пам'ятати, що посттравматичний ріст не є прямим результатом травми, а скоріше пов'язаний з тим, як людина справлялася з переживанням травми. Дуже важливими для людей, які пережили травму і подальше зростання були стосунки, де вони відчували себе «вигодованими, звільненими або визнаними» і зазнали «справжнього прийняття з боку інших» (Woodward & Joseph, 2003). Здатність фахівця надавати допомогу та підтримати людину, яка пережила травму, шляхом активного, уважного та співчутливого слухання, може призвести до осмислення досвіду, який сприяє посттравматичному зростанню.

Також важливо враховувати, що навіть при наявності посттравматичного зростання, це не означає, що процес переживання травми повністю завершився. Оба можуть проходити одночасно. Посттравматичне зростання можна розглядати як результат, так і як процес. Мова йде швидше про надію, що людина, яка пережила травму, може не тільки вижити, але вона також може зазнати у результаті цього позитивні зміни у житті. Важливо приймати і пам'ятати, що посттравматичне зростання визначає не сама подія, яка стала причиною цього, а ті трансформації, які відбуваються всередині людини.

Важливу роль у цьому процесі можуть зіграти спеціалісти, які допомагають. Бесіди с людьми, які пережили травму, повинні бути неупередженими і відбуватися у контексті співчуття, співпереживання і людяності. Основна увага приділяється встановленню взаєморозуміння та взаємовідносин, а також здатності до виживання та зцілення.

Відновлення психічного здоров'я – це зцілення і перетворення людини до рівня психологічного здоров'я, яке дозволяє жити повноцінно та усвідомлено у суспільстві, при цьому реалізовувати свої цілі, бути впевненими у собі, вміти контролювати себе та свої емоції.

Список посилань:

1. Комплексна психофізична реабілітація військовослужбовців : монографія у 2 ч / І.І. Павелко, Н.А. Башавець [та ін.]; за ред. І.І Павелко, М.В. Тверезовського. Одеса: Військова академія, 2018. Ч.І. 346 с.

2. Рибалка В. Честь і гідність особистості як предмет діяльності практичного психолога. К.: Шк. світ, 2010.128 с.

3. Bensimon and Ruddell, Research brief: veterans in Canadian Correctional Systems, 2010, No. B-46.

4. Trauma-informed The Trauma Toolkit. Toronto: Klinic community Health Centre. Second Edition, 2013. Pp:135-140.

Пасічник Володимир Іванович
кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри військово-соціального та психологічного забезпечення оперативного факультету Національної академії Національної гвардії України (м. Харків)

ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВІ КОМПЕТЕНТНОСТІ КОМАНДИРА ВІЙСЬКОВОГО ПІДРОЗДІЛУ, ЯК СУБ'ЄКТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПІДЛЕГЛИМ

Аналіз досвіду виконання завдань за призначенням особовим складом військових формувань України під час АТО, ООС і в ході відсічі широкомасштабної збройної агресії Російської Федерації проти нашої держави свідчать про необхідність посилення уваги посадових осіб усіх рівнів до забезпечення надійності функціонування особистості в екстремальних умовах бойової діяльності. Одним з напрямів підвищення професійної і функціональної надійності учасників бойових дій, а відповідно й зниження психогенних втрат особового складу, є якісне, своєчасне та адекватне надання психологічної допомоги військовослужбовцям, які її потребують. Адже виконання бойових завдань в екстремальних умовах ніколи не проходить безслідно для психічного здоров'я людини. Питання тільки в ступені важкості та часі виникнення психогенних розладів. Це можуть бути як непатологічні психоемоційні реакції людини на екстремальну ситуацію, так і патологічні – психогенії.

У зв'язку із зазначеним актуально постає питання якісного удосконалення організації та реалізації практики надання відповідної психологічної допомоги учасникам бойових дій, що у значній мірі залежить від професійної підготовленості у цьому питанні командирів військових підрозділів. Тому обґрунтування переліку професійно-важливих компетентностей та визначення оптимальних шляхів їх формування у процесі професійної підготовки зазначених суб'єктів психологічної допомоги є актуальним науково-прикладним завданням. Його реалізація потребує поєднання теоретико-методичних положень психологічної науки з практикою посадових осіб, які здійснюють керівництво всебічним забезпеченням бойової діяльності особового складу військових формувань нашої країни.

При цьому вихідним є положення, що психічне здоров'я військовослужбовців є спільною відповідальністю кожного члена колективу, командування, фахівців морально-психологічного забезпечення і медичної служби. А головною умовою ефективності надання психологічної допомоги військовослужбовцям – поєднання методів і процедур спеціалізованого психологічного впливу, які здійснюють фахівці-психологи, з повсякденною організаторською і педагогічною діяльністю всіх інших суб'єктів психологічного забезпечення. *До суб'єктів психологічного забезпечення належать посадові особи структурних підрозділів складових сектору безпеки та оборони України, призначені для керівництва, організації та здійснення*

психологічного забезпечення. Тобто до них, безумовно, відносяться і командири військових підрозділів, адже надання психологічної допомоги особовому складу включає поряд з психологічними, медичними також і організаційні аспекти. Тому будь-який військовий керівник має бути компетентним щодо планування та здійснення необхідних організаційних заходів психологічної допомоги, відповідних тій ситуації, яка склалась. Він також має бути здатний компетентно встановити серед своїх безпосередніх підлеглих тих, хто має явні ознаки психічних порушень та уміти особисто надати їм, за наявної можливості, адекватну екстрену (первинну) психологічну допомогу відповідно до науково-методичних положень щодо її здійснення, а також навчати підлеглих практиці надання такої допомоги товаришам і самому собі.

Отже, щоб досягти ефективності надання психологічної допомоги особовому складу підрозділу командир має у необхідному обсязі та на прийнятному рівні володіти теоретико-методичними компетентностями у цій сфері, розумітися на організаційних аспектах побудови діяльності з реалізації завдань психологічної допомоги в існуючому полі вимог керівних документів, та враховувати ситуативні аспекти, пов’язані з особливостями виконання підрозділом бойових завдань за призначенням і наявними характеристиками елементів існуючої системи психологічної допомоги.

Результати проведеного нами наукового дослідження дозволили конкретизувати той найбільш важливий перелік зазначених компетентностей, які складають теоретико-методичну, організаційну та реалізаційну складові діяльності командира з якісного виконання завдань психологічної допомоги підлеглому особовому складу. Їх сформованість дозволяє досягти чіткого усвідомлення командиром підрозділу своєї ролі й місця у досягненні мети психологічної допомоги, а також якісного виконання цієї ролі.

Так, для прикладу наведемо по дві компетентності, які стосуються теоретико-методичної, організаційної та реалізаційної складових якісного виконання завдань психологічної допомоги підлеглому особовому складу.

Теоретико-методична складова:

– чітке уявлення про сутність, спрямованість та основні способи психологічної підтримки особового складу;

– усвідомлення сутності, основних завдань, принципів та способів психологічної реабілітації.

Організаційна складова:

– розуміння сутності організації надання психологічної допомоги особовому складу та знання основних вимог керівних документів щодо організації та здійснення психологічної допомоги;

– усвідомлення ролі якісної організації психологічної підготовки особового складу до бойових дій у підтриманні психічного здоров’я військовослужбовців.

Реалізаційна складова:

– знання симптоматики прояву психогенних розладів, пов'язаних з виконанням бойових завдань, що диференціюються за умовами й часом їх появи;

– здатність до професійного самовдосконалення у сфері організації та методики надання психологічної допомоги підлеглому особовому складу, підвищення рівня поінформованості щодо реалізації заходів з підтримання психічного здоров'я військовослужбовців та використання у власній практиці роботи з надання психологічної допомоги сучасних науково-методичних джерел.

Орієнтування на зазначений перелік компетентностей, які складають теоретико-методичну, організаційну та реалізаційну складові діяльності командира підрозділу з якісного виконання завдань психологічної допомоги підлеглому особовому складу, доцільне як у процесі його професіоналізації, так і при проведенні атестувань офіцерського складу, а також визначенні відповідними посадовими особами питань їх професійного самовдосконалення й ін.

Пахомов Ілля Володимирович
старший викладач кафедри психології Академії Державної пенітенціарної служби України (м. Чернігів)

ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА ПСИХОЛОГІВ УСТАНОВ ВИКОНАННЯ ПОКАРАНЬ ТА СЛІДЧИХ ІЗОЛЯТОРІВ

Основним завданням Державної кримінально-виконавчої служби України є виправлення та ресоціалізація засуджених. Вона передбачає позитивні зміни особистості засуджених, які створюють у них готовність до самокерованої правослухняної поведінки. Велику роль в цьому грають практичні психологи відділів соціально-виховної та психологічної роботи із засудженими, а також відділів роботи з персоналом установ виконання покарань (далі – УВП) та слідчих ізоляторів (далі – СІЗО), які проводять з ними психодіагностичні, психопрофілактичні, психокорекційні, психопросвітницькі та психоконсультативні заходи.

Первинна професійна підготовка та підвищення кваліфікації психологів УВП та СІЗО багато років здійснюється в Академії державної пенітенціарної служби України. Актуальність її проведення передбачає формування компетентностей, необхідних для реалізації державної політики у сфері виконання покарань в УВП та СІЗО, а також ознайомлення з сучасними методиками, технологіями, формами та методами професійної діяльності психолога в умовах реформування пенітенціарної системи України.

В процесі професійної підготовки психологи УВП та СІЗО здобувають та систематизують сучасні знання у сфері проведення психологічної діагностики, психологічної допомоги, корекційної, психотерапевтичної, тренінгової та консультативної роботи щодо засуджених (осіб, взятих під варту) та персоналу. Також вони отримують знання із сучасного кримінального, кримінально-виконавчого, кримінального процесуального й іншого галузевого законодавства під час виконання та відбування кримінальних покарань (запобіжного заходу у

вигляді тримання під вартою), міжнародної практики виконання покарань та міжнародно-правових норм. Це створює у них передумови для морально-етичного розвитку особистості, вдосконалення навичок професійної комунікації, ефективного управління, збереження психологічного здоров'я; когнітивні, емоційні, вольові та мотиваційні передумови для подальшої самоактуалізації, самоосвіти, саморозвитку, самореалізації.

Освітній процес психологів УВП та СІЗО підпорядковується наступним загальнодидактичним та андрагогічним принципам: комплексності, послідовності, диференціації; спрямованості на формування професійних компетентностей; формування свідомого прагнення до постійного самовдосконалення та професійного розвитку; практичної спрямованості, орієнтації на розвиток умінь і навичок, необхідних у повсякденному виконанні службових (посадових) обов'язків; відповідності нормативно-правовим актам у сфері професійної діяльності.

Формування професійних компетентностей психологів УВП та СІЗО відбувається в процесі вивчення комплексу навчальних дисциплін, які розділені на змістовні модулі, що передбачають навчання слухачів за загальною, функціональною та галузевою складовою.

Навчання за загальною складовою передбачає формування компетентностей щодо: кримінального та кримінально-виконавчого законодавства та кримінології, удосконалення знань, умінь і навичок у вирішенні правових, соціально-гуманітарних та інших питань професійної діяльності психологів УВП та СІЗО.

Навчання за функціональною складовою передбачає формування компетентностей щодо: професійних якостей психолога, особливостей його професійного спілкування, діяльності щодо вивчення факторів ризику вчинення повторного кримінального правопорушення, консультативної психодіагностичної та корекційної роботи психолога.

Навчання за галузевою складовою передбачає формування компетентностей щодо: роботи із засудженими, схильними до суїциду, конфліктів та групових ексцесів у середовищі засуджених, стійкості персоналу до дій в екстремальних ситуаціях, професійної деформації та ін.

Нормативний термін навчання складає: 30 днів (180 навчальних годин, 6 кредитів ЄКТС) (первинна професійна підготовка) та 12 діб (80 навчальних годин, 2,7 кредити ЄКТС) (підвищення кваліфікації).

Враховуючи військовий стан, освітній процес відбувається шляхом використання дистанційних технологій навчання на основі застосування інформаційно-комунікаційних технологій (комунікаційна платформа Zoom). Не зважаючи на он-лайн формат освітнього процесу, викладачі широко застосовують інтерактивні методи навчання: інформаційне повідомлення, презентація, мозковий штурм, робота в групах, кейс-стаді, рольова гра тощо. Це значно пожвавлює заняття, збільшує рівень навчальної мотивації слухачів, підвищує рівень сформованості професійних компетентностей.

Первинну професійну підготовку проходять новоприйняті на посаду

психологи УВП та СІЗО, підвищення кваліфікації – психологи, які вже проходили її кожні три роки (наказ Міністерства юстиції України від 26.12.2018 р. № 4091/5 «Про затвердження Положення про проходження первинної професійної підготовки та підвищення кваліфікації особами рядового і начальницького складу Державної кримінально-виконавчої служби України») [1].

Освітній процес передбачає запровадження системи організаційно-методичних та педагогічних заходів, спрямованих на формування у слухачів належних професійних компетентностей: правової, комунікативної, соціально-громадянської та фахової.

Психологи УВП та СІЗО повинні знати основи кримінально-виконавчого права, яке регламентують їх діяльність. В рамках правової компетентності у психологів УВП та СІЗО формується: повага до честі і гідності людини як найвищої соціальної цінності, розуміння їх правової природи; здатність застосовувати знання принципів і норм національного права під час виконання завдань щодо вивчення засуджених та осіб, взятих під варту, з метою зменшення негативного впливу на особистість від перебування в умовах ізоляції від суспільства; вміння реалізувати міжнародні стандарти прав людини у процесі надання психологічної допомоги засудженим та особам, взятим під варту.

Більшість часу психологи УВП та СІЗО приділяють професійному спілкуванню із засудженими та персоналом, тому особливо важливою для них є комунікативна компетентність. Вона передбачає: володіння системними знаннями про норми і типи ділового спілкування в процесі організації колективної та індивідуальної діяльності; вміння вислуховувати, відстоювати власну позицію, використовуючи різні прийоми розміркувань та аргументації; розвиненість культури ділового спілкування, здатність досягати результатів засобами продуктивної комунікативної взаємодії (відповідних знань, вербальних і невербальних умінь і навичок залежно від комунікативно-діяльнісних ситуацій.

Враховуючи те, що психологи УВП та СІЗО є свідомими громадянами України, у них також повинна бути сформована і соціально-громадянська компетентність. Вона передбачає: розуміння сутності громадянського суспільства, володіння знаннями про права і свободи людини, усвідомлення проблем у кримінально-виконавчій сфері і можливостей власної участі у їх вирішенні, усвідомлення громадянського обов'язку та почуття власної гідності, вміння визначати проблемні питання у соціокультурній, професійній сферах життєдіяльності людини та віднаходити шляхи їх вирішення, навички ефективної та конструктивної участі в суспільному розвитку, здатність до ефективної командної роботи, вміння запобігати та розв'язувати конфлікти, досягаючи компромісів.

Звичайно, найбільш важливою для психологів УВП та СІЗО є фахова компетентність: здатність опановувати нові знання, методичні розробки, психокорекційні програми, що накопичені в міжнародній психологічній

практиці; використовувати інноваційні технології у професійній діяльності; планувати, організовувати та робити психодіагностичне обстеження; обирати і застосувати валідні й надійні методики дослідження та техніки на практиці; здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та профілактичну з використанням науково верифікованих методів і технік; володіти методикою оцінки ризиків вчинення повторного кримінального порушення; організовувати та реалізовувати просвітницьку й освітню діяльність для різних категорій засуджених і персоналу УВП та СІЗО; приймати фахові рішення в екстремальних ситуаціях; дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та етичних засад роботи психолога УВП та СІЗО.

В процесі та наприкінці освітнього процесу проводиться поточна та підсумкова діагностика сформованості професійних компетентностей психологів УВП та СІЗО.

Контроль результатів навчання психологів проводиться відповідно до основних педагогічних принципів контролю: індивідуальності перевірки й оцінки результатів навчання; систематичності та регулярності перевірок і оцінювання; урізноманітнення методів і форм контролю; всебічності і повноти контролю та оцінювання; об'єктивності контролю та оцінювання; єдності вимог до контролю; гуманності, доброзичливості та гласності.

Основними видами контролю є поточний та підсумковий. Метою контролю за результатами навчання є оцінка засвоєних знань та умінь, перевірка розуміння та засвоєння навчального матеріалу модулів, здатності застосовувати отримані знання при вирішенні професійних завдань.

Поточний контроль, як правило, проводиться з метою визначення ступеня досягнення навчальних цілей певної теми чи модулю, може здійснюватися письмово чи усно. Підсумковий контроль за програмою підвищення кваліфікації здійснюється шляхом складання слухачами підсумкового заліку.

Психологам, які успішно закінчили навчання за програмою і успішно склали підсумковий контроль, Академія Державної пенітенціарної служби України оформляє та видає сертифікати за формою, встановленою наказом Міністерства юстиції України від 26.12.2020 № 4091/5 «Про затвердження Положення про проходження первинної професійної підготовки та підвищення кваліфікації особами рядового і начальницького складу Державної кримінально-виконавчої служби України», зареєстрованим у Міністерстві юстиції України 27.12.2018 за № 1496/32948 [1].

З метою формування у психологів УВП та СІЗО професійних компетентностей викладачами Академії Державної пенітенціарної служби» створені декілька навчальних посібників [2-5].

Таким чином, формування у психологів УВП та СІЗО професійної компетентності є пріоритетним завданням Академії Державної пенітенціарної служби, яке реалізується викладачами різних кафедр із застосуванням сучасних інтерактивних методів навчання та навчально-методичного забезпечення.

Список посилань:

1. Про затвердження Положення про проходження первинної професійної підготовки та підвищення кваліфікації особами рядового і начальницького складу Державної кримінально-виконавчої служби України: наказ Міністерства юстиції України від 26.12.2018 № 4091/5 (зареєстровано у Міністерстві юстиції України 27.12.2018 за № 1496/3294).

2. Академічний курс кримінально-виконавчої психології: підручник /за заг. ред. Бочелюка В. Й. Чернігів: Десна, 2019. 608 с.

3. Замула С. Ю. Профілактика впливу кримінальної субкультури на неповнолітніх засуджених у спеціальних виховних установах: навч.-метод. посібник. Біла Церква, 2011. 240 с.

4. Курс лекцій з модуля професійно-психологічної компетентності / уклад. Єфремов А. М., Клочко І. М. Біла Церква: БЦ ППП ДКВС України, 2019. 176 с.

5. Чебоненко С. О. Пенітенціарна психологія: навчальний посібник. Чернігів, 2011. 219 с.

Пащенко Андрій Олександрович
старший викладач кафедри психології та педагогіки, Національна академія Національної гвардії України (м. Харків)

Ларіонов Станіслав Олександрович
кандидат психологічних наук, доцент, начальник кафедри психології та педагогіки Національна академія Національної гвардії України (м. Харків)

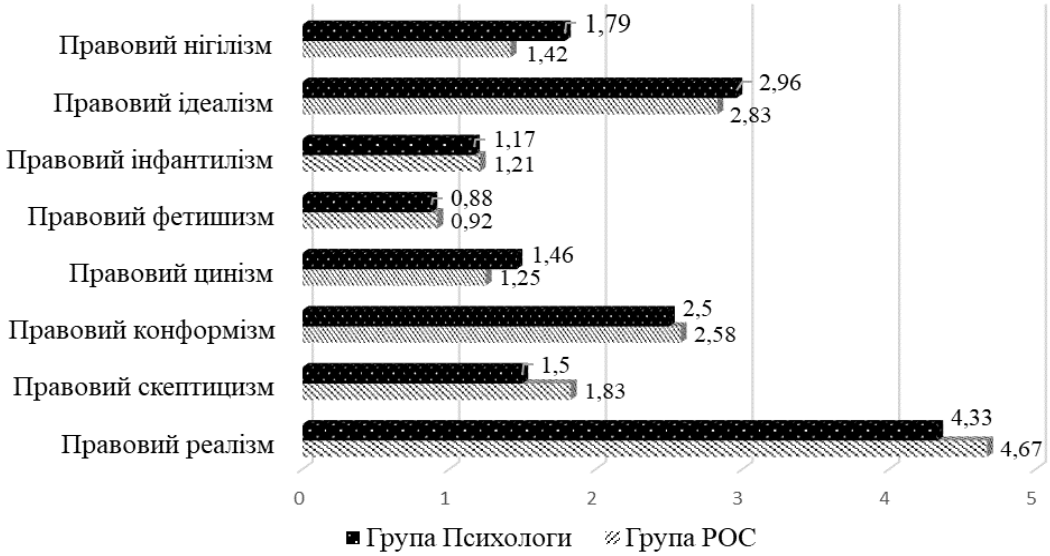
ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕНЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ ДО ДЕЛІНКВЕНТНОЇ ПОВЕДІНКИ

Останнім часом рівень військової дисципліни в підрозділах Національної гвардії України погіршився, тому виникла нагальна потреба провести вибіркове анонімне опитування серед військовослужбовців щодо особливостей правосвідомості та ставлення до проявів делінквентної поведінки.

Проведене дослідження охопило 48 військовослужбовців НГУ, які проходять навчання на різних спеціальностях, а саме 254 Забезпечення військ (сил) (24 курсанти), 053 Психологія (24 курсанти), групи одного року навчання.

За допомогою методики «Ставлення до права» Безносова С.П., проведено дослідження правової свідомості особистості. В залежності від сполучення когнітивних, емоційних, поведінкових та оціночних компонентів відношення визначені інтегральні особливості курсантів, які відображаються у восьмих видах правосвідомості [1]. Результати у балах представлені у діаграмі 1.

Діаграма 1 – Особливості ставлення курсантів до права



Аналізуючи наведені у діаграмі дані, можна зробити узагальнення щодо особливостей ставлення до права у групах досліджуваних курсантів:

1. У обох групах курсантів домінує правовий реалізм, у групі РОС (4,67) та дещо менше у групі психологів (4,33), що свідчить про чітке розуміння важливості дотримання правових норм, побудову юридично обумовлених життєвих відносин, толерантності до правової системи держави та приналежність себе до правоохоронної системи, як майбутніх офіцерів НГУ.

Також, спільним для обох груп є переваги правового ідеалізму, дещо більші показники у групи психологів (2,96), ніж у групи РОС (2,83), що може вказувати на ідейність верховенства права в державі та переконання позитивного зростання та розвитку правового суспільства.

Високі показники результатів у обох групах, зафіксовані за шкалою правовий конформізм, курсанти РОС (2,58) та у групи психологів (2,50), показники можуть свідчити про визнання влади правової системи в суспільстві та неухильного додержання порядку і правил обумовлених військовим середовищем.

2. Найменш виражені середні показники у групі психологів (0,88) та групи РОС (0,92) за шкалою правового фетишизму, це свідчить про відчуття «сили закону», довіру до існуючої правової системи та чіткого визначення з власним місцем у ній.

3. У показниках дослідження прослідковується різниця за шкалою правовий нігілізм серед хлопців (2,04) та дівчат (1,09), що вказує на більш ціннісне відношення жінок до правових відносин в колективі та визнання їх основоположними регуляторами взаємин.

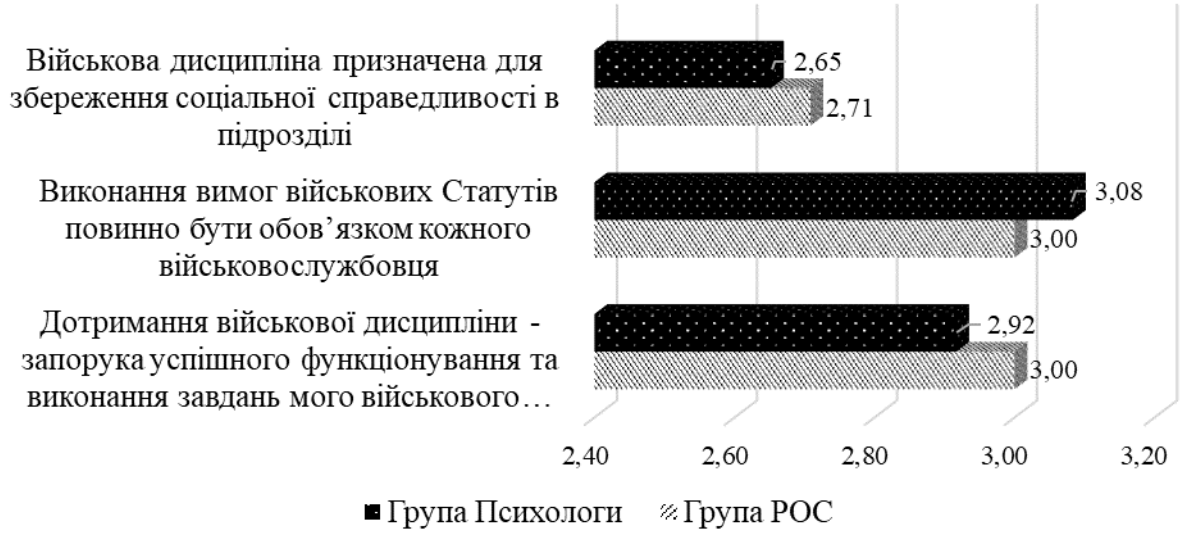
Разом з тим, змістовні особливості правосвідомості курсантів вивчались за допомогою авторської анкети, розробленої на основі теорії структури правосвідомості О.А. Гулевич. У структурі правосвідомості вона виокремлювала атитюди по відношенню до: закону, злочинів та злочинців, покаранню, працівникам правоохоронних інститутів. Кожна тематична галузь

атитюдів містить три компоненти: когнітивний (змістовний, оцінний – уявлення про об'єкти та їх когнітивна оцінка), аффективний (енергетичний, почуття по відношенню до об'єктів) та поведінковий (наміри вести себе певним чином при взаємодії з об'єктом) [2].

При складанні анкети були використані 5-ти бальні шкали (оцінки від -2 до +2), які потім нормувались у діапазоні від 0 до 4 балів.

До першого блоку анкети увійшли три питання, які відображають атитюди курсантів до закону як суспільного явища та по відношенню до самих себе як об'єктів закону. З діаграми 2 видно, що обидві групи респондентів мають високі бали, група РОС (2,75, 3,00, 3,00) та група Психологів (2,65, 3,08, 2,92), що свідчать про загалом визнання необхідності дотримання правил досліджуваними. Можемо припустити, що таке відношення до недопущення делінквентної поведінки було сформовано насамперед самостійним та свідомим вибором військової професії, набутими знаннями у юридичній сфері та отриманим життєвим досвідом співіснування у військовому колективі та середовищі. Відповідно до результатів дослідження різниці у показниках хлопців та дівчат немає.

Діаграма 2 - Порівняльна характеристика ставлення до дотримання законів курсантами



Запитання другого блоку анкети були направлені на правову активність курсантів та їх готовність приймати участь у діяльності щодо реалізації законності.

Результати найбільш значимої правової активності та відмінності між групами респондентів ми можемо побачити на діаграмі 3.

Діаграма 3 - Порівняльна характеристика правової активності курсантів

З діаграми 3 видно, що у військовослужбовців групи РОС в 1,5 рази більша правова активність ніж у групи Психологів. Розберемо кожний аспект окремо. Не залишатись осторонь, коли будуть шукати свідків правопорушення, показники групи РОС (2,50), в той же час, показники групи Психологів на 30% менші і становлять (1,75), що може вказувати на більшу поінформованістю курсантів РОС у проведенні службових розслідувань, порядку проходження процедури надання пояснень та більш чіткого усвідомлення важливості наявності свідка або свідків події.

Критичне значення результатів у групи РОС (3,17) набуло питання: Побачивши, почувши про наміри товаришів по службі вжити наркотичні речовини, я доповім командирові, а у групи Психологів показник майже на 50 відсотків менший (1,70), можемо припустити, що у курсантів психологів був більший життєвий досвід вживання наркотичних речовин, пережитий випадок притягнення одногрупників до відповідальності за вживання наркотичних речовин, власні переживання за їх покарання та краща згуртованість власного колективу.

Наступним значимим фактором для групи РОС (2,83) є безпідставна відсутність у розташуванні свого товариша по службі, значно менший результат у групи Психологів (1,67), що вказує на різність функціональних обов'язків майбутньої посади, заступники командира підрозділу по роботі з

особовим складом несуть особисту відповідальність за самовільне залишення місця служби на відміну від психологів, які надають командирам підрозділів практичні рекомендацій щодо подальшого проходження служби військовослужбовцем.

В якості висновків зауважено наступне.

1. За допомогою методики «Ставлення до права» Безносова С.П. встановлено досить високий рівень правової свідомості серед досліджуваних груп військовослужбовців, який обумовлений самостійним вибором професії правоохоронця, відчуттям самоповаги за особисту дисциплінованість, розумінням ймовірної відповідальності та груповою згуртованістю колективів.

2. Спільними факторами неадекватності розуміння делінквентної поведінки у груп є: незрозумілість колективного покарання, невдоволеність відсутності адекватного покарання правопорушників, непропорційність покарання правопорушенню, випадки непокарання винних. Також визначено значний вплив

Список посилань:

1. Борець Ю.В. Психологічні особливості громадянської компетентності майбутніх фахівців соціономічного профілю : дис. ... канд. психол. н. : 19.00.05; Чернігів : ЧНПУ ім. Т. Шевченка, 2016. 209 с.

2. Настояща У.В. Психологічні аспекти правової свідомості як детермінанти особистості співробітника Державної кримінально-виконавчої служби України. *Кримінально-виконавча система: Вчора. Сьогодні. Завтра*. 2018. №. 1. С. 182-197.

Пономаренко Яна Сергіївна

кандидатка психологічних наук, доцентка кафедри соціології та психології факультету №6 Харківського національного університету внутрішніх справ (м. Харків)

РОЛЬ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО ЛІДЕРСТВА В ПЕРІОД КРИЗИ

Лідерство в поліції є доволі частою темою наукових пошуків, головна мета яких – вдосконалення роботи поліцейських органів. Ефективне лідерство виступає плацдармом при втіленні організаційних змін й особливо є значущим в кризових умовах. Успішне лідерство в поліції є можливістю зберегти у працівників єдність й стійкість при виконанні обов’язків, всупереч складним обставинам та подіям. Реалії сьогодення посилили потребу у ґрунтовному дослідженні даної проблеми, особливо, зважаючи на виклики та труднощі, з якими стикнулося українське суспільство. Поліцейське лідерство – це позитивна характеристика, яка спонукає людей добровільно співпрацювати з поліцією, довіряти їй, без примусу чи страху бути покараним. На наш погляд, роль справжнього поліцейського лідерства полягає в здатності керівництва отримати від свого підлеглого найвищу якість послуг, яку він або вона здатні надати.

Варто наголосити, що ефективність поліцейського лідерства абсолютно виключає використання повноважень чи наказів через погрози чи залякування. Інакше кажучи, можна сказати, що служба поліції може собі цілком функціонувати, навіть без ефективного лідера, оскільки незалежний характер даної організації дає можливість офіцеру поліції або слідувати за лідером, або не слідувати йому. Лідерство в поліції – це здатність впливати на людей, щоб вони співпрацювали для досягнення якоїсь спільної корисної мети таким чином, щоб викликати їхню покору, довіру та лояльність. Ми вважаємо, що справжній лідер або лідерка повинні уміти розуміти людські емоції та поводитися з кожною людиною індивідуально.

Керувати можуть всі, однак стати лідерами можуть одиниці. Розвиток лідерських здібностей значною мірою залежить від амбіцій людини, її рішучості та бажанні стати саме «лідером», а не «злим босом» чи «прискіпливим наглядачем». В науковій літературі представлена безліч визначень поняття лідерства. Деякі науковці розглядають лідерство як центр групових процесів. З цієї точки зору лідер знаходиться в центрі групових змін й втілює волю групи. Інша група визначень концептуального лідерства з точки зору особистості, яка припускає, що лідерство є комбінацією особливих рис або характеристик, якими володіють індивіди, і які дозволяють їм залучати інших для виконання завдань. Інші підходи до лідерства визначили його як вчинок або поведінку, тобто те, що лідери роблять, щоб викликати зміни в групі.

У зв’язку з такою тенденцією, можна сказати, що в практиці доволі часто можна зустріти дві найбільш поширені форми лідерства в поліції. З точки зору формальних ознак лідерства, то воно буває «призначене лідерство», коли лідера призначають на посаду без врахування його лідерських якостей. Тобто, «призначена» людина не завжди може стати істинним лідером чи лідеркою, який/яка здобуде визнання й повагу у колективі. Друга форма, свідчить про неформальне лідерство, тоді коли людину поважають та довіряють не лише через займану посаду, а завдяки її особистісним якостям. Поєднання даних двох типів, можливе, однак потребує врахування не лише статусу людини, а й лідерських та особистісних характеристик.

Крім того, лідерство в літературі було визначено в термінах щодо відносин влади, які існують між лідерами та послідовниками. З цієї точки зору, лідери мають владу та володіють нею, щоб вплинути на зміни в інших. Деякі розглядають лідерство як інструмент досягнення мети, допомагаючи групі члени досягають своїх цілей й задовольняють свої потреби. Ця точка зору включає лідерство, яке допомагає краще розгледіти, змоделювати роль та індивідуальний підхід до кожного працівника. І наостанок, деякі вчені розуміють лідерство з точки зору навичок, рис чи компетенцій.

В закордонних студіях зазначається, що лідерство відіграє значущу роль в соціальній взаємодії. Вчені сходяться у думці, що саме лідерська ідентичність сприяє вибудовуванню якісної комунікації, котра забезпечує продуктивне виконання професійних обов’язків та позитивно налаштовує громадян сприймати поліцейських. Резюмуючи, можна сказати, що лідер – це в першу чергу

харизматична, цікава людина, які слідує своїм ідеалам, піклується про себе та навколишніх [4]. Українські вчені звітують, що лідерство в поліції є багатокомпонентним феноменом, який вміщує в собі окрім харизматичних рис, набір професійних та психологічних компетенцій [1].

Ця точка зору закордонних та українських колег підкреслює здібності знання та недоліки, які роблять можливим ефективне лідерство. Незважаючи на безліч способів концептуалізації лідерства, наступні компоненти можна визначити як центральні у феномені лідерства (рис.1).

Рис. 1. Центральні компоненти у феномені поліцейського лідерства.

Виходячи з цих компонентів, пропонуємо визначення поняттю «поліцейського лідерства». Поліцейське лідерство – це процес, завдяки якому особа схильна впливати на людини чи групу осіб заради досягнення їх спільної мети. Подібне тлумачення поліцейського лідерства як процесу вказує, що це не просто риса чи характеристика, яка властива лідерові, а це своєрідна взаємодія між лідером/лідеркою та послідовниками. Процес передбачає, що лідер впливає на послідовників і на нього впливають послідовники. Ми впевнені, що поліцейське лідерство це не односторонній процес, це радше діалогова взаємодія. У такій взаємодії, лідерство стає доступним й не обмежується лише формальністю [2, с.100].

Стосунки в колективі є важливим фактором у поліцейській діяльності. Підтримка підлеглих з боку керівників-лідерів здатна посилити довірливі стосунки в колективі, покращити комунікацію та збільшити ефективність. До таких висновків дійшов M. Issah. Дослідник слушно зазначає, що лідерство містить складний набір різних форм поведінки та являє собою процес від простого формального лідерства до відчуття поваги та довіри з боку підлеглих [3].

І на завершення варто вказати, що не менш важливу роль в даному питанні відіграє стиль керівництва, який панує в поліції. В науковому обігу доволі часто можна зустріти інформацію, що в поліції імовірніше використовується автократичний або авторитарний стиль керівництва. У емпіричних висновках, можна побачити, що такий стиль призводить до більшої ворожості та зниження

моралі, але своєю чергою сприяє підвищенню якості роботи. Автократичне лідерство, на думку фахівців, є найбільш доречним в умовах криз, тоді як демократичний стиль буде більш ефективним у ситуаціях, коли треба надихнути колег на досягнення суспільно-важливої мети.

Пропонуємо, більш детально розглянути три стилі поліцейського лідерства, які доволі часто використовують в кризовий період в суспільстві:

•*Автократичний стиль*. Даний стиль найбільш розповсюджений в поліцейській практиці. Він являє собою авторитарний характер роботи, при якому лідер/лідерка самостійно приймає практично всі рішення, контролює результат та не враховує думки навколишніх. Хоча у військовий стан цей стиль є найменш сприятливий. Керівники поліції надають накази тим, хто безпосередньо буде працювати в «гарячих» та небезпечних точках. Звідси, важливо дати змогу підлеглим самостійно зорієнтуватися в небезпечній ситуації, тобто дати можливість зробити свій внесок, це допоможе їм відчувати свою цінність та бути більш ефективними.

•*Стиль «laissez-faire»* або принцип невтручання. Цей стиль є прямою протилежністю автократичному стилю. Лідери, які використовують стиль лідерства «laissez-faire», самі воліють не приймати рішення, а перекладають його прийняття на підлеглих. Що стосується поліцейського лідерства, то такий підхід, на нашу думку, є не доречним в даній службі, адже надання цілковитої свободи дій здатне призвести до непоправних наслідків. Метою такого стилю в поліції є імовірніше вмотивувати працівників бути самостійними, а не перекласти на них свою відповідальність.

•*Трансформаційний стиль*. Даний стиль, на нашу думку, є найбільш оптимальним в поліцейській практиці, особливо в складних професійних умовах. Трансформаційний лідер використовує свою харизму, з метою налагодження доброзичливих стосунків, що збільшує мотивацію підлеглих. Такий лідер чи лідерка цікавляться проблемами своїх колег, пояснюють, допомагають, персоналізують свій підхід до кожного. Трансформаційний стиль керівництва націлений не лише на виконання обов’язків, а й направлений на задоволення потреб своїх працівників, збільшення продуктивності їх діяльності, стимулюванні реалізації особистісного потенціалу та креативності своїх кадрів, що свідчить про те, що такий стиль є оптимальним в поліції.

Такими, чином у світлі подій українського сьогодення, поліцейська служба повинна мати харизматичних лідерів, які будуть вселяти віру до них та до прийнятих ними рішень, завдяки своєю професіоналізму та чесності. У своїй перспективі українське суспільство повинно мати щирих поліцейських керівників, які сформують впевненість та довіру у громадян завдяки належному рівню взаємодії у самій службі та громадою вцілому.

Список посилань:

1. Остапович В. П. Юридико-психологічні особливості призначення осіб на керівні посади Національної поліції України: монографія. Київ: ДНДІ МВС України, 2019. 188 с.

2. Пономаренко Я.С. Комплексне дослідження лідерських здібностей працівників поліції в контексті їх особистісно-професійної здійсненності. *Вчені записки НУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33 (72). № 3. С. 100-105.

3. Issah M. Leadership Behavior Analysis: The Case of Three Academic Middle-Level Leaders in Higher Education. *Open Journal of Leadership*. 2020. №9. P.141-155.

4. Lee G.C., Platow M.J., Haslam S.A., Reicher S.D., Grace D.M., Cruwys T. Facilitating goals, tasks, and bonds via identity leadership: Understanding the therapeutic working alliance as the outcome of social identity processes. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*. 2021. №25(4). P.271–287.

Ролюк Олександр Васильович
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, начальник інституту морально-психологічного забезпечення Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

Райта Катерина Ігорівна
курсант Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

ВПЛИВ ЧИННИКІВ БОЙОВОЇ ОБСТАНОВКИ НА ОСОБИСТІСТЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ

Впродовж усього життя на людину здійснюється постійний вплив зі сторони зовнішнього середовища. Найбільш вагомими факторами довкілля прийнято вважати ті, які призводять до кардинальних змін особистості або до повного її руйнування. До таких значущих чинників відносяться екстремальні ситуації – ускладнена об'єктивними умовами людська життєдіяльність, що має особливе значення для суб'єкту, який перебуває в даних небезпечних для нього обставинах. Очевидним і актуальним на сьогодні прикладом екстремальної ситуації є війна, а точніше бойові дії (розпочаті як під час, так і до повномасштабного вторгнення), де кожного дня військовослужбовці вимушені виживати, виконуючи завдання за призначенням, підтримуючи своїх побратимів чи посестер, намагаючись бути в тонусі як фізичному, так і психічно-моральному. Тим не менш наслідками негативного впливу бойового середовища є різні психічні розлади та відхилення, які часто призводять до фатального кінця. Наприклад, дезадаптація до умов цивільної життєдіяльності, ПТСР, викривлене сприйняття реальності і зростання кількості самогубств у більш запущених випадках тощо. Тому актуальним буде розглянути детальніше, чому і як впливають на особистість бойові умови.

Важливим є усвідомлення того, що наслідки впливу екстремального середовища на персону військовослужбовця виявляються як і під час, так і після повернення з фронту. Те, як армійці витримають чинники бойових умов, залежить як від їх особистісних якостей, як-от: нервово-психічна стійкість,

темперамент, акцентуація характеру, загалом цілісність нервової системи – так і від військово-професійної та психологічної підготовки. Також не менш важливим аспектом є комунікація у підрозділі, довіра до командирів та товаришів. Своєчасне прогнозування та надання необхідної допомоги.

У психології є такі поняття, як стрес, фрустрація і невроз – також відомі як негативні психічні стани. У бойових умовах стрес є невід'ємним елементом, адже людину постійно оточує небезпека. З одного боку він акумулює та мобілізує ресурси організму індивіда для більш ефективної діяльності, бо саме поняття стресу – це захисна реакція людини на негативні сильні зовнішні подразники. Попри те постійний вплив руйнівного стресу виснажує нервову систему військовослужбовця, знижуючи його працездатність, роблячи більш дратівливим, тривожним; викликаючи безсонницю та головні болі. Втім це можливо врегулювати і потребує певного алгоритму дій [1].

Фрустрація ж виникає внаслідок впливу інших чинників бойової обстановки, які пов'язані насамперед із потребами індивіда. Найперше, що викликає цей стан – різка зміна звичних реалій людини, до якої вона з якихось причин була неготовою. І одразу друга – відсутність можливості щось змінити самому. Якщо точніше, військовослужбовець опиняється там, де дефіцит їжі, води, постійно мокро, брудно, холодно чи надто спекотно, одягу не вистачає, кудись треба йти, щось слід зробити, часу обмаль – будь-якої миті чатує небезпека. Задовільнити навіть базові потреби у бойових умовах, особливо, в оточенні чи в полоні – завдання складне і для деяких людей може здатися нереалістичним, що призводить до відчуття безпорадності, потім байдужості і в подальшому, може, взагалі позбавити людини будь-якої мотивації, депресія, зміна характеру, орієнтирів та мети індивіда у випадку, якщо фрустрація виявилася надто сильною [2].

Перебуваючи постійно у напруженому стресовому стані, військовослужбовець може пізнати невроз, що характеризується багатьма різними проявами та ознаками, такими як: реакції шоку, фобія, психастенія, істерія, тривожний розлад, панічні атаки, посттравматичний стресовий розлад, мовленнєві неврози, порушення харчової поведінки тощо. Він є досить поширеним явищем серед людей, які надто довго перебували у стресі та фрустрації, були серйозно травмованими чи пережили важкі втрати. Вони потребують звернення до спеціалістів у відповідній галузі для подальшого опрацювання проблеми та її вирішення для успішної реабілітації та реадаптації в умовах цивільної життєдіяльності [3].

Отже, чинники бойового середовища мають вагомий вплив на особистість, часто всіляко її деформуючи та змінюючи. Людина, котрій довгий період часу постійно доводилося виживати в складних бойових умовах, очікуючи будь-якої миті небезпеки, постійно хвилюватися про те, що ж буде наступної миті, вже не повернеться до дому такою, якою вона була раніше. На жаль, у реальному житті науці ще не відомі такі персони, які, проживши не один місяць у зоні проведення бойових дій, не зазнали зовсім ніякого впливу. Людська психіка є індивідуальна для кожного і не можливо стовідсотково гарантувати, що

найвитриваліший у всіх сферах військовослужбовець не дасть хибу, щойно щось піде не так. Тим не менш такі питання є важливі і потребують подальшого вивчення, аби краще зрозуміти природу нашого виду, а також допомогти у подальшому пошуку позитивних методів впливу для збільшення ефективності у діяльності армійців.

Список посилань:

1. Стрес. URL: https://healthcenter.od.ua/psyhichne-zdorovya/stres/
2. Фрустрація – що таке та чому виникає подібне відчуття. URL: https://healthcenter.od.ua/2022/01/28/frustracziya-shho-cze-take-ta-chomu-vynykae-podibne-pochuttya/
3. Свиридова Н.К., Щербатий А.А. Невротичні розлади – зворотні порушення нервової системи. *Східно-європейський неврологічний журнал*. № 1 (25). С.23-29.

Славич Оксана Віталіївна

здобувач освітнього ступеня бакалавра спеціальності «спеціальна освіта»
Львівський національний університет імені Івана Франка (м. Львів)

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ДІТЯМ З ООП ЗУМОВЛЕНА КОЛЕКТИВНОЮ ТРАВМОЮ

Проблематика колективних травм є актуальною для українського сьогодення і важливою з погляду розуміння функціонування різних соціальних груп. Більшість українців стикнулись з колективною травмою, зумовленою конфліктом з Росією, добавити до цього Covid-19 і майже 9 місяців повномасштабної війни, і ситуація лише погіршилась по всій країні.

Колективними травмами називають травми, які вражають велику кількість людей. Але відмінною рисою цієї травми є не число травмованих, а те, що, крім безпосередніх учасників, вона зачіпає людей, безпосередньо не причетних до травматичних подій, навіть тих, кого трагедія особисто не торкнулася, хоч і зачепила все суспільство. Інакше кажучи, колективна травма не обмежена в просторі. Ще одна її особливість - розтягнутість у часі, коли ми переживаємо речі разом - позитивні чи негативні - нас пов’язує спільна пам’ять про цей досвід, часто вона проходить через кілька поколінь. Жертвами колективної травми стають не окремі люди, а цілі соціальні групи. Саме вони є об’єктами травматизації і суб’єктами переживання колективної травми. [1, с.17]

Слід звернути увагу на те, що саме повномасштабна російсько-українська війна спричинила велику колективну травму. У воєнних реаліях гинуть наші захисники, мирні громадяни, діти, що спричиняє значні психологічні наслідки для всіх верств населення. Психічний стан людей характеризується різними тривожними настроями, страхами, розчаруванням, дезадаптацією тощо. І однією із найвразливіших категорій населення, що особливим чином відчуває вплив війни, є діти з особливими потребами, для яких воєнні події є травматичними. [2, с.1-2]

Діти є дуже чутливими, вони здригаються від вибухів, не розуміють нове переміщення у безпечне місце (бомбосховище), опиняються в ступорі або виявляють істерики під час сирен повітряної тривоги, у них посилюється страх, розгубленість, відчувають тривогу та мають інші негативні психічні прояви.

Слід зазначити, що діти з ООП не можуть швидко та правильно реагувати та обробляти інформацію з навколишнього середовища. Через це, важливим є застосування необхідної підтримки та допомоги таким дітям під час війни, враховуючи їхні інтелектуальні можливості з метою мінімізувати у них наслідки криз зумовлені колективною травмою.

Дитина, що пережила психотравмуючу подію, не бачить життєвої перспективи, їй не вистачає соціально-психологічної та фізіологічної зрілості, оскільки, це пов'язано з її особливістю. Для дитини пережита подія може стати причиною зупинки особистісного розвитку.

Психологічна підтримка дітей з особливими потребами у воєнний час надзвичайно важлива, адже дітям необхідно відчувати себе у безпеці. Батькам слід проговорювати зі своєю дитини ситуацію, яка відбувається в нашій країні, знайти баланс між розповіддю правди про лихоліття війни та передаванням надії та ознак фізичної та емоційної безпеки. Важливо захистити дітей від постійного напливу величезної кількості інформації про поточну ситуацію, особливо від тривожних зображень у ЗМІ та час від часу вимикати власні пристрої. У даній ситуації батьки або особи які їх замінюють, відіграють важливу роль, адже саме на їхні плечі падає відповідальність допомогти дитині впоратись зі своїми страхами: [3]

- подбайте про те, щоб дитина була поруч зі своїми близькими;
- дайте дитині зрозуміти, що ви серйозно ставитеся до її переживань і ви знали інших дітей, які теж через це пройшли;
- створіть атмосферу безпеки (обіймайте дитину якомога частіше, розмовляйте з нею, приймайте участь в її іграх);
- згадуйте приємні образи з минулого, це послабить неприємні спогади;
- поясніть дитині, що відчувати безпорадність, страх цілком нормально;
- підвищуйте самооцінку дитини (частіше хваліть її за хороші вчинки);
- під час розмови намагайтесь перебувати на одному рівні з дитиною й підтримувати зоровий контакт, використовуйте прості, зрозумілі слова та пояснення;
- не дозволяйте дитині стати тираном. Не виконуйте будь-які її бажання з почуття жалості;
- постарайтеся залучити дитину до розмови або гри.

Під час стресу діти з особливими потребами перебувають в постійному напруженні це може спричинити панічні атаки, істерику, діти можуть відчувати та переживати страх, ступор, плач, нервове тремтіння та агресію. Важливо бути готовим надати психологічну підтримку таким дітям . Проте для цього потрібно знати правила. Про них розповіло Міністерство охорони здоров’я України. [4]

Алгоритм першої психологічної допомоги дитині з ООП під час ступору:

- зігніть пальці на обох руках і притисніть до основи долоні. Великі пальці мають бути виставлені назовні;
- кінчиками великого та вказівного пальця масажуйте точки, що розташовані на лобі, над очима рівно посередині між лінією волосся та бровами;
- дитина, котра перебуває в ступорі, може чути та бачити. Тому розмовляти з нею слід чітко, тихо та повільно. Необхідно домогтися зворотної реакції, щоб вивести дитину зі стану ступору.

Алгоритм першої психологічної допомоги дитині з ООП під час плачу:

- використовуйте прийоми «активного слухання»: періодично кажіть : «Так», кивайте головою підтверджуючи та співчуваючи, повторюйте фрагменти фраз, що говорить дитина, в яких вона висловлює свої почуття;
- будьте поруч з дитиною, яка плаче. Дозвольте їй відчути присутність фізично. Покладіть руку на плече, на спину, обійміть;
- не перебивайте дитину, дайте їй можливість плакати та говорити, «вилити» своє горе, страх.

Алгоритм першої психологічної допомоги дитині з ООП під час нервового тремтіння:

- візьміть дитину за плечі та сильно потрусіть протягом 10-15 секунд. Розмовляйте чітко та спокійно;
- по можливості огорніть дитину пледом або ковдрою та зав'яжіть спереду - дайте тілу міцний, теплий каркас;
- легко постукайте по грудях один раз за секунду, зі словами: «Я є», «Я стою», «Зі мною все гаразд»
- здійсніть опір ногами в підлогу та рівномірно дихайте, довгий вдих - довгий видих. повторюйте кілька разів.

Отже, психологічна допомога дітям з особливими освітніми потребами зумовлена колективною травмою є актуальною проблемою сьогодення. У такий час дітям важливо надати відчуття безпеки та відчуття, що все під контролем, та можливість виражати свої почуття. Також хотілося б зазначити те, що будь-яка травма або криза, це виклик, який дає можливість рости та змінюватися, переосмислювати негаразди на індивідуальному рівні спільноти, які виявляють здатність до адаптації та стійкості, дають можливість розвиватись, незважаючи на величезні труднощі.

Список посилань:

1. Проблемна взаємодія в групах: феноменологія, чинники, профілактика : монографія [Л. Г. Чорна, П. П. Горностай, О. В. Яремчук, В. І. Вус, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка] / за наук. ред. Л. Г. Чорної; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : ІМЕКС-ЛТД, 2021. 112 с.

2. Прохоренко, Л. І. (2022). Наука і освіта в умовах війни: інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка НАПН України. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, *4*(1). URL:https://doi.org/10.37472/v.naes.2022.4133

3. Психологічна допомога дитині у психотравмуючій ситуації. Методичний посібник. / Уклад. : Г.Б.Растроста. Суми. НВВ КЗ СОІППО : 2018. 64с

4. Про методичні рекомендації "Перша психологічна допомога. Алгоритм дій" МОН України; Лист, Рекомендації від 04.04.2022 № 1/3872-22 URL: https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/vl387729-22#Text

Слурденко Дмитро Олександрович

доктор філософії з психології, старший викладач кафедри психології та педагогіки Національної академії Національної гвардії України, підполковник (м. Харків)

ЗМІСТОВНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОВРЯДУВАННЯ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

Вивчення змістовних складових самоврядування довело значну роль самоставлення, мотивації та копінг-стратегій у процесах самоврядування. Так, сформована здатність до самоврядування передбачає позитивне ставлення до себе на основі високої оцінки актуальних і реалізуємих на практиці знань, вмінь, навичок; високу вмотивованість і здатність до вільного перерозподілу енергії між процесами самоврядування для досягнення мети у складних умовах; високу супідрядність копінг-стратегій, яка забезпечує установку на безумовне подолання складної ситуації і виконання поставленого завдання [1]. Сталі особистісні риси тим важливіші для самоврядування, чим більше впевненості в собі вони забезпечують військовослужбовцю НГУ при необхідності діяти в складних умовах.

Недостатньо сформована загальна здатність до самоврядування пов’язана із необхідністю реалізовувати захисні механізми самоставлення; з низькою вмотивованістю, загальною пасивністю, зі зниженими соціально-комунікативними показниками особистості; зі слабкою ієрархізованістю копінг-стратегій, яка не дозволяє піднятися над складною ситуацію, змушує керуватися обставинами, а не метою, професійними цінностями [2].

Цілком сформована загальна здатність до самоврядування передбачає наявність 6 факторів у своїй структурі: стратегічне планування («бачення загального плану складної ситуації, в тому числі необхідних для її подолання власних зусиль і доступних ресурсів»; тактичне планування («здатність до безпосереднього врахування можливих і реальних обставин при плануванні конкретних дій, етапів досягнення мети»); енергетичне джерело («керованість саме ціллю-цінністю, що забезпечує спонтанність дій і «невичерпність» сил (енергії)»); набута здатність до самовладання (як «здатність утримуватися від невиправданого ризику, імпульсивних дій, виваженість, розсудливість поведінки»); здатність до критичної оцінки ситуації (як «здатність сміливо дивитися на небезпеку і оцінювати (зважувати) її») та здатність до компліментарності з іншими («здатність до командної роботи в ускладнених

умовах»).

Можна стверджувати, що для розвитку ефективної здатності до самоврядування у бойових умовах необхідною умовою (підґрунтям) є висока загальна здатність до самоврядування. Низькі показники загальної здатності до самоврядування не дозволяють формуватися ефективній здатності до самоврядування у бойових умовах.

Список посилань:

1. Євдокімова О.О. Психологічні детермінанти успішності професійної діяльності працівників правоохоронних органів. *Право і безпека*. 2012. №1(43). С. 217-221.

2. Колесніченко О.С., Мацегора Я.В. Типізація психологічної готовності до ризику представників екстремальних видів діяльності. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України*. Серія: Психологічні науки. 2016. №. 3. С. 98-120.

Сокол Аліна Олегівна

магістрантка факультету психології діяльності в особливих умовах Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (м. Черкаси)

Момот Марина Анатоліївна

викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля (м. Черкаси)

ОСНОВНІ НАПРЯМИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ, ЯКА ПЕРЕЖИЛА БОЙОВІ ПОДІЇ

Бійці, які зазнали впливу бойового стресу, мають розлади адаптації, які проявляються у значних емоційних переживаннях, порушеннях когнітивної переробки інформації, деформації особистості воїнів та їхніх соціальних зв’язків. Бойовий стрес може спонукати до радикальних змін в афективній, когнітивній, мотиваційній та поведінковій сфері комбатантів, здійснювати значний вплив на успішність професійної діяльності і, таким чином, вимагає психопрофілактичної роботи щодо попередження та психологічного захисту від його впливу. Близько 80% військовослужбовців, які брали участь в бойових діях під час проведення АТО, знаходилися у стані бойового стресу, який в подальшому трансформувався приблизно в 25% ПТСР різного ступеня виразності. 98% учасників бойових дій потребують кваліфікованої підтримки і допомоги внаслідок дії бойових стресфакторів.

Перебування на війні відноситься до тієї екстремальної ситуації, коли людина постійно перебуває в найсильнішому психоемоційному стресі, переборюючи його вольовими зусиллями. Обходиться все це високою ціною. Майже у всіх учасників бойових дій неминуче тією чи іншою мірою спостерігаються зміни у фізичному і психічному стані.

На сьогоднішній день в Україні, спровокували хвилю проблем

психосоціальної адаптації, в якій посттравматичний стресовий розлад набув нових якісних і кількісних характеристик. У будь-яку мить бойові стреси можуть нагадати про себе різними проявами. Неврози виникають переважно в тих військовослужбовців, які побували на полі бою, жили в окопах, зазнали поранень, каліцтва, стали свідками загибелі бойових друзів, були у полоні.

Психологічна допомога повинна сприяти успішній адаптації військовослужбовця до нових умов життя. Термін «психологічна реабілітація» (від латинського rehabilitatio – відновлення) найбільш точно відображає процес і результати діяльності психолога при наданні допомоги в процесі соціально-психологічної адаптації.

Напрями психологічної допомоги**:**

1. Діагностика синдрому соціально-психологічної дезадаптації у військовослужбовця (психоемоційного стану на «громадянці», використовуваних стратегій адаптації, поведінки) на підставі результатів психодіагностики індивідуальних особливостей військовослужбовця.

2. Психологічне консультування (індивідуальне та сімейне). В індивідуальних бесідах необхідно дати військовослужбовцям можливість висловити все наболіле, виявляючи зацікавленість їх розповіддю. Потім доцільно роз'яснити, що пережитий ними стан – тимчасовий, він притаманний всім, хто брав участь у бойових діях. Дуже важливо, щоб вони відчули розуміння і побачили готовність допомогти їм з боку не тільки фахівців, але і близьких, рідних. Потужним засобом психологічної реабілітації є щирий прояв розуміння і терпіння до проблем осіб, які пережили психотравматичні військові умови. Відсутність такого розуміння і терпіння з боку близьких призводить часом до трагічних наслідків.

3. Психокорекційна робота. Психологічна корекція або психокорекція – це діяльність по виправленню (коригуванні) тих особливостей психічного розвитку, які за прийнятою системою критеріїв не відповідають оптимальній моделі (нормі).

4. Навчання навичкам саморегуляції (прийомам зняття напруженості за допомогою релаксації, аутотренінгу та іншим методам).

5. Робота з образами в станах розслаблення дозволяє відключати зовнішню реальність і припиняти за рахунок цього збудження центральної нервової системи. В цей період відновлюються енерговитрати, оптимізуються процеси центральної нейрорегуляції. Забезпечується самовідновлення. Це дає індивідууму значний резерв міцності в екстремальних умовах, відновлює енерговитрати, активізує внутрішньо особистісні резерви психіки.

6. Соціально-психологічні тренінги з метою підвищення адаптивності військовослужбовця та його особистісного розвитку. Тренінги направлені на усунення неврозів з порушенням труднощів у міжособистісному спілкуванні. Це спільна діяльність яка активізує подолання неконструктивної фіксації на хворобливому стані, розширює коло інтересів і сферу контактів, розвиває комунікативні навички.

7. Визначення життєвих перспектив.

Психологічна реабілітація – частина загального реабілітаційного комплексу (разом із медичною, професійною, соціальною), спрямована на відновлення втрачених (порушених) психічних функцій, оптимальної працездатності, соціальної активності, відновлення (корекцію) самооцінки й соціального статусу військовослужбовців, учасників бойових дій, із психічними розладами, бойовими травмами й каліцтвами.

Принципи психологічної реабілітації:

- партнерство – передбачає усіляке залучення пацієнта в лікувально-відновлювальний процес;

- різноплановість зусиль – передбачає спрямованість реабілітаційного процесу на різні сфери життєдіяльності;

- єдність психосоціальних і біологічних методів впливу; - безперервність і оптимальна тривалість реабілітаційних заходів;

- ступінчастість – передбачає створення “переходів” від одного реабілітаційного заходу до іншого;

- професійність – передбачає залучення до проведення заходів психофізіологічної реабілітації фахівців, що мають спеціальну підготовку з оцінки функціонального стану людини, володіють методами соціально-психологічного психофізіологічного обстеження;

- вивчення й обґрунтованість заходів – передбачає добір надійних, доступних і оптимальних методів психологічної реабілітації, перевірених багаторічною практикою, які можливо реалізувати в умовах знаходження пацієнта в лікувальній установі. Методи психологічної реабілітації слід обирати з урахуванням особливостей функціонального стану соматичної й психічної сфер військовослужбовця після бойової травми й призначеної лікарем терапії;

- індивідуальність – передбачає в процесі її планування й проведення ведення обліку рівня зниження професійно важливих якостей, наявності пато-характерологічних змін особистості, сприйнятливості і переносимості клієнтами різних медико-психологічних методів.

Психологічна допомога – вид допомоги, що надається людині чи групі людей для відновлення необхідної якості психологічних станів, покращення функціонування психічних процесів, поведінки, спілкування та їх реалізації в груповій діяльності.

Психологічна корекція – цілеспрямований психологічний вплив на військовослужбовця для приведення його психічного стану до норми після виявлення в нього будь-яких психологічних відхилень (неклінічних порушень) та відновлення його здатності до виконання службових обов’язків.

При більш проблемних ситуаціях проводиться поглиблена діагностика та психокорекція. Це частіше відбувається на повторному прийомі та подальшій роботі. Використовуються тести та опитувальники на виявлення посттравматичного стресового розладу (ПТСР), тривожного розладу, депресивних проявів, рівня агресивності. Проводиться діагностика стану особистості та її якості.

Діагностичний матеріал дозволяє розглянути більш детально психічний

стан пацієнта, визначити рівень емоційної стійкості, якість комунікативної сфери особистості, екстраверсії – інтроверсії тощо. В процесі психокорекції проводяться бесіди, консультації, надаються рекомендації; використовуються елементи різних направлень в психології (психотерапії).

Підсумовуючи, варто відзначити, багатогранність методів та підходів у реабілітації посттравматичного стресового розладу, які виявляють свою ефективність у поєднанні і мають на меті не лише виведення людини з кризового стану, а і розвиток нових життєво важливих умінь.

Список посилань

1. Блінов О. А. Організація надання психологічної допомоги військовослужбовцям у воєнний час. Київ : НАОУ, 2006. 80 с.

2. Кокун О. М., Агаєв Н.А., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В.В. Психологічна робота з військовослужбовцями-учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.

3. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ : ДП "Вид. дім "Персонал", 2017. 160 с.

4. Блінов О. А. Бойова психічна травма: монографія. Київ : Талком, 2019. 700 с.

Стаднік Анатолій Володимирович
кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри військової підготовки, Харківський національний університет внутрішніх справ (м. Харків)

Ващенко Ігор Владиславович
кандидат історичних наук, доцент, доцент кафедри військової підготовки, Харківський національний університет внутрішніх справ (м. Харків)

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Війна в Україні, що обумовлена зухвалою російською агресією, потребує формування й зміцнення психологічної стійкості особового складу до негативних психогенних чинників при виконанні завдань в бойових умовах. Для того щоб вижити в бойовій обстановці людина повинна перебудувати всю свою істоту (рівень пильності і активності, швидкість реакцій, стиль поведінки, систему цінностей і ставлень до оточуючого світу, людей, себе і т.д.) відповідно до її вимог. Формування у військовослужбовців психологічної стійкості до психотравмуючих факторів сучасних бойових дій є одним з основних завдань психологічної підготовки особового складу. Командири, в цілому розуміючи важливість підготовки своїх підлеглих до бойових завдань, нажаль, часто недооцінюють важливість психологічної стійкості в цьому процесі.

Реакція військовослужбовця на вплив стресорів бойової обстановки залежить, як від їх значущості для конкретного учасника бойових дій, так і особливостей долаючої поведінки. Значимість впливу на психіку

військовослужбовця тих чи інших бойових стресорів визначається його індивідуально-психологічними особливостями і особистісними якостями, професійною та психологічною готовністю до ведення бойових дій, характером і рівнем бойової мотивації, особливостями сприйняття військовослужбовцем місця і ролі бойових дій в історії та перспективі системи його життєдіяльності тощо. [1].

Особливий вплив на рівень психологічної стійкості у конкретного військовослужбовця мають такі фактори, як: кількість перенесених ним травм (поранення, контузії), факторів впливу зброї масового знищення (опромінення, інтоксикації) та бойових обставини (відступ, оточення, полон) [2].

Дослідники виділяють також певні соціальні, етнічні, релігійні та сімейні обставини, які додатково впливають на рівень психологічної стійкості у військовослужбовців. До них відносяться:

– непопулярність війни в країні, громадянином якої є військовослужбовець;

– наявність у військовослужбовця негативного досвіду переживання бойового стресу в минулому;

– незначний особистий досвід долаючої поведінки, яким він був у військовослужбовця;

– приналежність учасника бойових дій до національності етнічно близької до національності солдатів супротивника (особливо, якщо військовослужбовець належить до національної меншини у своїй країні);

– подібність або близькість віросповідання учасника бойових дій до віросповідання солдатів супротивника (особливо, якщо військовослужбовець належить до релігійної меншини в своїй країні);

– приналежність учасника бойових дій до жіночої статі;

– складна психологічна або матеріально-економічна ситуація в сім'ї військовослужбовця[3].

Сучасне розуміння психологічної стійкості військовослужбовців досить суперечливе. Воно передбачає зосередження не лише на функції забезпечення фізичного виживання та функціонування особистості військовослужбовця в екстремальних умовах, а й на здатності його ефективно та професійно діяти в умовах негативного впливу інформаційно-психологічного середовища, що оточує.

На нашу думку психологічну стійкість особистості військовослужбовця утворюють стабільність ціннісно-мотиваційної сфери, де домінує внутрішня професійна мотивація, пріоритет соціально-значущих цінностей, усвідомлена морально нормативна поведінка, відповідальність, емоційна врівноваженість та самоконтроль у процесі взаємодії зі співслужбовцями, цивільним населенням та у збройній боротьбі з ворогом Ці аспекти потрібно враховувати при роботі з особовим складом в сучасних умовах, особливо коли ми бачимо чисельні приклади зухвалої тваринної поведінки російських військових (Буча Ізюм, Лиман тощо).

Тому важливо психологам та офіцерам по роботі з особовим складом звертати увагу під час психологічної підготовки на відпрацювання наступних питань, що впливають на психологічну стійкість:

навички мобілізації фізичних та психічних ресурсів особистості;

уміння виявляти та розпізнавати ознаки дезадаптації, що обумовлена негативними біологічними, психологічними та інформаційними чинниками;

навички рефлексивного самопізнання і саморегуляції;

навичками колективної протидії чуткам та психогенним маніпуляціям, що дестабілізують і деморалізують військові підрозділи.

Таким чином, сучасне розуміння психологічної стійкості військовослужбовців досить складне та суперечливе, воно потребує подальших досліджень щодо впливу різних факторів на рівень психологічної стійкості, діагностики, корекції та запобігання психологічної нестійкості серед військовослужбовців.

Список посилань:

1. Блінов О. А. Бойовий стрес та результати його емпіричного дослідження. Психологічний часопис : зб. наук. пр. / за ред. С. Д. Максименка. Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, 2018. № 2 (12). Вип. 12. С. 9-22. URL : http://www.apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/257/210

2. Melnyk Yu. B., Prykhodko I.I., Stadnik A.V. Medical-psychological support of specialists' professional activity in extreme conditions. *Minerva Psichiatrica 2019 December*, 60(4):158-68 doi: 10.23736/S0391-1772.19.02025-9

3. Охорона психічного здоров'я в умовах війни: у 2-х т. Пер. з англ. Тетяна Семигіна, Ірина Павленко, Євгенія Овсяннікова, Ольга Тесленко. Київ : Наш формат, 2017. 1 том. 568 с

Стадніченко Наталія Олександрівна

PhD-студентка НаУКМА практичний психолог ДЗ Центр психічного здоров'я і реабілітації "Лісова Полна" МОЗ України ГО "Вільний Вибір" (м.Київ)

ПОЗИТИВНА РЕЦИПРОКНА ВЗАЄМОДІЯ В КОНТЕКСТІ ДОСТУПУ ВЕТЕРАНІВ ДО ДОПОМОГИ ПІСЛЯ ЗАВЕРШЕННЯ ПЕРІОДУ СЛУЖБИ

В контексті ескалації війни Росії проти України важливим є питання забезпечення медико-психологічної реабілітації бійців, що проходять службу, і забезпечення доступності фахової психологічної допомоги у періоді після виходу з активних бойових дій. Почасти така доступність пов'язана зі створенням відповідних можливостей державними і громадськими інституціями (мережа госпіталів при МЗС та МОЗ, Міністерство Ветеранів, громадські організації, наприклад ГО "Вільний вибір", ГО "Блакитний птах", "Veteran Hub" тощо), але водночас вона залежить і від здатності самих

ветеранів шукати, звертатися і користуватися наявними ресурсами допомоги.

Серед особливостей особистості, які значною мірою залежать від умов соціалізації та найближчого оточення, є здатність до побудови і дотримання патернів позитивної реципрокної взаємодії, - поведінкових скриптів безпечної прив'язаності. Через зв'язок зі здатністю до відкритої, проактивної, послідовної взаємодії вони впливають на здатність людини скористатися наявною допомогою (залучення у лікувально-реабілітаційні заходи, у вужчому значенні, - регулярність відвідування, дотримання процедурного плану тощо) і здатність до проактивної інтеграції в суспільство після демобілізації (залучатися у спільноти, вибудовувати системи навичок і знань, шукати джерела допомоги тощо). Особливості взаємодії в період служби також до певної міри впливають на це.

Мета публікації полягає у висвітленні значення навичок позитивної реципрокної взаємодії для подальшої реабілітації та соціальної інтеграції ветеранів в періоді після служби.

Основна частина. Серед чинників, що впливають на якість життя ветерана після участі у бойових діях, як свідчать дослідження, найбільший вплив здійснюють: стан здоров'я, достатній для того, щоб мати можливість обслуговувати себе, фізична та соціальна активність, перебування у шлюбі, духовність (наявність релігійних переконань), перебування у підтримуючій спільноті, безпечна прив'язаність [3]. Водночас, дослідження, проведені за участі ветеранів з різних країн і після різних військових кампаній, засвідчують, що бойові ветерани, у порівнянні з людьми, які не мають бойового досвіду, використовують більш дезадаптивні механізми психологічного захисту, мають менш виразне відчуття особистісного досягнення і вищу ймовірність не успішного шлюбу, мають проблеми, пов'язані з законом, що може бути пов'язане також з емоційними особливостями, набутими або посиленими через переживання психотравмуючих ситуацій під час служби [2, 3].

Дослідження стилів прив'язаності показали, що диспозиційна (така, що не є ситуативно обумовленою) та експериментально підкріплена безпечність прив'язаності, посилює когнітивну відкритість, емпатію, підкріплює стійкість власних цінностей, сприяє толерантності до представників аутгрупи, асоціюється з більшим бажанням допомагати іншим у повсякденні та не егоїстичними мотивами допомоги. Водночас, диспозиційна тривога та уникнення у при'язаності мали негативний вплив на показники співпереживання, особистого дистресу та альтруїстичної поведінки [2, 3]. Крім того, безпечність прив'язаності робить вклад у почуття, пов'язані з турботою та піклуванням, і у поведінку, пов'язану з наданням допомоги. Все з цього є важливим у період ресоціалізації і, як бачимо, суттєво пов'язано зі здатністю підтримувати стабільний, довірчий стосунок з оточуючими і близькими людьми.

Наявні емпіричні дані говорять про те, що для осіб з безпечною прив'язаністю ризик розвитку ПТСР прогностично є нижчим. Також він є нижчим для тих, хто має уникаючий тип прив'язаності. Втім, надійна

прив’язаність також сприяє адаптації в період після бойових дій, але уникаюча - ні. Окрім того, дослідники припускають наявність зв’язку між більшою згуртованістю бойового підрозділу та прогностично нижчими показниками ПТСР (втім, підтвердження цього потребують уточнень) [4].

В період після участі у бойових діях навички реципрокної взаємодії важливі для побудови доброзичливого і підтримуючого стосунку з оточуючими. Як зазначає М. В. Жоголєва, “реципрокність — це умовна поведінка, що являє собою конгруентну реакцію у відповідь на поведінку іншої людини” [1]. Цей спосіб взаємодії має під собою рівність і співрозмірність, а також очікування відплати через вчинки (тобто, очікування продовження такої норми, але не отримання користі).

Розрізняють позитивну реципрокність (добром за добро), негативну (злом за зло) і очікувану (сталість цього патерну взаємності). Останнє також може бути пов’язаним з переконанням у цінності і бажаності такого способу взаємодії у стосунках. В залежності від того, чи присутня реципрокність в системі власних переконань (інтеріоризована) та соціальних настанов, вона може застосовуватися в ситуаціях, де відсутня матеріальна зацікавленість і коли ця норма не реалізується іншими. Отже, такий патерн взаємодії може дозволити тримати зрозумілий обом сторонам контакт, наприклад, у період госпіталізацій та проходження психотерапії, уможливлюючи побудову довірчих відносини і сприяючи дотриманню комплаєнсу у прийомі призначень, виконанні реабілітаційної програми тощо. Водночас, за неналежного поводження, він дозволяє пропорційно віддалитися від людини, яка не дотримується бажаних норм у взаємодії або вкладів у розвиток стосунку.

В останні роки були проведені дослідження, в ході яких колишніх комбатантів навчали поведінковим скриптам безпечної прив’язаності, наприклад, через взаємодію зі спеціально навченим персоналом госпіталю, який ці навички транслював у взаємодії. Потреба у таких дослідженнях була пов’язана з тим, що одним з основних факторів неефективності лікування є недотримання ветеранами комплаєнсу щодо призначень або не залученості у терапію [5]. Показники дропаутів (тобто незавершених процесів) та успішно завершених курсів терапії значною мірою пов’язані з домінуючими паттернами прив’язаності.

Водночас встановлено, що групи досліджуваних, які складаються з колишніх учасників бойових дій:

- демонструють вищий відсотковий показник ненадійних патернів прив’язаності (у порівнянні з еквівалентною популяцією без комбатантського досвіду);
- мають більшим є ризик неуспішності у побудові стосунків;
- містять менший відсоток людей, які відчувають себе професійно реалізованими.

Частина соціальних наслідків, спричинених війною, пов’язані з тим, що певна частина ветеранів мають ЗЧМТ (закриті черепно-мозкові травми), найчастіше - контузії (посткомоційний синдром). Органічні наслідки таких

травм виявляються у порушеннях низки психічних процесів - погіршенні пам'яті, уваги, появі частих головних болей тощо - і суттєво впливають на якість життя та суб'єктивне самопочуття ветерана та його здатність до виконання складних видів діяльності. Дискомфортне самопочуття, больові синдроми, порушення сну, інтрузії та інші стани створюють додаткове навантаження на колишніх комбатантів, що часто робить їх норму функціонального стану суттєво іншою відносно до норми людей, які не мали досвіду участі у бойових діях. Тож, накладаючись на процеси соціальної реінтеграції ветерана (на які, у свою чергу, впливають психо-емоційні особливості та домінуючий тип його прив'язаності), органічні наслідки бойових травм роблять свій суттєвий внесок у перебіг всіх життєвих процесів під час періоду після бойових дій.
Дослідження також показують, що є зв'язок між участю у бойових діях та зростанням рівня ненадійної прив'язаності (що має сенс в умовах частої експозиції до поранень, страху загибелі, смертей побратимів і досвіду, пов'язаного з вбиванням), а також прогностичний зв'язок між надійним й уникаючим типами прив'язаності та меншою ймовірністю розвитку ПТСР, і, крім цього - між ненадійним типом прив'язаності і, прогностично, психічною симптоматикою у період ресоціалізації і реадаптації до умов цивільного життя [3]. При цьому ненадійні типи прив'язаності (особливо, - уникаючий), є такими, що перешкоджають доступу (зверненню) до допомоги, коли вона насправді існує і є в наявності.

Водночас, надійна прив'язаність важлива не тільки для дотримання комплаєнсу щодо призначеного реабілітаційного плану та терапії, але також для соціальної інтеграції колишніх комбатантів в цілому. Патерни надійної прив'язаності дозволяють включатися і підтримувати позитивну взаємодію, що у свою чергу, збільшує ймовірність отримання допомоги у колі повсякденної взаємодії і набуття позитивного соціального досвіду, зокрема досвіду допомоги іншим, входження в спільноту або її формування вже у посткомбатантському періоді.

Перелік посилань:

1. Жоголєва М. В. Феномен реципрокності як об'єкт психологічних досліджень. *Journal of Psychology Research* (Dnipro National University). 2008. URL: https://core.ac.uk/display/228876177?utm_source=pdf&utm_medium=banner&utm_campaign=pdf-decoration-v1

2. Riggers S., Carver K., Romeo D., et. al. Attachment, communication, and relationship functioning among college student veterans and nonveterans. *Journal of Military Veteran and Family Healt*. 2021. URL: https://www.sciencegate.app/document/10.1002/jocc.12124

3. Straus E., Norman S., Heller M., et. al. Differences in protective factors among US Veterans with PTSD, alcohol disorder, and their comorbidity: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study. *Drug and Alcohol Dependence 194*. 2018. URL:

https://www.researchgate.net/publication/328508932_Differences_in_protective_factors_among_US_Veterans_with_posttraumatic_stress_disorder_alcohol_use_disorder_and_their_comorbidity_Results_from_the_National_Health_and_Resilience_in_Veterans_Study

4. Grady J., Bandford-Witting A, Kim A., et.al. Differences in Unit Cohesion and Combat-RElated Mental Health Problems Based on Attachment Styles in US Military Veterans. *Contemporary Family Therapy*, 40(2):1-10. 2018. URL: https://www.researchgate.net/publication/320198926_Differences_in_Unit_Cohesion_and_Combat-Related_Mental_Health_Problems_Based_on_Attachment_Styles_in_US_Military_Veterans

5. Lamkin J., Hundt N., Ahearn E. P., et.al. Patterns of treatment disengagement and personality traits, associated with PTSD in recent era US veterans receiving cognitive processing therapy. *J Trauma Stress*. 2019 Aug; 32(4):625-632.6. URL: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31356704/

Стасюк Василь Васильович
доктор психологічних наук, професор, професор кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ (сил) Національного університету оборони України імені Івана Черняховського, (м Київ)

Дикун Володимир Григорович
старший викладач кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ (сил) Національного університету оборони України імені Івана Черняховського (м Київ)

РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО СПРЯМОВАНОСТІ ЗАХОДІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ТАНКОВИХ ПІДРОЗДІЛАХ

Бойовий досвід і досвід бойової підготовки Сухопутних військ Збройних Сил України свідчить, що боєздатність особового складу танкових підрозділів прямо залежить від морально-психологічного стану членів екіпажу, знань і практичних умінь військовослужбовців, тому пошук шляхів підвищення боєздатності особового складу є важливим завданням структур морально-психологічного забезпечення, командирів (начальників).

Бойові дії танкових підрозділів – це складний процес психологічної діяльності екіпажів, який включає управління бойовою машиною (танком), що забезпечує її рух, і вирішення бойових завдань, від виконання яких залежить досягнення загальної мети бою. Ці процеси взаємопов'язані та причинно обумовлені, мають складну (сенсорну, розумово-рефлекторну) форму відображення: сенсорні зміни відображаються у свідомості членів екіпажу та викликають відповідну реакцію, на основі якої командир танка приймає рішення, віддає накази (розпорядження), оператор-навідник та механік-водій виконують відповідні дії.

Отже, виконання бойових завдань у складі танкового екіпажу – це колективна діяльність, ефективність якої залежить від рівня знань, психологічної сумісності, сформованості індивідуальних та колективних навичок, злагодженості дій та морально-психологічного стану членів екіпажу.

Метою спеціальної психологічної підготовки особового складу танкових підрозділів є:

формування високої професійної майстерності військовослужбовців-танкістів з техніки управління і тактики ведення бойових дій у різних умовах місцевості, несприятливих погодних умовах та умовах обмеженої видимості;

напрацювання у підлеглих необхідних морально-бойових, у тому числі емоційно-вольових якостей (сміливості, рішучості, ініціативності та самостійності), а також впевненості у високих бойових можливостях своєї машини, почуття особистої та колективної відповідальності за її збереження в бою та бойову готовність.

До основних завдань спеціальної психологічної підготовки особового складу танкових підрозділів належить:

подолання негативного психологічного впливу на особовий склад факторів сучасного бою, збереження уваги та швидкості реакції членів екіпажу під час тривалого перебування у специфічних (ергономічних) умовах танка (замкнутого, обмеженого простору);

формування вольових якостей, необхідних членам екіпажу для успішного управління машиною у складних умовах місцевості та бойової обстановки, а також сміливого подолання водних та інших перешкод, інженерних загороджень, мінних полів, зон радіоактивного та хімічного зараження;

формування у членів екіпажу витримки та психологічної стійкості до дій в умовах складної звукової обстановки, підвищеного температурного режиму, загазованості повітря; дій у разі виникнення нештатної, небезпечної ситуації;

самовладання та почуття взаємодопомоги, взаємовиручки;

виховання у військовослужбовців прагнення за будь-яких умов зберегти бойову машину, її боєготовність до виконання бойового завдання, незважаючи на складності та небезпеку;

напрацювання практичних умінь та навичок із виконання обов’язків за інших членів екіпажу.

Командирам танків роз’яснюють особливості виконання бойових завдань у різних видах бою, особливості конкретного виду бою, обстановки, порядок виконання бойового завдання, місце підрозділу в бойовому порядку, вимоги щодо формування психологічної стійкості особового складу екіпажу до дій в умовах сучасного загальновійськового бою.

Операторам-навідникам роз’яснюють особливості ведення вогню прямою наводкою по броньованих машинах противника, ведення вогню із закритих позицій, навчають звертати увагу на вразливі місця бойової техніки противника.

Спеціальна психологічна підготовка механіків-водіїв передбачає формування професійних навичок якісного управління бойовою машиною в умовах сучасного бою:

виконання швидких і чітких скоординованих дій, маневру у стислі терміни зміни позиції, на вузьких ділянках місцевості під вогнем противника, у разі зміщення центру ваги машини та максимального технічного навантаження;

управління танком із зачиненим люком в умовах обмеженої видимості, можливості додаткового оцінювання швидкості танка й орієнтування на місцевості під час руху в бою;

у разі різких ударів танка об ґрунт під час подолання протитанкових траншей, нерівних ділянок місцевості, що може призвести до поломок ходової частини і травмування членів екіпажу;

у разі різких переходів від середньо до сильно пересіченої місцевості, насиченої великою кількістю перешкод і вузьких проходів тощо.

Врахування цих особливостей підготовки особового складу танкових підрозділів дозволить:

пришвидшити процес удосконалення професійних навичок членів танкових екіпажів до автоматизму;

розвинути творче мислення та раціональні навички залежно від реальних умов бою;

удосконалити у механіків-водіїв відчуття швидкості, габаритів танка та його центру ваги;

прискорити удосконалення сенсорних і сенсорно-розумових навичок, які разом із моторними забезпечать швидкий перехід від умінь управляти діями екіпажу, водити танк, вести вогонь по противнику до творчого управління, набуття навичок майстерного водіння, ведення прицільного вогню.

Таким чином, спеціальна психологічна підготовка особового складу танкових підрозділів полягає у формуванні у членів екіпажів необхідного рівня військово-професійних та психологічних якостей, сенсорно-моторних навичок для умілого і чіткого управління танком, а також розумових та сенсорно-розумових навичок для умілого і правильного прийняття рішення у ході виконання поставлених бойових завдань. Особовий склад екіпажів комплектують з урахуванням їхніх моральних, військово-професійних якостей та психологічної сумісності.

Список посилань:

1. Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України: підручник : у 2 ч. Ч. 1. вид. 2-е, перероб. зі змін. та допов. / Н. А. Агаєв, В. Г. Дикун, В. С. Чорний та ін. ; за заг. ред. В. В. Стасюка. Бровари : ТОВ “7БЦ”, 2020. 754 с.

2. Організація психологічної підготовки особового складу підрозділів Сухопутних військ: Навчально-методичний посібник / За ред. Г.П. Воробйова. – Львів: АСВ, 2012. 430 с.

3. Стасюк В.В. Військова психологія видородової діяльності: підручник. Київ: ПП “Золоті Ворота”, 2012. 458 с.

4. Стасюк В.В. Психологічне забезпечення діяльності військ (сил): підруч. Київ: НУОУ, 2014. 504 с.

5. Стасюк В. В. Психологія локальних війн та збройних конфліктів : підруч. Київ: НУОУ, 2016. 412 с.

Степура Євгеній Вікторович
кандидат психологічних наук, науковий співробітник Інституту психології Імені Г. С. Костюка Національної академії педагогічних наук України (м. Київ)

ПРОБЛЕМА ПОДОЛАННЯ НАДМІРНОЇ ТРИВОГИ СМЕРТІ

У процесі своєї життєдіяльності людина завжди повинна долати різні види тривог, реалізуючи свої життєві цілі. Тривога смерті є однією із найбільш фундаментальних тривог, що можуть переслідувати людину, оскільки вона відображає пряму загрозу нашому буттю. Треба відмітити, що деяка тривога щодо смерті є цілком нормальною, але сильна її вираженість може провокувати різні прояви дезадаптації особистості. Тривога смерті може лежати в основі як наших повсякденних турбувань та страхів, так і різних психічних розладів (тривожні розлади, фобії, обсесивно-компульсивний розлад тощо). Перехід тривоги смерті в інший емоційний процес часто має місце, коли людина пережила близький контакт зі смертю, що є актуальним для багатьох людей у нашій країні. То ж постає проблема пошуку способів зменшення рівня тривоги смерті, що були б релевантними нашій культурі. З іншої сторони близька зустріч зі смертю може вивести життя людини на новий рівень, зробивши його більш змістовним. У світі вже розроблюються спеціальні програми підготовки до зустрічі зі смертю, що, як свідчать деякі дослідження, зменшують тривогу смерті й підвищують рівень відчуття сенсу життя учасників цих програм [3].

Ірвін Ялом на основі емпіричних досліджень показує, що страх смерті не є однорідним. Він дає список страхів, пов'язаних зі смертю. В цілому він виглядає так: 1) моя смерть принесе горе моїм рідним та друзям; 2) усім моїм планам та починанням прийде кінець; 3) процес вмирання може спричиняти страждання; 4) я вже не зможу нічого відчувати; 5) я вже не зможу піклуватися про тих, хто залежить від мене; 6) я боюсь того, що зі мною буде, якщо виявиться, що є життя після смерті; 7) я боюсь того, що буде з моїм тілом після смерті. Наведений уривок вказує на те, що страх смерті залежить від ряду чинників, як, наприклад, міжособистісні стосунки, особливості ціннісно-смислової та мотиваційної сфери особистості, її чутливості, естетичних явлень тощо.

Відмітимо, що тривога смерті, як і тривога взагалі має тенденцію зміщуватись – замінятись якимось предметним, максимально конкретним страхом. Згідно уявлень І. Ялома та інших екзистенційних психотерапевтів, в клініці тривога у своїй первинній формі зустрічається рідко. Вона модифікується стандартними захисними механізмами (такими як витіснення, заміщення, раціоналізація), а також деякими іншими, характерними тільки для неї. До останніх належать: віра у власну винятковість (смерть не може торкнутись людини, оскільки, за її відчуттями та переконаннями, вона є особливою) та віра в кінцевого рятівника, яка може бути основою релігійної віри. Ці специфічні захисти можуть чинити адаптаційну дію, але у своїх крайніх проявах вони роблять поведінку людини ригідною та

дезадаптаптивною. Крім того, рано чи пізно вони можуть зламатися, і людина встає перед обличчям смерті, що цілком може призвести до виникнення тяжких емоційних порушень (глибокої депресії тощо).

На основі вище сказаного постає важливе питання: як можна допомогти пацієнту перебороти тривогу смерті? Ми пам'ятаємо, що тривога смерті буває двох видів: усвідомлена й неусвідомлена (витіснена тривога). Остання частіше за все проявляється у вигляді окремих конкретних страхів. Щодо першої, терапевтами застосовуються класичні техніки когнітивно-поведінкової терапії, наприклад десенсабілізацію. Пацієнту, що знаходиться в стані релаксації, пред'являють стимули, пов'язані зі смертю у певному порядку, починаючи з того, що найменше викликає тривогу, поки тривога не зникне.

Певне значення, також, мають філософські ідеї, засвоєння яких може зменшити тривогу смерті. Серед таких ідей І. Ялом виділяє ідеї Епікура: смертність душі – після смерті ми нічого не будемо усвідомлювати; смерть – це ніщо, вона не може відчуватись, а все, що не відчувається, не має значення. Крім того, Епікур приводить аргумент симетрії – після смерті ми опиняємось у тому ж стані, що й до народження, тому смерті не треба боятись. Ми можемо додати думку, що люди переживають стан, подібний до смерті, практично кожну ніч, коли перебуваємо в стані дельта-ритму (глибокого сну), коли активність мозку мінімальна (порядку 0,5 герц), у цей час ми нічого не усвідомлюємо, нічого нас не турбує і не бентежить. Тож під час смерті, коли активність мозку взагалі припиняється, ми можемо констатувати, що людина назавжди залишається в стані, подібному до глибокого сну. Хоча, як ми бачили раніше, саме неможливість щось відчувати дуже страшить деяких людей, тому вище зазначені ідеї в терапевтичному процесі потрібно застосовувати з певною обережністю. Але безумовно, ці ідеї можуть мати певне значення особливо для людей, що притримуються атеїстичного світогляду. Для віруючих людей, які протидіють тривозі смерті, звичайно, краще опиратися на певні звичні для них релігійні ідеї. Хоча І. Ялом і критично ставиться до ролі релігії в подоланні тривоги смерті, є певні емпіричні дослідження, які вказують на наявність негативного зв’язку релігійності та страху смерті у певних категорій людей (Приклад [2]).

Ірвін Ялом стверджує, що тривога смерті обернено пропорційна задоволеності життям. А отже, виявлення бажань та прагнень клієнта, його справжніх смислів та устремлінь, а також пошук шляхів їх реалізації зменшує тривогу смерті. Як не парадоксально, але саме зустріч зі смертю може допомогти у цьому. Хворі на рак або люди, які пережили клінічну смерть, часто вказують, що їх життя відчутно змінюється: вони перестають помічати дрібні неприємності, їх перестають хвилювати думки оточуючих та соціальний статус, вони починають робити те, що бажає їхня душа, а не те, що треба в рамках якихось норм чи престижно в якійсь соціальній спільноті. Вони починають радіти життю, задовольнятися тим, що мають. Так, звичайно, не у всіх відбуваються такі позитивні особистісні зміни, але конфронтація зі смертю дає людині шанс відкрити свою власну сутність і почати жити автентичним

життям, слідуючи за своїми справжніми бажаннями, і тільки це може наповнити її життя щастям. Треба відмітити, емпіричні дослідження виявили, що щастя й осмисленість життя не завжди корелює зі зменшенням тривоги смерті, а залежить від вікових та соціокультурних факторів [1]. Тож цей підхід може бути застосований не для всіх категорій людей. Більш перспективним у плані зниження рівня тривоги смерті, на нашу думку, виглядає встановлення та розвиток відносин із іншими людьми, про що говорить І. Ялом в іншій своїй роботі. Можна сказати, що вище згаданий підхід прямо випливає із еволюційно влаштованої природи людини як соціальної істоти, із глибинно заданими способами подолання тривоги смерті, які органічно випливають з цієї природи.

Щодо неусвідомленої тривоги смерті, то це скоріше теоретичний конструкт психотерапевтів. Інтерпретація переживань клієнта в рамках цього конструкта може допомогти йому тим, що відкриває йому зустріч зі смертю і дає великий шанс на кардинальну зміну життєвих пріоритетів. Але як і будь-яка інтерпретація, вона може закривати клієнта від власного досвіду, заважаючи йому саморозкритись. Тож, застосування цього конструкта може бути не завжди доцільним в умовах повсякденної психотерапевтичної практики. Але якщо ми маємо справу з людьми, які пережили близькість до смерті, навіть якщо не буде явних проявів тривоги смерті, логічно допустити її наявність в глибинах психіки даних клієнтів, що повинно вплинути на вибір стратегії психотерапії.

Список посилань:

1. Степура Є. В. Зв’язок щастя та сенсу життя зі страхом смерті. Габітус, 40, 2022. С. 71–76.

2. Roshani K. Relationship between religious beliefs and life satisfaction with death anxiety in the elderly. Annals of Biological Research, 3(9), 2012. P. 4400–4405.

3. Yoon, M. O. The effects of a death preparing education program on death anxiety, spiritual well-being, and meaning of life in adults. Journal of Korean Academy of Community Health Nursing, 20(4), 2009. P. 513–521.

Сулятицький Іван Васильович

кандидат психологічних наук, доцент, полковник у відставці, голова Українського центру психології безпеки, доцент кафедри спеціальної освіти та соціальної роботи (м. Львів)

Королишин Олена

здобувач освітнього ступеня бакалавра спеціальності «Спеціальна освіта» Львівський національний університет імені Івана Франка (м. Львів)

ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ДОПОМОГИ ЛЮДЯМ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ТРАВМАТИЧНІ ПОДІЇ

У наш час люди часто стискаються з різними травмуючими факторами, які

здебільшого негативно впливають на організм та психіку. Причинами цього можуть бути важкі тілесні ушкодження, смерть близьких, різні види насильства, стихійні лиха, бойові дії безпосереднім учасником або свідком яких є особа. Переживши такі події люди часто відчувають стрес, тривогу, безвихідь. Це може призвести до важких ускладнень, а саме депресії, апатії [3, с.9]

Кожна особа по-різному сприймає події, які з нею відбуваються. Одні можуть надто близько сприймати ситуацію та впадати у відчай, інші – навпаки є більш стійкішими до впливу навколишнього середовища. Проте здебільшого після переживання травматичної події людям потрібна психокорекційна допомога для того, щоб їхній психічний стан не погіршувався та був стабільним.

Стресова ситуація характеризується суттєвими фізичними і психічними навантаженнями, різноманітними сильними подразниками, що порушують звичний перебіг життя (нещастя, зневажливе ставлення, незаслужені образи, неправда, втрати) або браком подразників (монотонність, самотність, брак руху, інформації, ізоляція) [2, с.34].

Стресові чинники характерні для людей, які пережили травматичні події, а саме: підвищений рівень потенційної загрози для життя; тривале виконання напруженої діяльності; тривале пригнічення основних біологічних і соціальних потреб; різкі й несподівані зміни умов життєдіяльності і професійної сфери; важкі екологічні умови; відсутність контактів із близькими; проблеми в родині; неможливість змінити умови свого існування; інтенсивні й тривалі міжособистісні конфлікти; підвищена відповідальність за свої дії [2, с.34].

Для людей, які відчули на собі дію психотравмуючого чинника здебільшого потрібна допомога, а саме психокорекція. Це система впливу на психологічний стан людини, для встановлення принципів мислення і систем поведінки з подальшим усвідомленням клієнтом ірраціональних форм поведінки і корекцією їх, для подальшого гармонійного і здорового способу життя. Також процес психокорекції допомагає подолати неадекватний психологічний захист (заперечення) проблем людини, при цьому допомогти клієнту розкрити потенціал своєї особистості. Найчастіше психокорекційний процес займає тривалий проміжок часу [1, с.24]

Психокорекція орієнтована на клінічно здорову особистість, орієнтується на сильні сторони особистості незалежно від ступеня їх порушень. Психокорекція здебільшого це середньо термінова допомога (короткотермінова 15 зустрічей при консультуванні. Довготермінова – до кількох років при психотерапії) [1, с.3]. Психокорекційні впливи спрямовані на зміну поведінки і розвиток особистості клієнта. Психокорекція відрізняється від психологічного розвитку тим, що психокорекція має справу з вже сформованими якостями особистості, в той час як основна задача розвитку полягає в тому, щоб при недостатньому розвитку сформувати в людини психологічні якості [1, с.3]

Сьогодні психологічна корекція широко використовується в системі психологічної допомоги дітям і підліткам. Незважаючи на широкий спектр застосування поняття психологічної корекції, існують розбіжності відносно її

використання. Наприклад, деякі автори розглядають психологічну корекцію як спосіб профілактики нервово-психічних порушень в дітей [1, с.3]. Інші розуміють її як метод психологічного впливу, спрямований на створення оптимальних можливостей і умов розвитку особистісного та інтелектуального потенціалу дитини.

За характером спрямованості психокорекційну допомогу можна поділити на симптоматичну та каузальну. Симптоматична корекція передбачає короткотривалий вплив з метою зняття гострих симптомів відхилень у розвитку, які заважають перейти до корекції каузального типу. Каузальна (причинна) корекція спрямована на джерела і причини відхилень. Цей тип корекції більш тривалий у часі, вимагає значних зусиль, але є більш ефективним.

Залежно від форми роботи з клієнтом розрізняють корекцію індивідуальну, групову, у закритій природній групі, у відкритій групі клієнтів зі схожими проблемами; індивідуально-групову.

До методів психокорекційної допомоги особам, які перебувають у стані травматичної кризи можна віднести метод десенсибілізації та переробки травм рухом очей [4, с.66]. Він досить широко використовується для надання допомоги особистості при різноманітних гострих та хронічних кризах. Цей метод є ефективним під час роботи з учасниками бойових дій, особами, які страждають на тяжкі соматичні захворювання.

Ще одним методом є метод EMDR. Це розробка американського психотерапевта. Він відноситься до методів короткочасної психотерапії. Саме короткостроковість та відносна легкість у застосуванні є однією із основних переваг даного методу, ще одна із переваг – стійкість терапевтичного ефекту. Назва «Метод десенсибілізації та переробки травм рухом очей» не розкриває повною мірою суті методу, оскільки десенсибілізація може відбуватися не лише за допомогою рухів очей, а і за допомогою різних подразників (зорових, слухових, тактильних) [4, с.67].

Проте рухи очей є лише одним із системних компонентів даної техніки. На думку Ф. Шапіро, рухи очей, а також інших подразників дозволяють активізувати ділянки мозку, які відповідають за переробку інформації. Головне в цей період – думати про травму, бути зосередженим на травматичній події. Практичному застосуванню методу EMDR передує тривала діагностика та підготовка клієнта, а також створення атмосфери довіри [4, с.67]. Цей метод може бути використаний не лише в процесі індивідуальної, а і в процесі групової роботи із особами, що пережили фізичну та психічну травму.

Також із людьми можна використовувати техніки на розслаблення, а саме Арт-терапію. Вона передбачає залучення людини до образотворчої діяльності. Арт-терапія не має обмежень і протипоказань, для занять не потрібна спеціальна підготовка. Завжди ресурсна арт-терапія володіє особливо потужним арсеналом екологічних, дбайливих, бережливих засобів впливу на людину [3, с.101]. З дітьми також можна додатково малювати, ліпити, створювати казки, робити вироби з використанням тіста, піска.

Отже, травмуючі фактори здебільшого негативно впливають на людину і можуть призвести до порушення психічного та соматичного здоров'я, процесу соціалізації, а в тяжких випадках – до його викривлення. При цьому внутрішніх ресурсів особистості не завжди достатньо для конструктивного подолання кризового стану, у переважній більшості позитивний вихід із стану кризи без залучення додаткових ресурсів неможливий [4, с.69]. Найбільш ефективним є психокорекційна допомога, за допомогою якої людина зможе покращити свій загальний та психічний стан.

Список посилань:

1. Контрольна робота «Психокорекція», с.26. https://allreferat.com.ua/uk/psuhologiya/kontrolnaya/3358

2. Царенко Л. Г. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2. Київ, 2018. 240 с.

3. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій. Методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко, Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. Київ : ТОВ Видавництво "Логос". – 207 с.

4. Власенко С. Б. Психологічна допомога особам, які знаходяться в стані травматичної кризи. *Юридична психологія*. С. 59-71.

Ткаченко Ольга Тимофіївна

аспірант кафедри загальної та диференціальної психології Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д.Ушинського (м. Одеса)

НЕГАТИВНІ ПСИХІЧНІ СТАНИ ТА ЇХ НАСЛІДКИ У ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ: СТРАТЕГІЇ ДОПОМОГИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Під час військових конфліктів однією з найуразливіших та беззахисних категорій цивільного населення є діти. На їхніх очах відбуваються страшні події, і більшість з дітей перебуває у постійному стресі, адже більшість із них не можуть прийняти ту реальність, у яку вони потрапили. Діти з порушеннями інтелектуального розвитку є особливо вразливими до цих страшних подій. Вони здригаються від вибухів, не розуміють нове переміщення у безпечне місце, опиняються в ступорі або виявляють істерики під час сирен повітряної тривоги, відчувають постійний страх, розгубленість, тривогу та мають інші негативні психічні прояви. Через це важливим є застосування необхідної підтримки та допомоги таким дітям під час війни, максимально враховуючи їхні інтелектуальні можливості з метою мінімізації в них наслідків психологічної травми.

Війна, зміна звичного розпорядку дня та умов життя, розлука з батьками, іншими близькими або їх смерть, втрата друзів, насилля щодо дітей чи їхніх рідних та близьких, бомбування, повітряні тривоги, переїзд в інше місце чи країну, невідомість та інші негативні фактори – усе це шкодить психологічному

стану дитини.

Про психологічної допомоги більшості наших дітей свідчать результати опитування, яке було проведено дослідницькою компанією Gradus Research. За їхніми даними, 75% від усіх батьків, які взяли участь в опитуванні, стверджують, що їхні діти демонструють ті чи інші ознаки психотравматизації. Найбільш розповсюдженою ознакою «емоційних гойдалок» є швидке та безпричинне коливання настрою від гарного до поганого. Він спостерігається у 45% дітей. На другому місці – підвищений рівень тривожності – у 41% дітей.

Війна вплинула й на фізіологічні потреби дітей:

-29% дітей мають порушення сну;

- 10% страждають від нічних кошмарів,

- 20% дітей – поганий апетит.

Також події війни мають свої наслідки для сприйняття світу та комунікації:

-20% дітей часто згадують та обговорюють пережиті та побачені події;

- 7% дітей відіграють побачене і пережите у формі гри;

- у 13% дітей зменшилося або взагалі припинилося бажання спілкуватися з іншими людьми.

Після початку війни:

-16% дітей страждають на порушення пам’яті, уваги та здатності навчатися;

- 13% проявляють спалахи агресії;

- 6% переживають панічні атаки;

- в 3% дітей проявляється саморуйнівна поведінка, тобто в них з’явилися шкідливі звички, вони цілеспрямовано завдають собі ушкоджень.

Результати цього ж дослідження засвідчили, що дві третини батьків прямо розмовляли з дитиною про війну. Однак третина батьків вважають своїх дітей або замалими для такої розмови (найчастіше це стосується дітей до 9 років) або дорослими, які самостійно все розуміють й не потребують батьківських пояснень (найчастіше це стосується дітей, старших 14 років).

Тож робота з психологом допоможе вам і вашій дитині та попередить ще більші негативні наслідки війни, в тому числі психологічні. Позбавлятися цих наслідків через декілька років буде набагато важче. Війна залишає важкий слід у душах, особливо дитячих, тож треба спільно мінімізувати її негативний вплив на дитину. Адже стан здоров’я безпосередньо впливає на психологічний і психічний стан особистості, а в дитячому віці обумовлюється ще й становленням і формуванням тих або інших особливостей особистості (самооцінки, особистісних рис, наприклад: соромливості, нерішучості, тривожності) [1, с. 45].

Тому тривалий та систематичний вплив негативних станів може призвести до нервово-психічного перенапруження, виснаження енергетичних і психічних ресурсів, унаслідок чого й формується астенічний синдром, а в окремих випадках мають місце навіть невротичні зміни особистості. До того ж наслідки негативних психічних станів, у випадку їх систематичної наявності та частих проявів, можуть спричинити формування стійкої особистісної дезадаптації.

Найбільшу групу негативних психічних станів становлять емоційні. Серед них вагоме місце посідають хвилювання, тривога, страх, паніка, гнів, переляк, незадоволення, сум, горе, розпач, пригніченість, емоційне перенапруження, ненависть, фрустація, агресія, депресія тощо[4, с. 83].

Отже, психологічний супровід дітей з порушеннями інтелектуального розвитку та їхнє виховання потребує планування, додаткової професійної підготовки, а також контактів з фахівцями, які можуть надати відповідну допомогу. Таку допомогу батькам, практичним психологам та педагогам, як правило, надають психолого – медико - педагогічні консультації (ПМПК), які є методичними установами системи освіти і здійснюють консультативну, методичну, психолого-педагогічну, корекційно-відновлювальну, розвивальну, аналітичну, прогностичну, профілактичну, просвітницьку роботу.

Перед психологом, що здійснює психологічний супровід, дітей з особливими потребами постають наступні завдання:

1) підбір діагностичного інструментарію, придатного для роботи з різними категоріями дітей відповідно до наявного дефекту розвитку та психологічної травми; створення банку даних діагностичного інструментарію щодо вивчення індивідуальних особливостей дітей, рівня розвитку пізнавальних процесів, рівня адаптації дитини до умов навчального закладу, стилю спілкування батьків та педагогів з дітьми;

2) виявлення дітей, у яких виникають труднощі у навчанні, спілкуванні та взаємодії з оточуючими; визначення причин цих труднощів шляхом проведення психологічної діагностики та спостережень;

3) надання психологічної допомоги дітям, які мають особливі потреби у вигляді консультування, психокорекції, психологічної підтримки;

4) проведення моніторингу медико - психологічного і психолого-педагогічного статусу дитини в динаміці її психічного розвитку;

5) надання консультативної допомоги батькам дітей з особливими потребами;

6) формування в учасників навчально-виховного процесу (дітей, батьків, вихователів, представників адміністрації) толерантне ставлення до дітей з особливими освітніми потребами шляхом здійснення просвітницької роботи [2, с. 88-89].

До супроводу сімей, що постраждали внаслідок війни, та у яких виховуються діти з порушеннями інтелектуального розвитку повинні долучатися й фахівці відділу освіти. Вони беруть участь у розробці різного контенту для підтримки як дітей з інтелектуальними та комплексними порушеннями розвитку, так і для фахівців, які працюють з такими дітьми, використовуючи різні форми навчання (очну, дистанційну, змішану). Також допомагають консультаціями та порадами батькам дітей з особливими освітніми потребами, які потребують підтримки та допомоги фахівців. Співробітниками відділу проводяться круглі столи та інші заходи.

На підтримку та екстрену допомогу дітям з порушеннями інтелектуального розвитку розроблено пам’ятки рекомендаційного характеру, які містять певний алгоритм дій при стресі чи інших нервово-психічних

розладах у дітей з особливими освітніми потребами. Пам'ятки містять певні алгоритми, як діяти в тій чи ситуації та надати допомогу, яку потребують діти.

На сторінці відділу освіти має постійно викладатися корисний та цікавий матеріал для дітей з порушеннями інтелектуального різного віку, в тому числі, із особливими освітніми потребами для можливості дорослим заспокоїти дітей, створити психологічний комфорт.

Для допомоги фахівцям, як працюють з дітьми з порушеннями інтелектуального розвитку, мають змогу навчати, відділом освіти дітей з порушеннями інтелектуального розвитку також презентуються методичні матеріали, презентації, путівники для батьків дітей з особливими освітніми потребами[5].

Саме запропоновані навчально-методичні матеріали, навчально-методичні посібники, методичні рекомендації батькам та педагогам, які постійно розміщуються як на сайті Інституту спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка, так і на сторінці відділу у Фейсбуці, розкривають важливі корекційні прийоми у роботі з дітьми з інтелектуальними та комплексними порушеннями розвитку, допомагають у навчанні, у використанні психокорекційних прийомів та технологій для нормалізації психічного стану, налагодженню комунікації та спілкування дітей зі своїми вчителями, друзями, однолітками. На моїй практиці ці рекомендації є дієвими і я трансформую та індивідуалізую їх, беручи за основу.

Список посилань:

1. Вікова психологія / За ред. М. Савчин. Київ, 2018. 338 с.
2. Дошкільна педагогічна психологія. Київ: Вища школа, 2007. 268 с.
3. Заброцький М.Основи вікової психології. Тернопіль, 2018.– 345 с.
4. Кононко О. Л. Психологічні основи особистісного становлення дитини (системний підхід): монографія. Київ, 2021. 336 с.
5. Панок В.Г. Титаренко Т.М. Чепелєва Н.В. та ін. Основи практичної психології. Підручник для студентів вищих закладів освіти. Київ : Либідь, 2009. 533 с.

Товма Микола Іванович
кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри військово-соціального та психологічного забезпечення оперативного факультету Національна академія Національної гвардії України (м. Харків)

Товма Ігор Миколайович
кандидат військових наук, заступник начальника кафедри психології та педагогіки гуманітарного факультету Національна академія Національної гвардії України (м. Харків)

ДОКТРИНАЛЬНИЙ ПІДХІД ДО РОЗВИТКУ ВІЙСЬКОВОГО ЛІДЕРСТВА В НАЦІОНАЛЬНІЙ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

На сучасному етапі функціонування та розвитку Національної гвардії

України постать командира усіх рівнів відіграє виключну, особливу, визначну роль, яка, зокрема, визначається його здатністю швидко та професійно реагувати на внутрішні та зовнішні обставини, вмінням адекватно оцінювати обстановку, ефективно керувати підрозділом, адже від його рішень залежить не тільки успіх виконання службових (бойових) завдань, а й життя та здоров'я підлеглого особового складу. Функціональні обов'язки посадових осіб усіх рівнів регламентуються чисельними законодавчими актами та інструкціями, розробляються та впроваджуються методичні рекомендації, які, безумовно, є невід'ємною формальною установкою їх діяльності, але ж, в свою чергу, не менш важливу роль займає й неформальна складова взаємодії командира і колективу.

В останні роки в вітчизняних військових та цивільних колах все більшої актуальності набирають обговорення у площині «командир – лідер». Досвід виконання службових (бойових) завдань свідчить, що ці два поняття не завжди ототожнюються, особливо, коли мова йде про екстремальні (бойові) ситуації, що є певною крайністю прояву індивідуальних психологічних особливостей особистості та вимагає від військовослужбовця значних професійних, моральних та вольових зусиль.

В повсякденній діяльності, поряд з чітко регламентованими обов'язками, командир постійно керується своїм певним внутрішнім розумінням його неформальної ролі і місця в підрозділі, спирається на існуючі нормативно-правові документи, методичні рекомендації та власний досвід взаємодії з оточуючими, але ж його роль особливо виражається в екстремальних (бойових) умовах та запорука його ефективності ґрунтується на його морально-вольових та професійних якостях та рівні його всебічної підготовки. Ця тематика прямо чи опосередковано, в тій чи іншій формі вже відображена в керівних документах та методичних рекомендаціях національних та зарубіжних сил безпеки та оборони і використовується у повсякденному житті підрозділів та під час виконання службових (бойових) завдань.

В силових структурах провідних країн світу питанню психології лідерства відводиться особливо важлива роль, формування військового лідера є невід'ємною складовою підготовки командира будь-якого рівня. Створюються та постійно діють різноманітні програми та курси з військового лідерства, розробляється та удосконалюється нормативно-правова та навчально-методична база, що забезпечує існування та дотримання командирами неформальних вимог офіційної діяльності сучасного військового керівника.

Так, наприклад, в Збройних силах США створено нормативно-правову базу, що регламентує вимоги та стандарти до військового керівника як лідера підрозділу, зокрема, доктринальна публікація Збройних сил США ADP 6-22 «Військове лідерство та військова професія» визначає та описує яким саме має бути керівник та що він має робити. Наявність стандарту щодо лідерських якостей та ключових лідерських компетенцій сприяють цільовому зворотному зв'язку, вихованню, навчанню та розвитку на усіх рівнях керівництва [1]. Слід звернути увагу, що окрім лідерських якостей та компетенцій на всіх рівнях

керівництва документ також відображає стандарти військової професії, військові цінності та етичні вимоги до військовослужбовців та службовців Збройних сил та Національної гвардії США, що, безумовно, доречно у контексті базових стандартів до лідера як військовослужбовця (службовця) та невід'ємної частини військового колективу.

У сучасній вітчизняній законодавчій базі, яка безпосередньо регламентує службову (бойову) діяльність підрозділів існує багато посилань на постать командира та процесів, пов'язаних з управлінням підрозділами. Так, наприклад, у статутах Збройних Сил України єдиноначальність визначено одним із принципів будівництва і керівництва, яка полягає в:

- наділенні командира (начальника) всією повнотою розпорядчої влади стосовно підлеглих і покладенні на нього персональної відповідальності перед державою за всі сторони життя та діяльності військової частини, підрозділу і кожного військовослужбовця;
- наданні командирові (начальникові) права одноособово приймати рішення, віддавати накази;
- забезпеченні виконання зазначених рішень (наказів), виходячи із всебічної оцінки обстановки та керуючись вимогами законів і статутів Збройних Сил України [4].

Беззаперечно, єдиноначальність відіграє важливу роль у взаємовідносинах між командиром та підлеглим та, поряд з морально-вольовими якостями та професійною компетентністю керівника, займає особливе місце у керівництві підрозділами.

Ще одним дієвим інструментом командира є військова дисципліна, яка вимагає бездоганного і неухильного додержання всіма військовослужбовцями порядку і правил, встановлених статутами Збройних Сил України та іншим законодавством України. Військова дисципліна досягається шляхом умілого поєднання повсякденної вимогливості командирів і начальників до підлеглих без приниження їх особистої гідності, з дотриманням прав і свобод, постійної турботи про них та правильного застосування засобів переконання, примусу й громадського впливу колективу. Стан військової дисципліни у військовій частині (підрозділі), закладі, установі та організації визначається здатністю особового складу виконувати в повному обсязі та в строк поставлені завдання, морально-психологічним станом особового складу, спроможністю командирів підтримувати на належному рівні військову дисципліну [3]. При цьому, хоча неформальні відносини і не прописані, військова дисципліна була і залишається важливою складовою діяльності будь-якого підрозділу.

Безумовно, вищенаведені приклади є необхідним правовим компонентом діяльності командира, але, враховуючи сучасні тенденції та соціальні цінності, потребують пояснень та доповнень, які повинні мати прикладний, практичний характер.

Серед вітчизняних силових структур сектору безпеки та оборони вперше спроба узагальнити та доповнити сучасні вимоги та стандарти щодо лідерських компетенцій військового керівника була зроблена у Збройних силах України у

2020 році із затвердженням відповідної Доктрини розвитку військового лідерства у ЗСУ. В документі розкрито низку неформальних особливостей та вимог до командира підрозділів Збройних сил України, зокрема, індивідуальна лідерська здатність військовослужбовця будь-якої категорії полягає у наступному:

- критично оцінити реальний стан речей;
- чітко усвідомити існуючі загрози та наявні можливості;
- залучити необхідні ресурси, визначити шляхи і способи їх використання;
- застосувати ефективні внутрішні комунікації;
- надихнути та вмотивувати особовий склад (персонал) до виконання визначених завдань;
- досягти очікуваних результатів та сприяти розвитку й удосконаленню бойової спроможності кожного окремого військовослужбовця та підрозділу, військової організаційної структури загалом. [2].

В документі також чітко прописані завдання, серед яких є:

- визначити та розкрити сутність засадничих лідерських цінностей у Збройних сил України;
- надати чіткі характеристики ідентичності лідера в українському війську [2].

Розробка та впровадження такого фундаментального документу є визначним для будь-якої силової структури сектору безпеки та оборони України. Доктрина розвитку військового лідерства у ЗСУ включає сучасні досягнення та тенденції у сфері психології лідерства та стандартизує поняття та вимоги до сучасного військового керівника, але, в той самий час, спрямована на внутрішню аудиторію структури, не враховує або опосередковано враховує специфіку, завдання та функції інших утворених відповідно до законів України військових формувань, органів спеціального призначення з правоохоронними функціями.

Таким чином, розробка подібного документу в Національній гвардії України є нагальним питанням узагальнення, стандартизації та впровадження корпоративної лідерської концепції, який дозволить враховувати специфіку завдань та функцій, покладених на НГУ та ефективно вирішувати службові (бойові) завдання за рахунок керівників високого професійного рівня.

Список посилань:

1. ADP 6-22, C1. Army Leadership and the Profession. Headquarters Department of the Army, Washington, DC, 25 November 2019.

2. Доктрина розвитку військового лідерства у Збройних силах України. ВКП 7-00(03).01, затверджена наказом Генерального штабу Збройних Сил України від 01.02.2020 № 3736.

3. Закон України «Про Дисциплінарний статут Збройних Сил України» від 24 березня 1999 року № 551-XIV. *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*, 1999, № 22-23, ст.197. (зі змінами).

4. Закон України «Про Статут внутрішньої служби Збройних Сил України» від 24 березня 1999 року № 548-XIV. *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*, 1999, № 22-23, ст.194. (зі змінами).

Федчук Олександр Валерійович
аспірант кафедри теоретичної психології Інституту управління, психології та безпеки Львівського державного університету внутрішніх справ (м. Львів)

ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ, ЯК ОСНОВА ГОТОВНОСТІ ДО ДІЙ В РИЗИКОНЕБЕЗПЕЧНИХ УМОВАХ

Участь в ризиконебезпечних умовах практично завжди супроводжується стресовою реакцією організму, психоемоційною напруженістю, ризиком та психологічною травматизацією. А діяльність військовослужбовців зумовлює значну потребу у формуванні та зміцненні психологічної стійкості особистості до негативного впливу різних чинників при виконанні завдань за призначенням, а особливо в бойових умовах.

Психологічна стійкість – це здатність особистості впевнено діяти в умовах ризику, небезпеки, складності та негараздів, рівномірно проходити адаптацію та відновлення. Військовослужбовець повинен мати психічний ресурс, щоб адаптуватися до несприятливих змін, долати труднощі та будувати плани і втілювати їх в життя. При володінні прийомами і методами психологічної саморегуляції власного емоційного стану більше половини захисників можуть бути повернені в стрій протягом перших трьох діб [1].

Домінантною умовою психологічної стійкості особистості є власна пошукова активність. Так, пошукова активність військовослужбовця в частині пошуку нових можливостей, готовності до засвоєння сучасних психологічних технік, які спрямовані на саморегуляцію власних психоемоційних станів, сприятиме формуванню психологічної стійкості особистості. Враховуючи це, під час проведення занять з професійно–психологічної підготовки та з метою формування психологічно важливих якостей захисника, слід відпрацьовувати:

– психодіагностику *(спостереження, бесіда, тестування);*

– тренінги *(формування стресостійкості, профілактики посттравматичних станів, подолання емоційного вигорання, формування комунікативних навичок);*

– оволодіння навичками аутогенного тренування, тощо.

Особистість, котра потрапляла у складні екстремальні і ризиконебезпечні ситуації та впоралася з ними, апріорі, має більше шансів впоратися і з іншими, а ніж та, котра ніколи в них не потрапляла, тому так вкрай необхідно підходити відповідально та регулярно проводити психологічні тренінги і практичні заняття.

Для самостійного підвищення психологічної стійкості, слід звертати увагу на:

- *реалістичну оцінку та постановку цілей;*
- *підвищенні соціальної підтримки;*
- *поєднанні проблемного та емоційного сфокусованого копінгу;*
- *емоційного та соціального балансу;*
- *оптимізму.*

Для допомоги військовослужбовцям із індивідуальним курсом відновлення, особливо тим, хто стурбований стигматизацією, пов'язаною з пошуком допомоги, або тим, хто має значну службову навантаженість слід застосовувати підхід: навчання навичкам, які пов'язані з ситуаціями виживання. Цей підхід до формування психологічної стійкості полягає в опитуванні тих, хто пережив інтенсивні стресові ситуації. Наприклад, вирішення проблем у постраждалих від психологічних травм, що дозволило їм зберегти відчуття контролю та ефективності під час складних життєвих ситуаціях включає наступні кроки:

- *молитву;*
- *думки про близьких;*
- *збереження спокою;*
- *уважний аналіз;*
- *відчуття самого контролю;*
- *відкидання думок про смерть;*
- *впевненість у друзях, які прийдуть їм на допомогу;*
- *позитивне мислення на діях щодо подолання труднощів;*
- *пригадування та відпрацювання навичок попереднього навчання щодо ситуації, в якій вони перебували.*

Підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до стресів бойових дій забезпечується наданням їм конкретної інформації, яка здатна допомогти подолати загрозливі ситуації. Також важливо підготувати їх до того, щоб вони самі могли впоратися з несподіваними ситуаціями, які спричиняють збентеженість, розгубленість або безпорадність [4].

Тут можна виділити шість факторів, які найбільше допомагають пережити небезпечні ситуації:

1. Бути адаптивним і гнучким, коригувати свою поведінку відповідно до змін навколишнього середовища.
2. Швидко само організовуватися; розбивати дуже великі завдання на невеликі, керувати завданнями; ставити досяжні цілі і розробляти короткострокові плани на їх досягнення.
3. Мати чіткі знання меж своїх можливостей, без їх переоцінки або недооцінки.
4. Знати якомога більше про ситуацію заздалегідь.
5. Вміти вірно оцінити ситуацію та вчасно зупинитися, якщо зрозуміло, що навколишнє середовище не сприяє подальшим діям, незалежно від того, скільки заплановано; бути реалістичним щодо цілей і часових меж; вміти задовольнятися самим процесом діяльності.
6. Культивувати позитивний психологічний настрій шляхом: створення

постійного відчуття мотивації, запобігання безнадійності та надання собі невеликих пауз від стресу ситуації, що склалася; святкування успіхів і задоволення від виконання завдань, навіть маленьких; не впадати у відчай через невдачі; усвідомлення того, що життя не завжди справедливе; прийняття рішення бути обережним і робити все можливе, а також бути впевненим у кінцевому успіху; розуміння того, що якщо потрібно то почати все заново.

Відповідно до сучасних підходів, виділяються п’ять ключових аспектів психологічної стійкості: фізіологічна та психологічна стійкість; статеві відмінності стійкості; внесок аеробних та силових тренувань у стійкість; термостійкість та роль для формування стійкості генетики та виховання. Взаємозв’язок цих п’яти аспектів показує необхідність міждисциплінарного підходу до розуміння та формування психологічної стійкості до зовнішніх впливів.

Висновок: нині вкрай актуальним є питання щодо вдосконалення методик формування психологічної стійкості особистості до фруструючого та стресогенного впливу ризиконебезпечних та екстремальних ситуацій в професійній діяльності військовослужбовців.

Список посилань:

1. Аршава І.Ф. Емоційна стійкість людини та її діагностика: дис. д-ра психол. наук: 19.00.02. Дніпропетровськ, 2007. С. 381-405.

2. Грицина О.М. Розвиток психологічної стійкості у керівників органів охорони державного кордону України: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.09. Хмельницький, 2018. 20 с.

3. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій: метод. посіб. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с.

4. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. Київ: Ніка-Центр, 2007. 432 с.

5. Тімченко О.В. Проблема психологічної готовності військового фахівця до екстреної дії в стані емоційного стресу: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.01. Харків, 1995. 24 с.

Фомич Микола Володимирович

кандидат психологічних наук, доцент, начальник кафедри психології діяльності в особливих умовах ЧІПБ ім. Героїв Чорнобиля НУЦЗ України (м.Черкаси)

ТЕХНОЛОГІЇ ВІРТУАЛЬНОЇ РЕАЛЬНОСТІ ЯК ІНСТРУМЕНТ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПЕРСОНАЛУ ОПЕРАТИВНО-РЯТУВАЛЬНОЇ СЛУЖБИ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ

За останнє десятиліття в психологічній практиці активно впроваджується нова експериментальна технологія «віртуальної реальності» (ВР). Нині її ефективність підтверджена в нейропсихології, соціальній психології, психотерапії. Зокрема ВР була корисно застосована при терапії зменшення страху

в осіб зі специфічними фобіями (Parsons &Rizzo, 2008; Opris et al., 2012; Morina et al., 2015); для профілактики залежностей (Hone-Blanchet, Wensing, & Fecteau, 2014; Yoon та ін., 2014), депресій (Falconer та ін., 2016), параноїдального марення (Freeman та ін., 2016), тренуванні функціональних навичок та рухової реабілітація (Deutsch & McCoy, 2017; Howard, 2017) тощо.

Новим напрямком застосування технологій ВР є психологічна підготовка особового складу до різних видів професійної діяльності, зокрема військових та цивільних воєнізованих формувань, не виключенням є і персонал оперативно-рятувальної служби цивільного захисту (ОРСЦЗ).

Віртуальна реальність (ВР, англ. Virtual reality, VR, штучна реальність) – створений технічними засобами світ, який передається людині через її відчуття: зір, слух, дотик [1]. Віртуальна реальність імітує як вплив, так і реакції на вплив. Для створення переконливого комплексу відчуттів реальності комп'ютерний синтез властивостей і реакцій віртуальної реальності проводиться в реальному часі.

Одним з теоретиків застосування методів віртуальної реальності у психологічній практиці є американський психолог John R. Suler, який обґрунтував можливість перенесення об’єктів фізичного світу у кіберпростір, зокрема і через систему віртуальної реальності [3].

Практичним застосуванням методів віртуальної реальності у психологічній підготовці персоналу ОРСЦЗ є розробка канадських фахівців – кімната віртуальної реальності «CAVE», це система занурення особи у віртуальну реальність, яка відтворює в тривимірному віртуальному світі все, що можна змоделювати у 3D – деталі будь-якої місцевості, техніки, обладнання та пожежно-рятувального озброєння тощо.

Такі системи можна використовувати для всього: від навчання поводженню з технікою, до реалістичних уроків налагодження обладнання в польових умовах, від взаємодії з населенням, до дій у складі підрозділу.

При створенні віртуальної реальності необхідно домогтися того, щоб вона була [4]:

− правдоподібною – підтримувала у працівника відчуття реальності того, що відбувається;

− інтерактивною – забезпечувала взаємодію із середовищем;

− доступною для вивчення – надавала можливість досліджувати великий, деталізований світ;

− що створює ефект присутності – залучала у процес як мозок, так і тіло клієнта, впливаючи на максимально можливе число органів чуттів.

Очевидно, досягнення цих цілей можливо лише за використання високопродуктивного апаратно-програмного забезпечення. На даному етапі розвитку технологій ВР серед них можна виділити наступні типи: технології ВР без занурення; технології ВР зі спільною інфраструктурою; технології ВР з ефектом повного занурення [2].

Технології ВР без занурення. До них відносяться симуляції із зображенням, звуком і контролерами, що транслюються на екран, бажано

широкоформатний. Такі системи зараховують до віртуальної реальності, оскільки за ступенем впливу вони набагато перевершують інші засоби мультимедіа, хоча і не реалізують повною мірою вимоги, що пред'являються до ВР. Симуляція зображення дозволяє показати персоналу ОРСЦЗ небезпечні фактори пожежі і ситуації під час її гасіння, в результаті чого формуються зорові і слухові уявлення про ці фактори, умови, обставини, а разом з цим в значній мірі знижується психологічний ефект їх новизни, сила дії під час зіткнення з ними на пожежі. Симуляція звуків, наприклад, пожежі може використовуються як для пасивного прослуховування й запам'ятовування, так і для розвитку слухової чутливості шляхом порівняння та розрізнення подібних звуків і визначення по них тієї чи іншої події на пожежі. Такі вміння дуже корисні, вони підвищують психологічні можливості особового складу. Відомо, що досвідчені пожежні можуть по характерних звуках виявляти осередок пожежі.

Технології ВР зі спільною інфраструктурою. До них можна віднести Second Life – тривимірний віртуальний світ з елементами соціальної мережі. Така технологія не забезпечує повного занурення, але дозволяє організовувати взаємодію з іншими користувачами, чого часто не вистачає у продуктів «справжньої» віртуальної реальності. Дана технологія може служити для відпрацювання елементів психологічної підготовки при роботі в команді, наприклад, у складі ланки ГДЗС.

Технології ВР з ефектом повного занурення, забезпечують правдоподібну симуляцію віртуального світу з високим ступенем деталізації. Для їх реалізації необхідний високопродуктивний комп'ютер, здатний розпізнавати дії клієнта і реагувати на них в режимі реального часу, і спеціальне обладнання, що забезпечує ефект занурення. Така технологія може використовуватись для навчання поводженню з пожежно-рятувальною технікою.

Розглянемо як працює технологія ВР. Найпоширенішим засобом занурення у віртуальну реальність є спеціальні шоломи/окуляри. На розташований перед очима працівника ОРСЦЗ дисплей виводиться відео в форматі 3D. Прикріплені до корпусу гіроскоп і акселерометр відстежують повороти голови і передають дані в обчислювальну систему, яка змінює зображення на дисплеї в залежності від показань датчиків. У результаті працівник має можливість «озирнутися» всередині віртуальної реальності і відчути себе в ній, як у реальному світі.

Для більш реалістичного занурення у світ віртуальної реальності крім датчиків, які відстежують положення голови, у пристроях ВР можуть застосовуватися трекінгові системи, які відстежують руху зіниць очей і дозволяють визначити, куди працівник дивиться в кожен момент часу, а також відстежують рухи його тіла з метою повторення їх у віртуальному світі. Таке відстеження може здійснюватися за допомогою спеціальних датчиків або відеокамери.

Оскільки 80% інформації людина отримує через зір. Тому розробники систем ВР приділяють величезну увагу саме пристроям, що забезпечує формування зображень. Як правило, їх доповнюють пристроями стереозображення, ведуться

роботи по тактильним впливам і навіть імітації запахів (продуктів горіння, крові та ін.).

Зображення проектується за допомогою шоломів віртуальної реальності, які є основним компонентом ВР з повним зануренням, оскільки не тільки забезпечують об’ємне зображення і стереозвук, але ще і частково ізолюють користувача від навколишньої реальності.

Сучасні шоломи віртуальної реальності (HMD-display, head-mounted display, відеошлем) містять один або кілька дисплеїв, на які виводяться зображення для лівого і правого ока, систему лінз для коригування геометрії зображення, а також систему трекінгу, що відстежує орієнтацію пристрою в просторі. За зовнішнім виглядом вони схожі на окуляри, тому їх все частіше називають ВР headsets (ВР-гарнітури) або просто окуляри віртуальної реальності. Їх можна розділити на три групи [109]:

1. Окуляри, в яких обробку і виведення зображення забезпечує смартфон (Android, iPhone, Windows Phone). Сучасний смартфон – високопродуктивний пристрій, здатний самостійно обробляти тривимірні зображення. Дисплеї смартфонів мають досить високу роздільну здатністю. Практично кожен смартфон забезпечений датчиками, що дозволяють визначати положення пристрою в просторі.

2. Окуляри, у яких обробку зображення забезпечує зовнішній пристрій (ПК, Xbox, PlayStation тощо). Зовнішній пристрій повинен бути високопродуктивним, а окуляри забезпечені датчиками контролю.

3. Автономні окуляри віртуальної реальності (Lenovo Mirage Solo, спільно з Google, Oculus Quest від Facebook, Samsung Gear VR тощо).

Motion Parallax 3D-дисплеї. Такі дисплеї задіють властивий людині механізм сприйняття обсягу – паралакс (motion parallax). Для цього в кожен момент часу для працівника, виходячи з його положення щодо екрану, генерується відповідна проекція тривимірного об'єкту. Переміщаючись навколо якого, працівник може оглянути його з усіх боків. Явище паралакса багаторазово підсилює сприйняття обсягу. На відміну від 3D-кінематографа і 3D-TV, які використовують лише бінокулярний зір, технологія MotionParallax3D дозволяє розглянути 3D-сцену з усіх боків, як якщо б всі її об’єкти були реальні.

Система, що використовує механізм паралакса, повинна вхоплювати найдрібніші рухи голови працівника і відстежувати їх з високою швидкістю і точністю, щоб мозок не фіксував спотворення геометрії об'єктів, викликані запізненням зміни зображення. Затримка повинна складати не більше 20 мс.

Розглядаючи механізм психологічної дії методу віртуальної реальності, то варто відзначити, що кіберпростір передбачає, як процес, так і результат зміни поведінки людини, формування нових умінь та навичок дій під час взаємодії з ним.

По сутті, віртуальний простір є своєрідним інформаційно-предметним середовищем для цілеспрямованого психологічного тренування людини, що спричиняє певний розвиток, який може продовжуватися вже за межами віртуального середовища і переноситись на життя й практичну діяльність

людини. У результаті цього зростає консенсус щодо того, що віртуальна реальність стає перспективним інструментом проведення психологічної підготовки персоналу оперативно-рятувальної служби цивільного захисту.

Список посилань:

1. Немеш О. М. Віртуальна діяльність особистості: структура та динаміка психологічного змісту: монографія. Київ: Слово, 2017. 391 с.

2. Технології і концепції Industry 4.0. Режим доступу: https://cutt.ly/YZ3T9vU.

3. John R. Suler. The psychology of cyberspace. Rider University, 2000. Режим доступу: https://cutt.ly/jZ3TZQn.

4. Virtual Reality goes to work, helping train U.S. Army Soldiers. Defence Blog. Режим доступу: https://monkeyviral.com.

Харченко Світлана В'ячеславівна

кандидат психологічних наук, доцент, професор кафедри педагогіки та психології факультету № 3 Харківського національного університету внутрішніх справ (м. Харків)

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ СТРЕСУ НАСЕЛЕННЯМ, ЯКЕ ВНАСЛІДОК БОЙОВИХ ДІЙ В УКРАЇНІ, ТА МОЖЛИВОСТІ ОТРИМАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

Останні дев'ять місяців були найскладнішими для українського суспільства. Цивільне населення країни опинилося під впливом екстремальних чинників воєнного ґенезу різного ступеню інтенсивності та варіативності в залежності від місця мешкання. Цивільне населення України також стикнулося з потужним соціальним стресом, який пов'язаний зі змінами в звичному способу життя, ціннісних орієнтаціях, соціально-статусними та соціально-економічними змінами тощо.

В умова бойових дій цивільне населення потерпає не менш за військових. За даними UNICEF, в період Першої світової війни 5% всіх жертв склали цивільні особи, під час Другої світової війни - 50% всіх жертв війни, в наступних війнах - вже понад 90% всіх жертв становить мирне населення [1].

Як було відзначено в психологічній літературі, стрес викликає не тільки психопатологічні феномени (тривогу, занепокоєння, знижений настрій тощо), а й так звані психосоматичні розлади (проблеми зі сном, труднощі зосередження, втома та загальна дратівливість, головний біль, запаморочення, коливання артеріального тиску, м'язова напруга та біль у серці тощо). На думку Н.В. Тарабріної, при неодноразовому повторенні або при великій тривалості афективних реакцій у зв'язку з життєвими труднощами, що продовжуються, емоційне збудження може набути стабільної застійної форми, що стає причиною істотних особистісних та поведінкових проблем людини.

Вчені дійшли висновку, що під впливом психотравмуючої ситуації у людини порушується процес сприйняття безперервності життя, і руйнуються індивідуальні когнітивні схеми, які до психотравмуючого впливу робили

суб'єктивний світ зрозумілим, передбачуваним та безпечним, а також базові уявлення про світ та про себе.

В літературі виділяють три основні типи ставлення себе у ситуації стресу:

- як до жертви екстремальної ситуації – така поведінкова позиція може посилювати стрес;

- як поєднання «я – жертва» з прийняттям себе як цінності, що перебуває у своїх руках – таке ставлення сприяє самозбереженню особистості;

- як до одного з людей - цей тип ставлення найбільше сприяє збереженню ефективної діяльності під час стресу [1].

Наш досвід вимагає до цього переліку додати ще один тип – «тип рятівника», який виконує свої професійні обов'язки або певні функції з життєзабезпечення інших поза межами основної роботи (часто замість неї) в екстремальних умовах, хоча в звичайному житті їх виконання не передбачало ризиків для життя.

Нами спільно з А. Сіроштан, було проведене нерандомизоване опитування дорослих цивільних осіб в березні місяці 2022 року в м. Харкові. За його результатами були виявлені наступні найпоширеніші реакції людей: найбільша кількість опитаних (29,6 %) відмітили прояви агресивної поведінки; на другому місці респонденти вказали різноманітні тривоги (26,4%), які їм було важко опановувати; значна частина опитаних відчували апатію (25,9%); зі ступором зіткнулися деякі опитані (18,1%).

Також спостерігалися у населення виражена потреба в безпеці; повторювані спогади про травматичні події, їх часте проговорювання; негативні симптоми настрою (найчастіше у вигляді нездатність відчувати позитивний настрій чи позитивні емоції (такі як задоволення чи радість); неможливість згадати певні деталі травматичного досвіду; розлади сну; проблеми з концентрацією та зосередженням уваги; істотні зміни у сприйнятті часу.

Отже, цивільне населення України тривалий час перебувало під впливом дії комбінованих стрес факторів воєнного та соціального ґенезу, що викликало низку психологічних розладів. Умовно постраждале населення України можна поділити на наступні страти:

- населення, яке безпосередньо перебувало в місця проведення бойових дій;
- населення, яке перебувало в місця тривалої або постійної повітряної небезпеки;
- населення, яке було змушено покинути місця постійного проживання (біженці на території України та за її кордонами);
- населення, яке мало здебільшого вплив чинників інформаційного стресу щодо воєнних дій.

Вплив стрес-факторів воєнного ґенезу на цивільне населення з часом буде зменшуватися до певного рівня (так, в місця проведення бойових дій тривалий час залишатимуся, наприклад, загроза підривів на мінах, випадкове зіткнення з боєприпасами, що не розірвалися), а соціального стресу, навпаки, зростатиме перш за все в наслідок розрухи, руйнування родинних зв'язків. Окрему групу велику групу населення складатимуть біженці закордоном України, які

стикаються з культурним стресом сьогодні та отримають вторинний стрес при поверненні на Батьківщину.

Таким чином, представники цивільного населення в великій кількості осіб потребують зараз психологічної допомоги та тривалий час ця потреба залишиться. Обмежена кількість фахівців в сфері психологічного здоров'я, які й самі можуть потребувати психологічної допомоги, ускладнює вказану проблему. Можливими шляхами надання психологічної допомоги, на нашу думку, є: максимальне застосування ресурсів першої психологічної допомоги з метою максимального зниження майбутніх проявів посттравматичних розладів, широке використання так званих телефонів довіри, використання можливостей відеохостингів та соціальних мереж щодо отримання психологічної допомоги.

Список посилань:

1. Панченко О.А. Кутько И.И. Зайцева Н.А. Социально-стрессовые расстройства: мирное население в эпицентре военных действий URL: http://www.mif-ua.com/archive/article/39159 (дата звернення : 10.11.2022)

Худавердієва Вікторія Анатоліївна
кандидат економічних наук, доцент, Державний біотехнологічний університет (м. Харків)

Загоруйко Софія Геннадіївна
магістр, Державний біотехнологічний університет (м. Харків)

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ВІЙСЬКОВО-ОБОРОННОЇ СПРЯМОВАНОСТІ

Модернізація вітчизняної освіти поставила перед педагогами інноваційні завдання, що вимагають оновлення не лише засобів навчання студентів, а й способів інтеграції представників педагогічної спільноти в нові умови функціонування освітніх організацій. Актуальним є збереження концепції підготовки педагогічних кадрів, здатних вирішувати професійні завдання з урахуванням нової освітньої парадигми. З огляду на особливості виконання нових педагогічних функцій потрібен розгляд проблеми психолого-педагогічного супроводу освітнього процесу. Відповідно до викликів часу в освітньому процесі важливо сформувати у майбутніх спеціалістів усвідомлення необхідності інноваційної діяльності, потреби участі в ній. Результатом цього процесу має бути сформована готовність випускників закладів вищої освіти (ЗВО) до її здійснення, параметрами якої будуть мотиви, компетенції, культура творчості. Відповідно до цього психолого-педагогічне супроводження освітнього процесу у ЗВО військово-оборонної спрямованості має бути спрямоване на створення та реалізацію програм і технологій, які б сприяли особистісному розвитку студентів, формуванню у них мотивації до професійної, інноваційної діяльності, установок та освітніх ініціатив до дослідницької роботі, на можливість вибору індивідуальної освітньої траєкторії у професійній підготовці [1].

Важливу роль у психолого-педагогічному супроводі студентів грає викладач. Грамотне управління навчально-виховним процесом дозволяє активізувати резервні можливості учня, розвинути його творчі здібності, зрозуміти труднощі та психологічні бар'єри, які виникають у процесі спільної діяльності студентів та викладачів. Успішність педагогічного процесу багато в чому залежить від тих відносин, які складаються між студентами у навчальній групі, від правильно організованої взаємодії викладача та учнів, у ході якого формується готовність студентів-випускників до організації та здійснення професійної діяльності у тих установах, де з'явиться практична можливість реалізувати знання, вміння та компетенції, які вони набули під час навчання у ЗВО військово-оборонної спрямованості.

Термін «психологічний супровід» виник понад 20 років тому у зв'язку зі створенням у закладах освіти військово-оборонної спрямованості психологічних служб. За останні два десятиліття психологічний супровід стає невід'ємним напрямом діяльності психологічних служб закладів освіти. Для уточнення сутності психологічного супроводу звернемося до досліджень, які конкретизували його призначення, запропонувавши термін «супровід розвитку», тобто показали, що супровід нерозривно пов'язане з розвитком особистості. Отже, говорячи про сутність психологічного супроводу, необхідно наголосити на його невід'ємному зв'язку з розвитком особистості. Інакше кажучи, формулювання «психологічний супровід розвитку особистісного розвитку» прямо відбиває призначення цього виду практичної діяльності психолога освітньої організації військово-оборонної спрямованості.

У освітніх організаціях вищої освіти психологічний супровід поки що не набуло системного поширення. Це пов'язано з відсутністю єдиних дефініцій самого поняття та її єдиних організаційних і методологічних положень. Для того, щоб визначити зміст психологічного супроводу, виявити його напрями необхідно спиратися не на управлінсько-технологічний підхід, а на головний підхід в освіті - компетентнісний підхід, метою якого є не тільки професійний, а й особистісний розвиток студентів у процесі навчання у вищих навчальних закладах військово-оборонної спрямованості. Компетентність - це не тільки глибоке знання в тій чи іншій предметній галузі, високий ступінь кваліфікації, але і, з суб'єктно-орієнтованої точки зору, це інтегральна якість суб'єкта навчальної діяльності, яка проявляється у вигляді готовності та здатності студентів опанувати ключові компетенції , що мають відношення до успішної реалізації себе у професійній діяльності.

Ряд фахівців основним завданням психологічного супроводу вважають психологічну підтримку у процесі адаптації до вимог освітнього процесу на різних етапах і пов'язаних з ними соціальним умовам і відмінностям у вишах військово-оборонної спрямованості [2]. В більшості молодих людей здійснюється «відрив» від сім'ї, активно розвивається соціальний досвід спілкування, навчання, життя і побуту в нових часто дуже непростих умовах у ЗВО силових відомств. З іншого боку, зростає кількість ступенів свободи у самостійній поведінці, проведенні дозвілля. Було б логічно, якщо

психологічний супровід здійснювався в рамках психології розвитку та сприяло адаптації та розвитку психіки та особистості молоді, що навчається у ЗВО. Саме успішність процесу адаптації індивіда та особистості до мінливих умов життя, навчання або професійної діяльності є основою і причиною поведінкових реакцій та динаміки особистісних властивостей у ЗВО військово-оборонної спрямованості, які повинні вивчатися в процесі психологічного супроводу студентів освітніх організацій вищої освіти.

Отже, з точки зору компетентнісного підходу перший напрямок психологічного супроводу, який спирається на виявлені закономірності адаптації студентів у ЗВО, можна позначати як адаптаційний. Одними з перших концептуальну основу адаптаційного спрямування психологічного супроводу у виші розробили вчені, які по-перше, показали зв'язок психологічного супроводу з освітнім процесом [3]. Психологічне супроводження студентів вишу в процесі їх навчання є одним із ключових напрямків у вирішенні завдань підвищення якості підготовки майбутніх професіоналів військово-оборонної спрямованості.

По-друге, були сформульовані базові положення адаптаційного підходу, що дозволили їм дійти висновку, що вступ до ЗВО та навчання у виші супроводжується процесом адаптації до нових умов життя та діяльності.

По-третє, спираючись на концепцію адаптації, було розкрито зміст психологічного супроводу у виші.

Психологічне супроводження у виші військово-оборонної спрямованості розглядається як один із структурних компонентів психологічного забезпечення навчального процесу. У зв'язку з цим розробники адаптаційного спрямування пропонують розглядати психологічний супровід, прив'язуючи його не лише до особистості студента, а і до навчального процесу та освітнього середовища в цілому. У зв'язку з цим, під психологічним супроводом навчального процесу розуміють комплекс заходів із соціально-психологічного вивчення та поглибленого психологічного обстеження студентів, а також корекції їх стану в процесі навчання у виші, що проводяться з метою підвищення ефективності навчальної діяльності на основі обліку адаптаційних можливостей особистості [3].

З погляду психології розвитку студенти у ЗВО перебувають у віці, для якого актуальним є остаточне подолання властива попереднім етапам онтогенезу залежність від дорослих та стверджується самостійність особистості. У цей період особистісний розвиток студентів активно продовжується. В умовах великого інформаційного навантаження активно розвиваються пізнавальні психічні процеси, формуються нові особистісні новоутворення соціального та професійного досвіду, в тому числі здатність до саморозвитку [2].

При розкритті змісту феномена «саморозвиток» звернемося до його трактування. Саморозвиток - це одна з форм особистісного розвитку, яка забезпечується суб'єктним самоврядуванням. Стосовно психологічного супроводу студентів найбільший інтерес представляють не тільки такий прояв саморозвитку, як здатність до самонавчання, а й інші характеристики, зокрема:

• воно дозволяє не лише пристосовуватися до ситуації, до середовища, а й створювати, конструювати його;

• у процесі саморозвитку суб'єкт не тільки вибирає з наявних альтернатив, але й множить їх, усвідомлено розширюючи, передусім, духовно-моральні ресурси розвитку;

• саморозвиток дає можливість суб'єкту не тільки захищатися від невизначеності, але й використовувати її задля досягнення самостійно обраних професійних цілей;

• у процесі саморозвитку особистість свідомо включається у такі види діяльності, які, за її уявленням, стимулюватимуть її розвиток у вибраному професійному напрямі [4].

Реалізація психолого-акмеологічного напряму психологічного супроводу особистісного розвитку студентів у виші військово-оборонної спрямованості ґрунтується, перш за все, на трьох принципах, які мають відношення до трьох заснованих компонентів педагогічного процесу: вихованець, педагогічна взаємодія та педагог. Перший принцип, названий нами принцип селективності, стосується студентів. Цей принцип дозволяє психологам вирішити питання про те, хто зі студентів залучається до процесу психолого-акмеологічного супроводу. Відповідно до принципу селективності, у цей напрямок залучаються не всі студенти, а створюється група обдарованих студентів. При цьому у формуванні цієї групи важливо враховувати не лише їх досягнення у професійній підготовці, а й рівень розвитку здатності до саморозвитку.

Здатність до саморозвитку – це системна якість особистості, що розвиває, котра характеризує можливості діяльності суб'єкта функціонувати як само детермінуюча та саморозвиваючась система. Ця якість розвивається не рівномірно у різних людей. Ступінь її вираженості залежить від віку. Тому психолого-акмеологічний напрямок реалізується на старших курсах. Крім того, існують індивідуальні відмінності, які сприяють саморозвитку. Ці відмінності стосуються ціннісно-мотиваційної сфери особистості, яка у студентів з розвиненою здатністю до саморозвитку характеризується домінуванням мотиву свободи у поєднанні з мотивами самореалізації, успіху, боротьби та процесуальним мотивом [5]. На підставі оцінки даних особливостей ціннісно-мотиваційної сфери особистості з урахуванням віку та результатів професійної підготовки студентів та формується селективна група вихователів серед студентів-бакалаврів.

Зазначимо, що залучення магістрантів до психолого-акмеологічного напряму вже не має вікових обмежень, має торкатися всіх студентів у групі, які навчаються за магістерськими освітніми програмами. Однак це буде можливо тільки в тому випадку, якщо на етапі вступних випробувань враховується не тільки професійна підготовка абітурієнтів, а й особливості ціннісно-мотиваційної сфери особистості.

Другий принцип, який доцільно назвати принципом самоосвіти, визначає психологічні вимоги до педагогічної взаємодії. Йдеться про те, що взаємодія має будуватися на «ліберальній основі», яка дозволяє обдарованим студентам

максимально реалізовувати мотив свободи, здійснюючи вибір курсів, форм навчання, тощо. При цьому перевага повинна надаватись учбовим курсам, котрі являються проблемними, спонукаючими до пошуку, творчого підходу, формування свого бачення, відстоювання своєї точки зору. Визначальною формою навчання, яка максимально актуалізує мотив свободи, є самостійна робота студентів, організація якої також має стати сферою відповідальності самих студентів.

Третій принцип, який ми назвали принципом наставництва, стосується педагогів. По відношенню до викладацького складу вишу основним завданням психологів, що реалізують психолого-акмеологічний напрямок супроводу, є надання допомоги педагогам у формуванні у них позиції наставника.

Говорячи про співвідношення коуча та наставника, зазначимо, що ці дві позиції близькі, їх поєднує орієнтація на саморозвиток. У той же час ми віддаємо перевагу наставнику, тобто педагогу, який сам досяг вершин у тій чи іншій професійній діяльності і готовий допомогти студенту успішно самостійно просуватися до свого професійного та особистісного акме. Узагальнюючи різні погляди на наставництво, можна виділити ряд його переваг [5]:

• має гнучкість, оскільки може здійснюватися найрізноманітнішими шляхами й у різних ситуаціях;

• самостійна діяльність і може мати місце поза звичайною професійною діяльністю;

• має відношення до роботи та професії;

• індивідуально, безпосередньо пов'язане з потребами та інтересами конкретної особистості;

• орієнтоване на людей, воно приймає людей такими, як є, з усіма їхніми цінностями, мотиваціями, почуттями;

• охоплює широке поле діяльності, якщо інші методи навчання в силу своєї природи зводяться до суто особистісних, технічних або функціональних сфер діяльності, то наставництво може охоплювати весь діапазон трудової та суспільної діяльності;

• може бути координуючим, стимулюючим і керуючим процесом, який діє паралельно або додатково будь-якому іншому методу навчання.

Наставництво у ЗВО військово-оборонної спрямованості є особливо актуальним при здійсненні наукового керівництва, метою якого є створення наукових шкіл. При цьому можна назвати основні відмінні риси особистості наставника [4]:

• прагне до саморозвитку і не боїться оточувати себе талановитими учнями, які можуть перевершити свого вчителя;

• володіє «передаваємою точкою зору» - чітко структурованою системою ідей, які формулюються наставником так, що вони повністю і легко сприймаються і, зрештою, приймаються учнями;

• є професійним комунікатором, здатним здійснювати ефективне спілкування, тобто встановлювати рапорт, виявляти емпатію; часом неусвідомлено відбивати психічний стан інших; бути завжди готовим прийти

на допомогу у потрібний момент; мати багатий рольовий репертуар, але при цьому не бути маніпулятором.

Таким чином, узагальнюючи результати теоретичного дослідження можна дійти таких висновків.

1. З погляду компетентнісного особистісно-розвивального підходу психологічний супровід особистісного розвитку студентів у виші - це вид психологічної допомоги, яку надають практичні психологи у складі психологічних служб вишів. Воно здійснюється за трьома основними напрямами: адаптаційним, професійно-психологічним і психолого-акмеологічним.

2. Адаптаційний напрямок здійснюється психологом безпосередньо для розвитку у студентів за допомогою психологічних засобів адаптаційного потенціалу особистості, а також опосередковано, через створення сприятливого освітнього середовища, основним результатом цієї роботи є оптимізація процесу адаптації студентів до умов навчання у закладі вищої освіти.

3. Професійно-психологічний напрямок передбачає діяльність психолога з розвитку професійно важливих якостей студентів як за допомогою активних спеціальних тренінгових програм, так і за рахунок психологічних рекомендацій керівництву та професорсько-викладацького складу ЗВО, що дозволяють удосконалювати освітній процес.

4. Психолого-акмеологічний напрямок передбачає формування у студентів здатності до саморозвитку як за допомогою акмеологічних технологій, так і за рахунок підвищення ефективності самостійної роботи студентів на основі досягнень акмеології вищої освіти.

Список посилань:

1. Чермянін С.В., Корзунін В.А., Скороход О.С. Методологічні аспекти психолого-педагогічного супроводу студентів ЗВО. *Вісник Хмельницького Національного університету. 2018.* № 1. Т. 5. Психологія. С. 5–17.

2. Корзунін В.А., Церфус Д.М. Актуальні питання психофізіологічного супроводу адаптації учнів до умов освітнього середовища у закладах вищої освіти військової спрямованості . *Проблеми управління ризиками в техносфері.* Київ : 2019. № 3 (35). С. 149-156.

3. Скворцов В.М., Маклаков А.Г. Теоретичні та методологічні засади організації психологічного супроводу освітнього процесу у виші. *Науковий журнал «Наука і техніка сьогодні». Серія («Психологія»*). 2022. №8(8). С. 161-175.

4. Щукіна М.А. Психологія саморозвитку особистості: суб'єктний підхід : дис. … д-ра психол. наук. Київ : 2017. 355 с.

5. Волосніков А. В. Психологічне супроводження співробітників спецпідрозділів з боротьбі з тероризмом: автореф. дис. ... канд. психол. наук. 2014.

Худавердієва Вікторія Анатоліївна
кандидат економічних наук, доцент, Державний біотехнологічний університет (м. Харків)

Найдьонова Марина Ігорівна
магістр, Державний біотехнологічний університет (м. Харків)

ЗАСТОСУВАННЯ КОНЦЕПЦІЇ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОМФОРТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ СУБ'ЄКТУ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ

Відповідно до сучасних уявлень поняття «якість освіти» розглядається принаймні у трьох аспектах: якість умов, створених для здійснення освітньої діяльності; якість освітніх процесів (якість власне освітньої діяльності); якість результатів освітньої діяльності (якість підготовки випускників освітніх установ). Водночас у системі оцінки якості освіти відсутній такий важливий концептуальний компонент, як оцінка можливостей особистісного розвитку суб'єкта навчання. Як відомо, розвиток людини в значній мірі зумовлено діяльністю, якою людина займається. При цьому діяльність передбачає наявність відповідного середовища [1].

Середовище, в якому знаходиться людина, тісно пов'язане з явищем адаптації. Адаптація суб'єкта діяльності до факторів середовища впливає на успішність розвитку його індивідуально-психологічних характеристик та особистісних особливостей. У свою чергу, ступінь адаптованості студента до умов навчання може бути оцінена через його комфортність в освітньому середовищі. У той же час комфортність освітнього середовища залежить від ряду факторів: особистісних особливостей; специфіки організації навчального процесу; наявності специфічних заходів психологічного супроводу навчальної діяльності. Отже, комфортність освітнього середовища може бути критерієм оцінки можливості особистісного розвитку суб'єкта навчання в умовах конкретного вишу. Розглядаючи теоретичні основи психологічного забезпечення процесу навчання студентів у закладі вищої освіти (ЗВО), необхідно виходити з концептуальних положень теорії адаптації [2].

Сучасний етап розвитку вищої освіти характеризується активним використанням Міністерством освіти і науки України компетентнісного підходу. Аналіз численних наукових публікацій та організаційних документів Міністерства освіти і науки переконливо показує, що реалізація компетентнісного підходу, підвищення ефективності системи вищої професійної освіти, заснованої на принципі гуманізації з орієнтацією на професійно-особистісний розвиток учнів, неможливо без науково обґрунтованого психологічного супроводу.

Проблема психологічного супроводу залишається не вирішеною на концептуальному рівні. У зв'язку з цим необхідно передусім проаналізувати існуючі підходи до розуміння сутності та змісту психологічного супроводу у

виші. У більшості джерел [3] психологічний супровід трактується або як «комплекс заходів» або як «система заходів» впливу на учасників освітнього процесу, а також на сам цей процес та освітнє середовище. Цей підхід можна позначити як управлінсько-технологічний, оскільки психологічний супровід трактується як управлінський процес, представлений у вигляді певної технології впливу. В рамках цього підходу існують різні тлумачення призначення та змісту психологічного супроводу.

Аналіз літературних джерел дозволив сформулювати визначення «соціально-психологічної комфортності освітнього середовища». Соціально-психологічна комфортність освітнього середовища – це стан адаптованості студента до факторів освітнього середовища у фізичному просторі вишу, що впливає на ідентичність із соціальним середовищем, мотивацію до навчання, самооцінку, професійну спрямованість та задоволення потреб у безпеці. При цьому треба розуміти, що комфортний стан в даному випадку розглядається не як стан домашнього затишку, а як оптимальний стан для ідентифікації себе з соціальним оточенням, задоволення потреби в досягненні мети навчання у виші, яка узгоджується з самооцінкою та формуванням образу професії. Отже, соціально-психологічна комфортність освітнього середовища ЗВО виступає у ролі як фактора професіоналізації навчальних вузів, так і характеристики адаптованості до умов навчання у виші. У свою чергу, соціально-психологічна комфортність середовища, як суб'єктивна оцінка студентами якості освітнього середовища вишу, може бути одним із критеріїв якості освіти [2].

Термін «психологічний супровід навчального процесу» більше відповідає психолого-педагогічному тлумаченню супроводу, коли акцент робиться не на особистості студента, а на підвищенні ефективності освітнього процесу. У рамках психолого-педагогічного супроводу успішна адаптація студентів досягається на основі рекомендацій психолога професорсько-викладацькому складу щодо вдосконалення організації навчально-виховного процесу. У результаті психологічного впливу змінюється характер педагогічної взаємодії між студентами і викладачами. Тоді як психологічний супровід - це не тільки опосередковане, але й пряма взаємодія психолога зі студентами. З позиції компетентнісного особистісно-розвиваючого підходу, можна говорити, що одним із напрямків психологічного супроводу студентів є розвиток у них адаптаційного потенціалу і на цій основі оптимізація процесу адаптації студентів до умов навчання у закладі вищої освіти [3].

Саме з цих позицій уточнюється зміст адаптаційного напряму психологічного супроводу у виші у вигляді наступних завдань:

• оцінка індивідуальних особливостей адаптації студентів до умов навчання у ЗВО;

• поглиблене вивчення студентів із ознаками утрудненої адаптації;

• надання допомоги студентам, які мають труднощі в адаптації до умов навчання у ЗВО;

• проведення тренінгів, спрямованих на розвиток адаптаційних здібностей студентів вузу [2].

Що стосується таких завдань, як розробка практичних рекомендацій та пропозицій керівництву та викладацькому складу щодо оптимізації процесу управління та формування освітнього середовища вишу з організації навчання та виховання студентів, за стилем педагогічного спілкування, то вони відносяться, як уже зазначалося, до психолого-педагогічного супроводу навчального процесу.

Проте, розкриваючи зміст психологічного супроводу у виші, не можна обмежитися тільки адаптаційним напрямом. Під професійно-психологічним супроводом навчальної та професійної діяльності у військових вузах вони розуміють систему заходів, що проводяться фахівцями на етапах професіоналізації, спрямованих на підвищення ефективності підготовки та професійної діяльності, розвиток професійно важливих якостей, здібностей та особистості військовослужбовців, збереження їх високої працездатності та професійного довголіття [3].

Дане трактування психологічного супроводу у виші є найточнішим, оскільки поєднує два напрями: адаптаційний та професійно-психологічний. Професійно важливі якості схильні до певної динаміки і закономірним чином змінюються в процесі професійної діяльності на її різних етапах. Навчання у ЗВО як етап професіоналізації є дуже важливим вже тому, що в цей відрізок часу має відбутися глибока перебудова у свідомості молодої людини. Формуючись як суб'єкт діяльності, студент розвивається як особистість. Цей процес реалізується у вигляді формування стійких рис особистості, характерних і важливих одночасно для навчальної та професійної діяльності. У психологічній літературі представлено досить велику кількість даних, що свідчать про нерівномірне і гетерохронне формування психічних функцій, процесів, властивостей особистості в процесі професійного навчання індивіда. У зв'язку з цим реалізація професійно-психологічного напряму супроводу передбачає, що у процесі професійного навчання у виші як закономірного етапу професіоналізації психолог оцінює та коригує динаміку формування та розвитку професійно важливих якостей у тих, хто навчається. Наприкінці цього етапу професіоналізації студент перетворюється на підготовленого для виконання професійної діяльності фахівця; який уже пройшов шлях від оптанту до адепта [2].

Зміст основних заходів професійно-психологічного напряму супроводу професійної підготовки (або навчального процесу) у виші та професійної діяльності, що здійснюються психологами груп професійного психологічного відбору ЗВО, є [4]:

- динамічне спостереження за успішністю, якістю діяльності, дисципліною, відрахуванням учнів в освітньому процесі;

- проведення планових психологічних обстежень для оцінки динаміки пізнавальних здібностей, формування професійних компетенцій, мотивації до навчання та професійної діяльності, виявлення осіб з різким зниженням військово-професійної спрямованості;

- поглиблене психологічне вивчення осіб, які відстають у підготовці

(навчанні), дисципліні, які не справляються з посадовими обов'язками, які зазнають труднощів у навчанні, з ознаками нераціональної і адиктивної поведінки, з різким зниженням мотивації до навчання та військово-професійної спрямованості ;

- проведення заходів медико-психологічної корекції учнів, які мають труднощі професійного навчання (раціональна психотерапія, корекція функціонального стану, навчання курсантів релаксаційним і мобілізаційним навичкам (активна і пасивна м'язова релаксація, основи аутогенного тренування), а також навикам міжособистісного спілкування (соціально-психологічний тренінг);

- проведення занять з розвитку мнестичних і атенційних функцій, їх правильної свідомої організації;

- на старших курсах основна увага спрямована на розвиток та формування та підтримку військово-професійної спрямованості учнів, підвищення мотивації до подальшої військово-професійної діяльності;

- здійснення заходів щодо цілеспрямованого формування та розвитку професійно важливих якостей (проведення занять, тренінгів, ділових ігор, вироблення пропозицій для професорсько-викладацького складу та навчального відділу з організації навчального процесу, спрямованих на підвищення мотиваційних установок до військово-професійної діяльності та розвитку організаторських, вольових якостей, комунікативних навичок);

- соціометричне вивчення внутрішньогрупових процесів у навчальних колективах;

- вироблення пропозицій щодо призначення молодших командирів, з раціонального комплектування підрозділів;

- психологічна атестація випускників вишів при призначенні на первинні професійні посади і т.д.

З точки зору компетентнісного підходу до освіти в існуючих трактуваннях психологічного супроводу у виші не враховується потреба студентів у саморозвитку, професійному та особистісному самовдосконаленні. Здійснюючи психологічний супровід, психолог повинен наголошувати не просто на особистісному розвитку, а й на актуалізації потреби в саморозвитку студентів, у яких необхідно сформувати прагнення до досягнення вершин не тільки у навчальній діяльності, а й надалі у професійних досягненнях. Цей напрямок психологічного супроводу можна назвати психолого-акмеологічним, який має суб'єктний характер, не є директивним. У рамках цього напряму використовуються технології особистісного та професійного зростання, коучингу та наставництва. Основна ідея психолого-акмеологічного напряму – навчити студентів самостійно реалізовувати свій потенціал, віддавати перевагу самоосвіті, перетворюватися на тих, хто роблять себе самі [5].

Слід зазначити, що психолого-акмеологічний напрям психологічного супроводу спирається на закономірності психічного розвитку на період навчання у вині. Концепція соціально-психологічної комфортності освітнього середовища вишу послужила основою для створення психологічної служби

факультетів. Завдання психологічної служби полягають у наступному [5]:

– адаптація студентів першого курсу та новоприбулих студентів до освітнього середовища вишу;

– здійснення психодіагностичних досліджень з метою виявлення осіб, які потребують психологічної допомоги, та відповідних науково-дослідних робіт;

- надання індивідуально-психологічної допомоги особам, які відчувають труднощі в освітньому процесі та особистісній сфері;

- проведення групових психокорекційних заходів, спрямованих на поліпшення соціально-психологічного клімату в колективах, підвищення мотивації до навчання та усвідомлення необхідності майбутньої професійної самореалізації;

- надання психологічної допомоги студентам першого курсу при підготовці до зимової екзаменаційної сесії;

– психологічна підтримка педагогічної, виробничої та науково-дослідної практик студентів;

– практичне відпрацювання професійних знань, умінь та навичок у студентів, що входять до складу психологічної служби факультету.

Особливістю діяльності психологічної служби факультету є безпосередня взаємодія як зі студентами, так і зі структурними підрозділами факультету, що забезпечує цілісний підхід до питань навчання, виховання та розвитку майбутніх військовослужбовців [4].

Функціонування психологічної служби на факультеті протягом кількох років показало деякі результати. Так, комплекс заходів, спрямованих на вирішення завдання з адаптації студентів першого курсу та новоприбулих студентів до освітнього середовища вишу, дозволив домогтися того, що психічні пізнавальні процеси студентів, актуалізуючись, призводять до збільшення показника, що характеризує загальний інтелектуальний розвиток. Водночас відбувається якісне поліпшення показника, що характеризує особистісний адаптаційний потенціал. При цьому спостерігається деяке кількісне збільшення параметра, що характеризує соціально-психологічну комфортність студентів в освітньому середовищі. З досвіду видно, що у включення у систему управління навчальним і виховним процесом психологічної служби призводить до того, що відбувається перерозподіл студентів на факультеті за успішністю навчання. Так, значно зросла кількість студентів, які успішно освоюють програму навчання, і знизилася кількість студентів, які мають труднощі в навчанні [3].

Впровадження психологічного забезпечення у навчальний та виховний процеси призвело до того, що на факультеті відбулося збільшення ефективності освітнього процесу, що виразилося у: збільшенні ефективності навчальної діяльності студентів; структуруванні складу учнів на студентів молодших і студентів старших курсів, що може характеризувати етапність освітнього процесу; перерозподіл студентів за успішністю навчання; більш високих показниках, що характеризують індивідуально-психологічні та особистісні особливості студентів, що говорить про більш інтенсивний їх розвиток.

Список посилань:

1. Леонтьєв А. Н. Діяльність. Свідомість. Особистість. К., 2014. 352 с.
2. Маклаков А. Г., Чермянін С. В., Новіков В. С., Боченков А. А. Психологічне забезпечення навчального процесу закладу вищої освіти. К., 2017. 254 с.
3. Баєва І.А. Психологічна безпека освітнього середовища: теоретичні засади та технології створення: дис. … д-ра психол. наук. Київ : 2017. 386 с.
4. Бєлов В.В. Психологічні засади проектування системи виховання управлінських лідерів у вищій школі. *«Науковий часопис» Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*. 2019. С. 5–16.
5. Пашкова А.П. Психолого-акмеологічний супровід студентів на початковому етапі планування кар'єри: автореф. дис. … канд. психол. наук. Вінниця. 2019. 26 с.

Чаган Оксана Іванівна
старший викладач кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

Дьоміна Анастасія Дмитрівна
курсант Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ВІДБОРУ ГРОМАДЯН УКРАЇНИ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ МОБІЛІЗАЦІЇ

Перші дні повномасштабного вторгнення російської федерації в Україну пов’язані не тільки з жахом, відчуттям безвиході і розпачу, але й зі зростанням патріотизму і відповідальності народу перед державою. Під територіальними центрами комплектування та соціальної підтримки у багатьох містах України стояли великі черги громадян чоловічої статі, які бажали вступити до лав Збройних сил і взятися за зброю, щоб захистити Батьківщину.

Уперше за часів незалежності українці зіштовхнулися з поняттям «мобілізація» у 2014 році, коли виконувач обов’язків Президента України Олександр Турчинов прийняв Указ «Про часткову мобілізацію», в якому постановив оголосити та провести часткову мобілізацію [5]. Часткова мобілізація передбачала комплекс заходів, спрямованих на переведення Збройних сил України на штати воєнного часу, які проводяться в окремих місцевостях держави [2].

Порівняно з 2014 роком чисельність Збройних сил потребує значного збільшення у зв’язку з кардинальною зміною бойової обстановки на мапі бойових дій, тому на підставі пропозиції Ради національної безпеки і оборони України, відповідно до частини другої статті 102, пунктів 1, 17, 20 частини

першої статті 106 Конституції України та Указу Президента України №69/2022 з 24 лютого 2022 року було оголошено загальну мобілізацію [6].

Загальна мобілізація – комплекс заходів, спрямованих на переведення Збройних сил України на штати воєнного часу, які проводяться на території всієї України [2].

У зв'язку необхідністю сформувати нову українську армію чисельністю в 3-4 рази більше порівняно з 2021 роком та укомплектування підрозділів для виконання бойових завдань військовослужбовцями з високим рівнем стійкості і боєздатності актуальності набуває проведення професійно-психологічного відбору громадян на військову службу за мобілізацією,

Умови воєнного стану підвищили вимоги до особистісно-професійних якостей військовослужбовців, призваних за мобілізацією. Зараз ефективне виконання бойових завдань визначається не тільки інтелектуальними та фізичними можливостями військовослужбовця, а також його здатністю виявляти відповідальність, самостійність, емоційно-вольову стійкість, гнучкість, уміння приймати рішення та бажання продуктивно взаємодіяти з іншими членами військового колективу в умовах постійно зростаючого психічного напруження і втоми. Високі вимоги до професійних і психофізіологічних якостей військовослужбовців підтверджує бойовий досвід, якого набув особовий склад Збройних сил України за роки війни на сході України.

У погано вивчених і погано підготовлених військовослужбовців та у підрозділах із низьким рівнем військової дисципліни, злагодженості, згуртованості спостерігаються дезадаптивні реакції бойового та військово-професійного стресу та часто поєднуються з проявами протиправної і кримінальної поведінки військовослужбовців. Всебічне вивчення особового складу дозволяє керівному складу в майбутньому уникнути прорахунків у діяльності посадових осіб щодо недопущення бойових та небойових втрат серед особового складу з причин, не пов'язаних з виконанням завдань за призначенням, раціонально використовувати психологічний потенціал військовослужбовців, враховуючи їх індивідуальні особливості, контролювати режим службових навантажень і відпочинку в умовах виконання бойових завдань, забезпечити високу бойову готовність (боєздатність) частин і підрозділів. Досвід проведення військових дій на території України переконливо показав, що в умовах сучасної війни ефективне використання військ (сил) визначається не тільки результатами підготовки особового складу, а передусім – психологічними якостями військовослужбовців, прогнозом їх психологічних можливостей (стресостійкістю) в бою, здатністю їх психіки до відновлення після дії факторів бойового середовища. Як свідчать зарубіжні та вітчизняні дослідження, знання елементів професійно-психологічного оцінювання підлеглих, розуміння цих елементів, вміння їх використовувати, суттєво впливає на офіційний рейтинг керівника та його неформальний авторитет, а також на впевненість військовослужбовців у компетентності свого командира щодо прогнозу майбутніх подій в умовах невизначеності [3, 5-6].

Надійне забезпечення військово-професійної діяльності реалізується за допомогою здійснення професійно-психологічного відбору (відбору осіб, здатних ризикувати життям і беззаперечно виконувати накази командирів-начальників, готових до участі в бойових діях) і подальшого супроводу професійної адаптації та кар'єри військового професіонала.

Професійно-психологічний відбір у Збройних силах України – комплекс заходів, спрямованих на забезпечення відбору громадян, які призиваються (приймаються) на військову службу, і військовослужбовців з професійно важливими якостями, що відповідають вимогам військово-професійної діяльності [4].

Завдяки професійно-психологічному відбору здіснюється оптимальний розподіл кандидатів за різними спеціальностями з урахуванням оцінки їхніх здібностей і якостей особистості, що забезпечує ефективність виконання ними обов'язків військової служби.

Основними завданнями професійно-психологічного відбору особового складу є:

- оцінка психологічної та психофізіологічної придатності військовослужбовців до видів діяльності, до виконання яких вони призначаються, прогноз успішності їх подальшої професійної діяльності під час проходження військової служби та виконання завдань за призначенням;
- виявлення осіб з нервово-психічною нестійкістю, з асоціальними установками та тих, які вживають психоактивні речовини, підготовка та надання керівному складу військових частин (підрозділів) відповідних висновків та рекомендацій;
- надання рекомендацій з раціонального розподілу особового складу відповідно до рівня розвитку їх професійно важливих індивідуально-психологічних та психофізіологічних якостей за військовими спеціальностями. [4].

Для організації та проведення заходів професійно-психологічного відбору в обласних військових комісаріатах, районних (міських) військових комісаріатах, військових частинах, навчальних центрах, на полігонах створюються групи професійно-психологічного відбору, до складу яких залучаються офіцери органу з морально-психологічного забезпечення, кадрового органу, медичні та інші фахівці, які мають вищу освіту за спеціальностями «психологія», «практична психологія», «соціальна психологія», «психофізіологія», «соціологія» та перебувають на відповідних посадах, на яких покладається вивчення індивідуально-психологічних якостей військовозобов'язаних за призовом під час мобілізації, на особливий період [4]

Вивчення військовозобов'язаних здійснюється у районних (міських) центрах комплектування та соціальної підтримки(Р(М)ТЦК та СП) а також безпосередньо у військових частинах .

Для проведення професійно-психологічного відбору громадян України під час мобілізації, які приймаються для комплектування посад за відповідними військово-обліковими спеціальностями під час проведення мобілізації

застосовуються визначені методики психодіагностичних тестів:

- багаторівневий опитувальник особистості (БОО-200) із визначенням рівня стійкості до бойового стресу;
- психографічний тест «Конструктивний малюнок людини з геометричних фігур»;
- проективна методика «Геометричні фігури».

Також доцільно проводити бесіди у формі «Фокус-груп»(метод дослідження, групова дискусія, організована у вигляді кількох військовослужбовців) для додаткового вивчення індивідуально-психологічних якостей військовозобов'язаних .

Під час проведення професійно-психологічного відбору, особлива увага звертається на :

1. Наявність ознак психотравми (втрата батьків, розлучення, аварія і т.і.);
2. Наявність ознак патохарактерологічних рис характеру (акцентуації, психопатії і т.і.);
3. Схильність до окремих видів девіантної поведінки (суїцидальна, залежна від алкоголю, наркотична, релігійні аспекти залежності,тощо);
4. Ознаки нервово-психічної нестійкості (тремор, особливості мови, неконтрольовані рухи, тощо);
5. Ознаки алкоголізації.

Окрім цього, у процесі вивчення обов'язково проводиться робота з виявлення осіб, які притягувались до кримінальної чи адміністративної відповідальності, перебувають під слідством чи судом, на обліку в органах внутрішніх справ, психіатричних, туберкульозних, венерологічних, наркологічних диспансерах та інших лікувально-профілактичних закладах. [1]

Ці ознаки стають однією з умов приймання висновку відповідальними особами щодо непридатності військовозобов'язаного до проходження військової служби.

Отже, у зв'язку з воєнними діями та загальною мобілізацією в Україні детальне психологічне вивчення під час проведення професійно-психологічного відбору громадян України під час мобілізації є важливою передумовою зменшення бойових та небойових втрат, раціонального використання особистісно-професійного потенціалу військовослужбовців, що в результаті підвищує боєздатність військ та забезпечує перемогу над російським окупаційним режимом.

Список посилань:

1. Методичні рекомендації з організації професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України. К., 2015.
2. Закон України «Про мобілізаційну підготовку та мобілізацію». Режим доступу: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3543-12#Text.
3. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Корня Л.В. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України. Методичний посібник. К.: ФОП Маслаков, 2019. 288 с

4. Наказ Міністерства оборони України від 10 грудня 2014 року № 883 «Про затвердження Інструкції з проведення професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України».
5. Указ Президента України «Про часткову мобілізацію». Режим доступу: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/303/2014#n2.
6. Указ Президента України №69/2022 «Про загальну мобілізацію». Режим доступу: https://www.president.gov.ua/documents/692022-41413.

Мохорєва Олена Миколаївна
старший викладач кафедри соціології та психології Харківського національного університету внутрішніх справ (м. Харків)

Чернуха Людмила Валентинівна
студентка факультету № 6 Харківського національного університету внутрішніх справ (м. Харків)

ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ УЧАСНИКІВ ЗБРОЙНИХ КОНФЛІКТІВ

Певно, ніхто не зможе привести факту в супереч тому, що сьогодення нашого життя має тяжку суть озброєного конфлікту. Кожен громадянин країни опинився в становищі «бійця» який би сенс воно не мало, переносний- як борець за справедливість, чи прямий- як боєць за свободу. Незалежно від життєвих позицій, потреба в підтримці та реабілітації учасників бойових відчувається досить гостро, адже впливає на всі соціальні верстви. Насьогодні, психологічної допомоги потребують десятки тисяч військовослужбовців, які отримали не тільки фізичну інвалідність, а й духовну [228, с.124].

Свій ріст в країні серйозна реабілітаційна праця отримала за часів кінця Революції Гідності й початку російської окупації 2013-2014 років. В чому з тих часів отримала низку аналітичних досліджень та наслідків роботи. Зокрема, було виявлено переваги та недоліки вітчизняного реабілітаційного простору. Адже незважаючи на усвідомлюваність до потреби в цьому щаблі забезпечення соціального благополуччя, справжніх ресурсів психологічного супроводу такого плану було недостатньо. По при налагодження міжнародної співпраці з гуманітарними та державними установами, проблема створення простору реабілітаційних центрів отримала вирішення більш конструктивне, аніж довіра людей до можливостей спеціаліста. Що не є зовсім не підґрунтовним [5, с.336-337].

Незважаючи на конкурентність попиту психологічної професії на ринку праці, поповнення якісними професіоналами не зростає. Дефіцит кваліфікованих кадрів, що до психологів знижує всю ефективність кострукції якісного забезпечення людей, які потребують допомоги. Міжнародна підтримка надзвичайно важлива що до консультування в деяких питаннях, проте зафіксовано що власні спеціалісти мають бути набагато дієвішими, адже мають в собі розуміння внутрішнього духовного стану набагато ближче ніж

закордонні. Вітчизняні тренінги та підняті питання більш актуальні в українському середовищі аніж шаблоновані метафори для загалу. Вміння адаптувати ресурс тієї самої допомоги під користувачів, вирішує ефективність роботи. Мета- просвіти безцінного спеціаліста як завжди доцільно важлива [3, с.61-62].

Різноманітність підходів що до вирішення та джерела появи розладів, посттравматичних стресів та інших наслідків травматичного досвіду має безліч дужих праць в українському просторі. Розподілення фокусу до таких основних проблемних точок, як «дідовщина», адаптація до індивідуального клімату вояцьких колективів та соціально-психологічна реабілітація- є основами власного середовища піднятої проблеми. Плідними та цікавими працями на тему адаптації військовослужбовців володіють науковці О. О. Буряк та М. І. Гріневський. Вченим вдалось якісно удосконалити та дослідити проблему синдрому «АТО», при цьому вивівши альтернативні шляхи до вирішення. Зазначено, що вміння адекватної реакції суспільства, та держави має вирішальний вплив на ситуацію. І. М. Березделька, та Є. Б. Харченко доповнили наукові роботи, що виділи основні проблеми психологічно постраждалих бойовиків [2, с.176].

Найважливіше, це усвідомити взаємний захист якого потребують люди потерпілі від надзвичайних обставин. Зокрема реабілітаційної допомоги можуть потребувати не тільки учасники бойових дій, а й особи з інвалідністю в наслідок війни й члени сім'ї потерпілого [1, с.87]. Праця повинна бути не тільки просвітленою, з постійним прогресом, а й сумісною. Сама суть реабілітаційно-адаптаційної роботи, не просто в роботі людини з спеціалістами, а в колективному угрупуванні сил. Задіяння державних сфер забезпечення людини, тим паче збільшення свідомості людей що до потреби в спеціалістах й свідомість суспільства.

До прикладу, навіть фізична адаптація постраждалих людей до нових умов життя, не повинна надаватися людині статусом особливого члена суспільства. Вона повинна сприйматися як шлях до соціально рівного громадянина. Це речі які неможливі без впливу всього оточуючого середовища. Вчасне розпізнавання проявів травм, доцільна реабілітація, піклування з боку держави та соціуму, взаємодія з рідними бойовика- вирішальний алгоритм дій [6, с.246].

За останні 10 років тема даного спрямування отримала величезний прогрес, й передбачає розвиток й надалі.

Порядок суспільного ментального здоров'я важливий для вирішення ладу в майбутньому та забезпечення благополуччя всього громадянства насьогодні. Адже, незважаючи на рівень адаптації до ситуації в кожного є потреба в підтримці, й кожен з нас потребуватиме того чи іншого виду реабілітації. Ми є суспільно органічною базою де будь-хто має великий вплив на все. Безперечно маємо забезпечити піклування тим, кому завдячуємо життям. Взаємо-поміч, розуміння, кваліфікована співпраця- були є й будуть шляхом до поборення та мінімізації наслідків.

Список посилань:

1. Бриндіков Ю.Л. «Теорія та практика реабілітації військовослужбовців-учасників бойових дій в системі соціальних служб».(2018): 80-87.

2. Буряк О. В. «Військовий синдром «АТО». Актуальність та шляхи вирішення проблеми». *Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил.* (2015): 176-181.
3. Жиленко Р. В. «Соціальна адаптація військовослужбовців в сучасній науковій літературі», 2019: 61-62.
4. Коропатнік І. «Соціально-психологічна реабілітація та адаптація військовосліжбовців Збройних Сил України». Київ, 2021. 124с.
5. Турбан В.В. «Реабілітаційна та реінтеграційна робота з військовослужбовцями, учасниками бойових дій в центрах соціальних служб: етичний аспект», 2019: 336-337.
6. Цимбалюк В.І. «Охорона ментального здоров'я та медико-психологічна реабілітація військовослужбовців в умовах гібридної війни: теорія і практика: монографія». Київ ВСВ «Медицина», 2021.-246с.

Шевчук Каріна Миколаївна
студентка 3 курсу кафедри спеціальної освіти Львівського національного університету імені Івана Франка (м.Львів)

Породько Мар'яна Ігорівна
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спеціальної освіти Львівського національного університету імені Івана Франка (м.Львів)

Сулятицький Іван Васильович
кандидат психологічних наук. доцент, доцент кафедри спеціальної освіти Львівського національного університету імені Івана Франка (м.Львів)

ЗАСОБИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З ПОСТТРАВМАТИЧНИМ СТРЕСОВИМ РОЗЛАДОМ

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – це хронічне порушення психічного стану, що може розвинутися після травматичної події [3]. За дослідженнями науковців, близько 8% чоловіків та 20% жінок, що пережили травматичні події, мають ПТСР [4]. Якщо нічого не робити, це може закінчитися руйнацією стосунків, роботи, здоров'я чи навіть життя. ПТСР можна подолати чи навчитися ним керувати.

Аналіз наукової літератури з проблеми дослідження виявив, що кожен п'ятий учасник бойових дій за відсутності будь-яких фізичних ушкоджень страждає на нервово-психічні розлади, а серед поранених і калік – кожен третій. Особливо важкі наслідки екстремальних впливів починають проявлятися через кілька місяців після повернення до нормальних умов життя.

В рамках посттравматичної патології більшість авторів виділяють три основні групи симптомів:

– надмірне збудження (порушення сну, тривогу, нав'язливі спогади,фобічне уникнення ситуацій, що асоціюються з травматичною);

– періодичні напади депресивного настрою (притупленість відчутів,емоційна заціпенілість, відчай, усвідомлення безвихідності);

– риси істеричного реагування (паралічі, сліпота, глухота, припадки,нервове тремтіння) [1, с. 11].

Також спостерігаються постійні думки про травматичну подію. Вони виникають мимоволі, сняться, або вертаються як флешбеки (старий спогад, який знову яскраво повернувся), коли якійсь тригер нагадує про травму. Життя в повній бойовій готовності. Така людина миттю займається, дратується, тривожиться і переймається думками про власну безпеку. Тривожність може проявлятися в порушення сну, уважності чи мати фізичне відображення: закрепи, нетравлення, гіпертонус м'язів чи тахікардія. Уникнення згадок про травму – небажання говорити про подію чи бути поруч із людьми, що про неї нагадують. Емоційна порожнеча, відсторонення від близьких та втрата інтересу до колись улюблених речей. Панічні атаки: відчуття сильного страху, поверхневе дихання, запаморочення, нудота, прискорене серцебиття і біль загрудиною. Хронічний біль, головні болі, діарея, відчуття стиснення і печії за грудиною, судоми, біль в попереку. Зловживання алкоголем, сигаретами та наркотиками. Проблеми в стосунках, віддалення від партнера/партнерки. Суїцидальні думки. А в інвалідів доповнюються проблемами, пов'язаними з отриманими пораненнями і травмами.

Основним психотравмуючим впливом бойової обстановки є досить тривале перебування військовослужбовців в умовах специфічного бойового стресу, що накладає свій негативний відбиток. У період бою дія стресу виконуєпевну позитивну функцію для людини, проте після закінчення війни вона стає негативним, руйнівним чинником в силу постстресових реакцій. Особи, у яких зазначаються реакції дезадаптації, потребують медико-психологічної допомоги,у спеціальних заходах психокорекції.

Психологічна допомога повинна сприяти успішній адаптації військовослужбовця до нових умов життя. Психолог допомагає військовослужбовцям та членам їх сімей відновити й утвердити свої зв'язки з природним, соціальним і культурним просторами життя, структурувати в самосвідомості реальності зовнішнього світу, співвідносячи їх з реаліями внутрішнього світу. Психологічна підтримка спрямовується на актуалізацію наявних і створення додаткових психологічних ресурсів, що забезпечують активні дії військовослужбовців на полі бою. Вона здійснюється в профілактичному плані (з метою попередження розвитку негативних психологічних явищ) всім військовослужбовцям, в цілях психологічної корекції застосовується по відношенню до осіб з симптомами непатологічних і патологічних психогенних реакцій.

Психологічна корекція або психокорекція – цілеспрямований психологічний вплив на військовослужбовця для приведення його психічногостану до норми після виявлення в нього будь-яких психологічних відхилень (неклінічних порушень) та відновлення його здатності до виконання службових обов'язків [2, с.11].

Головними завданнями психологічної корекції є :

1. Зниження емоційного напруження;

2. Відновлення функціонального стану організму;

3. Навчання основним методам психічної саморегуляції;

4. Корекція соціальної поведінки пацієнта, покращення комунікабельності, розвиток здібностей до самореалізації, дозвіл психологічних та подолання соціальних конфліктів;

5. Підвищення особистісного адаптаційного потенціалу;

6. Формування конструктивного стереотипу поведінки, який би сприяв подальшим успіхам в професійній сфері та особистому житті.

7. Відновлення особистого і соціального статусу пацієнтів, що перенесли ПТСР у локальних бойових діях;

8. Відновлення виснаженої, деформованої депресіями, стресами іперевантаженнями психіки, зняття внутрішньої напруженості і тривожності.Збільшення ресурсності і стресостійкості організму;

9.Мобілізація внутрішніх резервів на подолання залежності від психоактивних засобів (алкоголь, наркотики, нікотин) [1].

Протипоказаннями до групової психотерапії є: низький інтелектуальний рівень клієнта; виражені фізичні вади (сліпота, глухота тощо); суттєва різниця у віці клієнтів; тенденція до домінування клієнта за умови відсутності його популярності в групі; садомазохистські схильності; неефективна попередня індивідуальна психотерапія.

Показання для групової терапії:

1. Гнучкість індивідуального розкладу учасників.

2. Здатність встановлювати міжособистісну довіру по відношенню до інших членів групи і до лідерів.

3. Попередній груповий досвід.

4. Завершення підготовчого курсу індивідуальної терапії.

5. Відсутність суїцидальних намірів або намірів вбивства.

6. Подібний з іншими членами групи травматичний досвід.

7. Подібність з іншими членами групи за статевою та етнічною ознаками, а також за сексуальною орієнтацією.

8. Готовність дотримуватися правил групової конфіденційності.

9. Відсутність параноїдальних і соціопатичних рис.

10. Стабільність життєвих обставин [1].

Використовують також різні методи і техніки психодинамічної,поведінкової, когнітивної, гіпносуггестивної терапії, гештальт-терапії,нейролінгвістичного програмування, терапії мистецтвом і творчимсамовираженням, логотерапія, трансактного аналізу, психодрами та іншіметодики.

Отже, отримання ефективного лікування має вирішальне значення длязменшення симптомів розладу та покращення функціонування. Сьогодні варіанти лікування ПТСР включають як психологічні, так і фармакологічні інтервенції.

Список посилань:

1. Лесков В.О. Соціально-психологічна реабілітація військовослужбовців із районів військових конфліктів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.09 «Психологія діяльності в особливих умовах». Хмельницький, 2008. 22 с.
2. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО наетапі відновлення : метод. посіб. / Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О.,Лозінська Н. С., Остапчук В. В. К. : НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.
3. Романовська Д.Д., Ілащук О.В. Профілактика посттравматичних стресових розладів: психологічні аспекти: методичний посібник. Чернівці:Технодрук, 2014. 133 с.
4. Що таке ПТСР та як із ним боротися. *Рівненська обласна державна адміністрація*: веб-сайт. URL: https://www.rv.gov.ua/shcho-take-ptsr-ta-yak-iz-nim-borotisya

Чернявська Світлана Миколаївна

аспірант кафедри авіаційної психології факультету лінгвістики і соціальних комунікацій Національного авіаційного університету (м. Київ)

ДОСВІД ЯК СКЛАДОВА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ПІЛОТІВ ЦИВІЛЬНОЇ АВІАЦІЇ

Розвиток авіаційної галузі в Україні, що передбачає постійну модернізацію, високу автоматизацію повітряних суден і ускладнення керування ними, закономірно вимагає залучення найбільш висококваліфікованих кадрів нового покоління, які володіють необхідними знаннями, навичками та вміннями і можуть гарантувати надійність людського фактору безпечності польотів. Зростання вимог до професійного рівня авіаційних фахівців зумовлює пошук шляхів підвищення ефективності їх фахової підготовки у ЗВО. Одним із таких шляхів є здійснення психологічного супроводу на кожному етапі становлення спеціалістів, чию професійну діяльність відносять до класу екстремальних. Одним із напрямів такого супроводу є розвиток психологічної готовності до професійної діяльності як інтегративного особистісного утворення; як загальної, довготривалої, підготовленості усіх сфер психіки до виконання діяльності з високою результативністю.

У наукових працях, присвячених вивченню становлення особистості, теорії навчання та психології праці, дослідженню психологічної готовності до праці відводиться значна роль (Б. Ананьєв, Л. Виготський, О. Бодальов, С. Рубінштейн, П. Гальперін, Д. Ельконін, В. Моляко, К. Платонов, Г. Костюк, В. Лубовський та ін.). Проблемі психологічної готовності до діяльності центральне місце у деяких своїх працях відводили такі вчені, як М. Д’яченко, Л. Кандибович, Є. Мілерян, М. Левітов, А. Смирнов, П. Чамата, Н. Шеляховська, Д. Ніколенко, В. Горгома, В. Зарицька, В. Семиченко, О. Асмолов, Г. Балл, С. Максименко, О. Хохліна, О. Кокун та ін. У контексті нашого дослідження було

здійснено також теоретичний аналіз праць, присвячених вивченню професійної діяльності пілотів цивільної авіації та психологічної готовності студентів пілотів до праці після здобуття фахової підготовки в ЗВО (К. Платонов, З. Гератеволь, Д. Гандер, В. Пономаренко, Р. Макаров, П. Корчемний О. Керницький, І. Окуленко, В. Бодров, О. Горський, А. Дранко та ін.) [1].

На основі теоретичного аналізу психологічної літератури із зазначеної проблеми нами було визначено структуру психологічної готовності до професійної діяльності майбутніх пілотів цивільної авіації, де поруч із мотиваційним компонентом, професійно важливими особливостями психічних процесів (пізнавальних та емоційно-вольових), професійно значущими особистісними властивостями (темперамент, характер, здібності) виділяється компонент досвіду, який, у свою чергу, включає змістову та операційно-організаційну складові [1].

Компонент досвіду був включений у структуру психологічної готовності багатьма дослідниками, однак ми виявили деякі відмінності у його трактуваннях. Так, М. Д'яченко та Л. Кандибович, О. Хохліна, Ф. Іващенко, І. Окуленко та ін., визначали компонент досвіду як знання, уміння та навички, необхідні для виконання діяльності. І. Горелов визначає його як «необхідний рівень професійної підготовки», а низка інших авторів включає у структуру психологічної готовності лише операційну складову компонента досвіду (Ю. Бойко, О. Добрянський, О. Керницький та ін.). О. Кокун відносить до структури тривалої особистісної готовності розвинуті здібності до планування, моделювання, програмування, оцінки результатів діяльності. Включення знань, умінь та навичок як компонента досвіду у структуру психологічної готовності обґрунтовується також двовимірною структурою особистості за К. Платонова, де підструктура досвіду відноситься до першого рівня динамічної функціональної структури.

Таким чином, під досвідом ми розуміємо такий компонент психологічної готовності до діяльності, що має змістову та операційно-організаційну складові. Змістова складова передбачає наявність необхідних для виконання професійної діяльності знань, а операційно-організаційна – засвоєння необхідних для виконання професійної діяльності умінь та навичок.

Досвід відіграє важливу роль у становленні льотної майстерності пілота, яка передбачає такий ступінь професійної та морально-психологічної підготовки до діяльності, що дозволяє максимально ефективно використовувати авіаційну техніку для вирішення навчальних і трудових задач. При цьому співвідношення понять, за К. Платоновим, виглядає таким чином, що на основі знань виробляються навички, а на їх основі, у свою чергу, – вміння. Розкриємо їх суть і показники вивчення більш детально.

Знання – це відображення у свідомості людини сукупності явищ, фактів, предметів оточуючого нас світу, їх звязків, властивостей і відношень. Вони зберігаються у вигляді понять, суджень і уявлень. Практика підготовки пілотів показує, що одні й ті ж знання, отримані студентами на заняттях з теоретичної підготовки, застосовуються по різному при виконанні трудових задач. На думку П. Корчемного, ефективність застосування знань у практичній діяльності

залежить від таких їх якісних характеристик, як: глибина (глибина пізнання сутності, внутрішніх звязків, закономірностей явищ та подій); гнучкість (здатність до їх творчого застосування на практиці); міцність (збереження і стійкість знань у складних умовах професійної (льотної) діяльності). По мірі вивчення студентами дисциплін, передбачених навчальною програмою спеціальності «Льотна експлуатація повітряних суден», наведені характеристики знань проходять певні етапи становлення і, зрештою, слугують критеріями для оцінювання успішності майбутніх авіаторів як задовільної, доброї чи відмінної.

Показниками сформованості змістової складової досвіду є наступні: знання особливостей експлуатації авіаційної техніки, яка використовується під час польотів, у тому числі і щодо експлуатації двигунів літака та його систем; знання правил безпеки щодо використання технічних засобів, інструкції щодо дій в особливих ситуаціях; знання послідовності розподілу та переключення уваги при виконанні елементів поставленого завдання; знання допоміжних орієнтирів та показників приладів для визначення положення літака у просторі; знання техніки виконання елементів польоту, маневрів та фігур; знання типових для виконання певного маневру помилок пілота, здатність спрогнозувати та попередити їх виникнення під час льотної діяльності; знання, необхідні для використання радіотехнічних засобів зв'язку.

Безумовно, система глибоких, гнучких, міцних знань є основою діяльності пілота, фундаментом його професійного становлення і самореалізації, проте для формування льотної майстерності фахівця необхідним є також оволодіння професійними навичками та вміннями. Розглянемо специфічні особливості їх становлення у студентів-пілотів.

На початку навчання у майбутніх авіаторів виникають початкові (прості) вміння, що передбачають первинне самостійне застосування набутих знань на практиці. Дії студентів при цьому нерішучі, невпевнені, повільні й неточні. У процесі вправляння під керівництвом досвідченого пілота-інструктора початкові вміння перетворюються на прості навички, тобто нескладні прийоми та дії, що здійснюються автоматично, без достатнього зосередження свідомості як результат числених повторень окремих прийомів (навички запуску двигуна, рушання літака з місця стоянки, кермування тощо). Поступово прості навички інтегруються у складні, які характеризуються високою точністю, економністю та стійкістю дій, числене повторення яких робить можливим утворення складних навичок.

Складні навички – це засвоєні автоматизовані рухові та розумові складні дії, що виконуються точно, легко і швидко при незначному напруженні свідомості, звільняючи студента від пригадування різноманітної інформації, спеціального розумового контролю за правильністю рухів.

Таким чином, сформованість у студента знань, навчальних умінь, простих і складних навичок уможливлює формування складних умінь, що являють собою можливість творчо застосовувати знання та навички і досягати бажаного результату у безперервно мінливих умовах льотної діяльності.

У якості показників сформованості операційно-організаційної складової

досвіду, які оцінює пілот-інструктор як задовільні, добрі чи відмінні, можна розглядати наступні навички та вміння: навички користування апаратними пристроями кабіни літака, спеціальним обладнанням відповідно до характеру та умов здійснення льотної діяльності; здатність реалізувати уміння і навички щодо виконання конкретних елементів польоту, заздалегідь відпрацьованих під час навчально-тренажерної підготовки; демонструвати навички дій з важелями управління літаком на усіх етапах польоту; вміння керувати льотним транспортним засобом із урахуванням показників пілотажних приладів, які повідомляють пілоту інформацію про стан польоту.

Таким чином, реалізація психологічного супроводу навчально-професійної діяльності ЗВО, що включає в себе розвиток такого компонента психологічної готовності як досвід (змістова (знання) та операційно-організаційна (навички, вміння) складові), у майбутніх пілотів цивільної авіації є необхідною умовою успішного опанування ними професійної діяльності та реалізації їх прагнення до досягнення льотної майстерності, що забезпечить не лише професійну придатність, але й високу конкурентоспроможність випускників українських льотних ЗВО на світовому ринку праці у сучасних соціально-економічних реаліях.

Список посилань:

1. Чернявська С.М., Хохліна О.П. Психологічна готовність до діяльності як умова професійної самореалізації студентів-пілотів цивільної авіації. Moderníaspektyvědy: XIV. Dílmezinárodníkolektivnímonografie / MezinárodníEkonomickýInstituts.r.o. Českárepublika: MezinárodníEkonomickýInstituts.r.o. 2021. С. 287-306. http://perspectives.pp.ua/public/site/mono/monography-14.pdf (дата звернення: 14.11.2022).

2. Психологічна готовність військовослужбовців Національної гвардії України до службово-бойової діяльності поза межами пункту постійної дислокації: монографія / О.С. Колесніченко, Я.В. Мацегора, В.І. Воробйова та ін. Х. : НА НГУ, 2016. 314 с.

3. Психологічна готовність до ризику військовослужбовців Національної гвардії України: монографія / О.С. Колесніченко, Я.В. Мацегора, І.І. Приходько та ін. Х. : НА НГУ, 2017. 308 с.

4. Колесніченко О.С., Лиман А.А. Структурно-функціональна модель психологічної готовності військовослужбовців Національної гвардії України до ризику. *Наук. Вісник Херс. держ. універ. Серія «Психологічні науки»*. Вип. 3. 2015. С. 153-159.

5. Колесніченко О.С. Розробка методики «Психологічна готовність особистості фахівця екстремального виду діяльності». *Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил.* Х.: Харківський університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба, 2014. Вип. 1(38). С. 252-259.

6. Колесніченко О.С., Воробйова І.В., Мацегора Я.В. Модель професійної психологічної готовності до діяльності представників ризиконебезпечних професій. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. Вип.14(1). Харків: НУЦЗУ, 2013. С.71-93.

Юрова Тетяна Миколаївна
кандидат мистецтвознавства, викладач ВНЗ кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ, Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного (м. Львів)

СФЕРИ ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОГО КУЛЬТУРОЛОГА У СИСТЕМІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Відсіч озброєній російській агресії Збройними Силами України є ключовим моментом у загальному сценарії гібридної війни, нав'язаної нашій країні, що призводить не тільки до масової загибелі мирного населення та українських військовослужбовців, а й до тяжких бойових психічних травм (БПТ) та розвитку у 60–80% постраждалих посттравматичного стресового розладу (ПТСР) [1, с. 48]. Участь військових культурологів в антистресовій підготовці особового складу в період АТО/ООС та бойовому злагодженні частин та підрозділів після 24.02.2022 своїми результатами довела правильність того, що психологічні тренування, навчання та практичні тренінги військовослужбовців з профілактики та подолання деструктивних емоційних станів повинні починатися ще до початку бойових дій.

Значна роль у збереженні психічного здоров'я особового складу відводиться культурологічній роботі. Її організатори реалізують це завдання через певні сфери діяльності за допомогою цілого комплексу форм та методів.

Сферами діяльності культуролога у системі збереження психічного здоров’я учасників бойових дій є:

1. Планово-організаційна:

- визначення основних напрямів і завдань культурологічного забезпечення морально-психологічної стійкості особового складу;
- участь в розробці державних, регіональних і відомчих культурних програм і соціальних технологій та їх реалізації;
- планування заходів, розстановка сил і засобів;
- узгодженість планів культурно-виховної діяльності з іншими заходами морально-психологічного забезпечення.

2. Експертно-моніторингова:

- культурологічна експертиза (аналіз і оцінка можливостей культурологічної роботи для попередження і ліквідації наслідків БПТ);
- участь у моніторингу морально-психологічного стану особового складу;
- коригування в здійсненні заходів культурологічного забезпечення бойових дій і реабілітації постраждалих.

3. Інформаційно-виховна:

- своєчасне доведення до особового складу керівних документів в галузі культурологічної діяльності, інформування про зміни військово-політичної та бойової обстановки, суспільно-культурного життя в ТВД, країні і світі;
- збереження культурної спадщини, національно-патріотичне, моральне та естетичне виховання вояків, членів їх сімей і місцевого населення;

- сприяння згуртуванню військових частин і підрозділів, вихованню українських воїнів у дусі військового братерства;

- профілактика пияцтва, наркоманії, злочинності, суїциду в ЗС України;

- сприяння в задоволенні релігійних потреб військовослужбовців.

4. Культурно-дозвільна і розважальна:

- забезпечення високої якості відпочинку і дозвілля особового складу безпосередньо в зоні бойових дій, задоволення і послідовне підвищення їх соціально-культурних інтересів і потреб;

- формування засобами культури та мистецтва високого морального стану українських воїнів;

- залучення особового складу, різних груп населення в культурно-естетичну, мистецьку творчість та інформаційно-агітаційну діяльність.

5. Забезпечення адаптаційно-реабілітаційного процесу:

- групова та індивідуальна культурологічна діяльність по формуванню, підтримці і відновленню ЦПР (цільового психологічного ресурсу) військовослужбовців;

- культурологічне забезпечення під час бойових дій, профілактика ПТСР;

- культурологічний супровід діагностично-лікувального процесу постраждалих учасників бойових дій.

6. Методична:

- розробка методології формування культурного середовища у військових частинах і підрозділах, вдосконалення методик культурологічної діяльності по збереженню психічного здоров'я особового складу;

- вивчення, узагальнення, використання і поширення передового досвіду культурологічного забезпечення реабілітації постраждалих комбатантів;

- підбір, розстановка і методична робота з культурологічним активом.

7. Співробітництва та взаємодопомоги:

- взаємодія з різними структурами МО України, лікарями, психологами, місцевими органами влади, громадськими та релігійними організаціями;

- співпраця з державними та місцевими органами культури в інтересах підготовки та реалізації спільних культурних програм для військ.

8. Матеріально-технологічна:

- забезпечення постійної бойової та мобілізаційної готовності сил і засобів культурологічної роботи та їх ефективне застосування;

- робота над вдосконаленням матеріальної бази, максимальне використання в інтересах культурологічної діяльності ЗМІ, медіа простору.

Аналіз діяльності військових культурологів у бойових порядках військ під час відсічі російського вторгнення підтвердив необхідність комплексного підходу до реалізації всіх сфер діяльності щодо збереження психічного здоров'я військовослужбовців ЗС України.

Висновки. Цілеспрямованість, безперервність і ефективність культурологічної роботи щодо формування готовності особового складу до дій в екстремальних умовах і протистояння БПТ і ПТСР досягається регулярним плануванням, спільними зусиллями командирів, військових психологів і

культурологів з урахуванням бойових завдань та змін обстановки.

Досвід протидії гібридному впливу ворога в зоні бойових дій переконав у необхідності профілактики та ліквідації наслідків негативного впливу психотравмуючих ситуацій, що має проводитися завчасно та включати весь спектр заходів щодо застосування військ за призначенням (бойове злагодження перед направленням до зони військового конфлікту, під час перебування в зоні бойових дій, при ротації, поверненні до пунктів постійної дислокації та в самих ППД).

Діяльність культуролога в системі збереження психічного здоров'я особового складу своїм об'єктом впливу має духовні сили військовослужбовця. Вона цементує в єдине ціле всі інтелектуальні, вольові та фізичні можливості, які стають одним з додатків морально-психологічного забезпечення успіху бойових дій військ і перемоги над окупантами.

Список посилань:

1. Назаренко І.І., Якимець В.М., Печиборщ В.П., Слабкий Г.О., Іванов В.І., Поліщук А.О. Проблемні питання психологічної реабілітації ветеранів учасників антитерористичної операції та військовослужбовців операції об’єднаних сил в Україні (аналітичний огляд літератури). *Організація медичної допомоги*. Україна. Здоров’я нації. 2019. № 1 (54), С. 51 58.

Юрова Тетяна Миколаївна

кандидат мистецтвознавства, викладач кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

Вербіцька Міла Богданівна

курсант Національної академії сухопутних військ ім. гетьмана П. Сагайдачного (м. Львів)

МЕТОДИ ПРОФІЛАКТИКИ БОЙОВИХ ПСИХОГЕННИХ ВТРАТ

Період бойових дій характеризується наявністю величезної кількості стресових факторів, які вкрай негативно впливають на психічні стани військовослужбовців і часто призводять до бойових психічних травм (БПТ), появи синдрому емоційного вигорання (СЕВ) та посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Існує таке поняття як психогенні втрати (ПВ) – це люди, які втратили необхідну для діяльності боєздатність на певний період в наслідок впливу чинників бойової обстановки (екстремальної ситуації). Після повномасштабного вторгнення росії 24.02.2022 року ПВ збільшилися в рази не тільки серед військових, а й серед цивільного населення. Саме тому на сьогодні актуальним є не тільки усвідомлення та вивчення проблеми негативних психічних станів, а й визначення ефективних способів їх профілактики та розв'язання.

Існує наступна класифікація бойових психологічних втрат (БПВ):

1. Безповоротні (характеризується тим, що військовослужбовці вважаються абсолютно не боєздатними і не можуть виконувати будь-які завдання за призначенням);

2. Санітарні (військовослужбовцям можливо повернути боєздатність, надавши їм необхідну психологічну допомогу та реабілітацію у відповідних закладах лікування та оздоровлення);

3. Тимчасові (військовослужбовці здатні самостійно надати само- або взаємодопомогу безпосередньо у підрозділі у відносно короткий часовий проміжок) [1].

БПВ є наслідком впливу стресових факторів бойової обстановки. Опинившись у середовищі, де людина втрачає відчуття безпеки та комфорту, вона продукує стрес – реакцію на вагомий, часто негативний, зовнішній подразник, або пізнає фрустрацію – негативний психічний стан, викликаний неспроможністю індивіда задовільнити свої базові потреби, його нездатністю досягти поставленої мети через об'єктивні чинники зовнішнього середовища. Вразливість до даних психічних станів залежить від індивідуальних особливостей нервової системи військовослужбовця разом з його життєвим досвідом і умінням поводитися в таких ситуаціях [2]. Аби запобігти великій кількості БПВ, необхідно проводити певні профілактичні заняття, на яких надаватимуться потрібні знання особовому складу для розуміння психофізіологічних станів і процесів власного організму та те, як саме надати собі та/або бойовим побратимам психологічну допомогу в екстремальних ситуаціях. Ця робота має бути підкріплена заходами щодо забезпечення, по можливості, базових потреб особового складу, своєчасним надання інформації про бойову та суспільно-політичну обстановку і тренуванням воїнів, з метою підвищення їх професіоналізму та стресостійкості.

Психологічна підготовка значною мірою пов'язана і залежить від бойової. Упевненість в своїх діях, що надають навички, набуті під час практичних навчань, значно зменшує занепокоєння та формує певний імунітет проти негативних чинників довкілля. Також невід'ємним елементом бойової підготовки є стрес-щеплення. Воно проводиться у вигляді імітації стресових факторів в умовах близьких до бойових. На основі спостережень та спілкування (можливе використання інших методів дослідження) з особовим складом до, під час і після проведення таких занять, вже можна зробити певні висновки стосовно готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань за призначенням і прогнозувати ймовірну кількість БПВ.

Досягти гарантованої відсутності ПВ неможливо. Саме тому особовий склад повинен знати, що робити у випадку, коли настає відчуття паніки та страху. Є багато методів саморегуляції. Одні з найбільш простих і доступних – багатьом відомі дихальні вправи, які спираються на алгоритми вдихів та видихів, затримці повітря і базуються на впливі кисню на центральну нервову та інші системи організму людини; а також «Ключ» Алієва, в основі якого лежать неусвідомлені рухи, метою яких є зняти напругу та повернути контроль над своїм станом. Однак слід зазначити, що попри це навіть їх треба підбирати

індивідуально під кожну людину. Тобто проводити окремі заняття, що будуть стосуватися самоаналізу, створення набору алгоритмів виходу зі стресового стану за допомогою вище згаданих та інших вправ і доведення цього до автоматизму [3].

Також бажано наголосити, що найкращий спосіб допомогти підлеглим – вислухати їх. Емпіричні методи дослідження є вагомим джерелом інформації про людину і водночас ефективним у виявленні проблем та подальшого їх вирішення. Він доступний і, якщо правильно його використовувати, також можна зменшити кількість ймовірних психогенних втрат, надавши необхідні ресурси для відповідних робіт.

Варто також пам'ятати, що попри всі намагання, наслідки впливу факторів бойового середовища не минають безслідно. Повернувшись із зони проведення бойових дій, військовослужбовцю рекомендовано звернутися до психолога чи будь-якого іншого спеціаліста в даній сфері, аби якомога якісніше та швидше відновитися та адекватно повернутися до буденного життя.

Висновок: психогенні втрати – одна із важливих і гострих сучасних реалій, що мають вагомий вплив на здатність військовослужбовців успішно виконувати завдання за призначенням. Серед комплексу заходів щодо підтримки морально-психологічного стану особового складу на належному оптимальному рівні необхідно вживання психологічно-культурологічних заходів таких, як індивідуальні бесіди з підлеглими, ефективна професійна та антистресова підготовка з психологічними елементами (стрес-щеплення, практика надання допомоги при БПТ, зорово-слухові тестування тощо), підбір стандартних та індивідуальних методів саморегуляції та комплексна реабілітація особового складу після повернення з зони бойових дій.

Список посилань:

1. Бойовий стрес; Короткочасні психологічні втрати; Прогнозування психогенних втрат; Психогенні втрати. Словник професійної термінології для майбутніх фахівців Національної гвардії України. Режим доступу: http://elar.naiau.kiev.ua/jspui/handle/123456789/1566 (дата звернення: 07.11.2022).

2. Негативні психічні стани : стрес, фрустрація, невроз. Режим доступу: https://pidru4niki.com/1356061540498/psihologiya/negativni_psihichni_stani_stres_frustratsiya_nevroz (дата звернення: 07.11.2022)

3. Ключ Алієва – методика саморегуляції. Психологія : веб-сайт. Режим доступу: http://psychologis.com.ua/klyuch_alieva_-_metodika_samoregulyacii.htm

Янковська Ольга Юріївна

здобувач ступеня вищої освіти бакалавра навчально-наукового інституту №1 Національної академії внутрішніх справ (м. Київ)

ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Робота практичного психолога, а також осіб, які залучені до ресоціалізації військовослужбовців із зон введення воєнних дій є доволі специфічною.

Військові медики використовують для опису їхнього стану такі нетрадиційні термінологічні позначення, як бойова психічна травма, бойова втома. За результатами досліджень, у структурі психічної патології серед військовослужбовців строкової служби, які брали участь у бойових діях, психогенні розлади досягають 70%, в офіцерів і прапорщиків цей показник трохи менший. У 15-20% військовослужбовців, які пройшли через збройні конфлікти, є хронічні посттравматичні стани, викликані стресом. Тому варто звернути особливу увагу на необхідність проведення психосоціальної роботи з ними. Медико-психологічна реабілітація і соціальна підтримка повинні бути основними напрямками роботи з даною категорією населення [2, с.95].

Участь у бойових діях впливає на свідомість людини, піддаючи її серйозним якісним змінам. Посттравматичні стресові порушення сприяють формуванню специфічних сімейних відносин, особливих життєвих сценаріїв і можуть впливати на все подальше життя людини.

На відміну від гострої стресової реакції, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) виникає не під час травмуючої події, а у віддалені терміни – після виходу людини зі стану надтяжкого стресу. Латентний період складає, як правило, 2-6 місяців з моменту отримання психологічної травми.

Посттравматичний стресовий розлад накладає досить істотний відбиток на психіку військовослужбовця, що призводить до вкорочення життєвої перспективи, зумовлює постійну активізацію бойового стресу. Тому ПТСР є не лише особистою проблемою військовослужбовця, а й суспільною проблемою. ПТС як хвороба має такі симптоми: нестійкість психіки, при якій навіть незначні втрати, труднощі штовхають людину на самогубство; особливі види агресії; боязнь нападу ззаду; почуття провини за те, що залишився живий; ідентифікація себе з убитими.

Більшості хворих притаманне різко негативне ставлення до соціальних інститутів, до уряду. А ще душевні надломи, зриви, жорстокість, непримиренність, підвищена конфліктність, з одного боку, втома, апатія – з іншого, – все це природні реакції організму на наслідки тривалого фізичного і нервового напруження, випробуваного в бойовій обстановці. Саме вони стають характерними ознаками так званих «фронтових» поколінь [2, с.97].

Відповідно до результатів досліджень багатьох військових медиків і психологів, особливості життя в бойових умовах призводять до того, що соціальний стан індивіда після звільнення в запас характеризується так званою кризою ідентичності, тобто втратою цілісності й віри у свою соціальну роль. Це проявляється в порушенні здатності учасників бойових дій оптимально проявляти себе в складних соціальних взаємодіях, у яких відбувається самореалізація людської особистості. Багато хто з таких людей втратили інтерес до громадського життя, знизилася їхня активність при вирішенні власних життєво важливих проблем. Нерідко спостерігаються втрата здатності до співпереживання і потреби в щиросердечній близькості з іншими людьми.

Майже половина опитаних військовослужбовців, що брали участь у бойових діях у АТО, за свідченням психологів, скаржаться, що вони не можуть

знайти розуміння ні в суспільстві, ні в родині. Кожний четвертий заявив, що зазнає труднощів при спілкуванні в трудовому колективі, а кожний другий міняв місце роботи три-чотири рази. Порушена здатність підтримувати соціальні контакти позначається і на сімейних відносинах: майже кожний четвертий проживає в розлученні з родиною [2, с.96].

Сьогодні широке застосування в арміях різних держав знаходять такі способи психологічної реабілітації, як: фізіологічні (глибокий сон, якісна їжа, відпочинок і т.ін.); аутогенні (аутотренінг, саморегуляція, медитація); медикаментозні, організаційні; психотерапевтичні (раціональна психотерапія, музико-, бібліо-, арттерапія та ін.). На прикладах роботи зарубіжних реабілітаційних центрів в Україні створюється система комплексної реабілітації, яка включає в себе: психологічний блок; медичний (психотерапевтичний, неврологічний, кардіологічний) блок; блок соціальної реабілітації [3].

Психологічна робота з пацієнтами центрів проводиться в умовах цілодобового стаціонару (протягом 24 днів) і / або амбулаторно. Психолог забезпечує систему заходів, спрямованих на психологічну реабілітацію пацієнтів центрів. Система реабілітації включає в себе:

- Первинне психодіагностичне обстеження і дотестове консультування.
- Індивідуальна програма психологічної реабілітації (ІПР) пацієнта.
- Виконання заходів, передбачених ІПР.

Реабілітаційне консультування розглядається як можливість підвищити адаптивність, уникнути асоціальної поведінки, зняти невротичні симптоми. Для успішного консультування військовослужбовців з ПТСР необхідно забезпечити атмосферу відкритості, свободи висловлювань і переживань, співчуття, відсутність оцінки. У даному випадку військовослужбовець неминуче стикається з власним «Я», з тією людиною, яким він є і тим, яким він може стати [1].

Реабілітаційна та реадаптаційна робота з військовослужбовцями з психотравмами передбачає також використання групових форм (тренінгових заходів, групових релаксаційних занять, корекційних циклів, психотерапевтичних груп). Найбільш вживаними є групові релаксаційні заняття із застосуванням вправ аутотренінгу й саморегуляції.

Отже, слід зазначити, що соціально-психологічна робота з учасниками бойових дій має бути спрямована не стільки на зняття симптоматики або пошук причин неблагополуччя, скільки «у майбутнє», на особистісне зростання військовослужбовця, розвиток його «Я-концепції», самосвідомості, формування нових смислів життя. Найбільш успішним є консультування в тому випадку, коли психолог-консультант в ПТСР бачить не корінь біди військовослужбовця, а закладені в ньому можливості зміни особистості.

Список посилань:

1. Алещенко В.І., Хміляр О.Ф. Психологічна реабілітація військовослужбовців з постстресовими психічними розладами: навчальний посібник. Харків : ХУПС, 2005. 84 с.

2. Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю. Наукове видання. Киїів : КНУ ім.. Тараса Шевченка. Київ: ВИДАВНИЦТВО, 2016. 126 с.

3. Кошулинська З., Наконечна О., Сувало О. Подолання бойового стресу та його психологічних наслідків. Книга-буклет. Львів, 2007. 25 с.

Babarytskyi Oleksandr Vasyliovych

PhD in Economics , associate professor of the department of combined military disciplines Military law Institute Yaroslav Mydryi National Law University deputy head of the institute for educational and scientific work - the head of the educational department, colonel (Kharkiv)

PSYCHOLOGICAL HARDENING OF PERSONNEL DURING PHYSICAL TRAINING

The successful formation of psychological stability, which allows you to overcome negative mental states and act confidently in a combat environment, is possible under the condition of long-term physical exertion and systematic training at any time of the year, day and in any weather. Therefore, in physical training classes, it is recommended to create a tense environment with a gradual increase in load, bringing it to the limit (exhaustion).

In the process of physical training and sports, with the aim of educating military personnel in general psychological stability, first of all, courage, determination, perseverance and confidence in their own strength, classes on overcoming obstacles, practicing attack and self-defense techniques, gymnastics, cross country and marching throws are used to the full extent. ski training, swimming, physical training during everyday life, as well as morning physical exercise.

In classes on overcoming obstacles, more attention should be paid to training soldiers and sergeants in performing jumps over deep and wide obstacles covered by fire or filled with water. The psychological effect of jumping over a ditch can be enhanced by creating a false visual effect. For example, you can jump over a ditch 3 m wide, the length of which is not 6 m, but 2 m. Very effective jumps from high obstacles (from beams, from windows of destroyed buildings), moving on a narrow or shaky support, running on burning beams with gaps, on destroyed stairs, bridges, etc. It is necessary to systematically diversify the conduct of such classes by changing the placement of obstacles and the order of overcoming them.

To increase psychological tension, fire lanes, as well as areas of destruction and barriers, sudden noise and light effects (explosive packages, firecrackers, smoke grenades, flashes of bright light, sirens, broadcast of battle audio) can be created (on the fields of military branches). To foster resilience and perseverance, it is advisable to train personnel to overcome obstacle courses after significant physical fatigue and nervous tension. Overcoming the fire obstacle course can be carried out after cross-country, march-throw, hand-to-hand combat classes, during tactics classes, fire

training, etc.

Exercises in the mountains and systematic training in overcoming mountain obstacles with a complicated situation (climbing on rock walls of significant steepness and areas with negative angles, crossing mountain rivers, training in performing self-delay techniques in case of breakdowns on snowy slopes, etc.) are also a means of willpower hardening.

Hand-to-hand combat classes create the most favorable conditions for the development of reaction speed, dexterity, determination and courage in personnel. Psychological readiness to meet the enemy in hand-to-hand combat largely depends on the faith of each serviceman in his own strength. The best results from the formation of this confidence and the corresponding willpower are achieved in single combat with different partners, especially after previous nervous and physical fatigue (exhaustion).

For training in hand-to-hand combat, it is advisable to create specially equipped places, which include: logs located at different heights (from 1.5 to 5 m); trenches with protrusions and turns; models of houses; mannequins, bags, walls woven from branches, turntables for practicing blows with a hand, knife and foot. In order to bring the situation closer to the conditions of real reality, training in the performance of learned techniques should be carried out on different terrain and with different soil.

To increase the psychological impact of practicing attack techniques (knife, hand and foot strikes, strangulation grips, throws, pain techniques) it is recommended to carry out first from the starting position on the spot, then when approaching the enemy by walking, running, when suddenly encountering him with the appearance of his - around the corner of the house, in the doorway, in the bend of the trench, after jumping from a low and then from a high log and, finally, fighting with opponents of different weight and height.

The confidence of personnel in close combat increases depending on the ability to perform defensive actions. Therefore, in the process of conducting paired skirmishes, great attention should be paid to the training of military personnel, to the execution of defense techniques against blows by hand and foot, and to the disarming of an enemy armed with a machine gun, knife, or pistol and immediately inflicting a blow on him with the use of a pain technique.

In gymnastics classes, for the development of determination and courage, it is necessary to use exercises, the performance of which is associated with elements of danger and risk. These include:

- free and acrobatic exercises - falling forward with a straight body; falling back with a straight body with safety "under the neck" from behind; forward jump, forward and backward flips; coups from a place and from a run; jump and flip forward through limited space; acrobatic elements when jumping on a trampoline;

– exercises on the crossbar: jumps with an arc, swing forward and swing back with turns, swinging in a vertical position on the knees.

Morning exercise, which includes many sections of physical training, is a daily means of physical and willpower hardening of personnel. It is necessary that the entire personnel during the time allotted for charging receive a full physical and

psychological load.

In everyday life, to improve psychological hardening, physical training in the process of combat training with standard weapons and combat equipment, competitions in military sports, complex actions, including cross country, overcoming obstacle courses, crawling, running, hand-to-hand combat in pairs, should be widely used. fighting and sports games.

Ignatieva Alina Igorivna

Ph.D. in Pedagogy, docent of the department of general military disciplines of the Military Law Institute Yaroslav Mudryi National Law University (Kharkiv)

MENTAL STATES OF MILITARY PERSONNEL DURING THE PREPARATION AND CONDUCT OF HOSTILITIES

The mental state of a military serviceman is a set of signs of his mental activity that characterize the state of an individual at a certain moment. Mental states of a military serviceman include manifestations of feelings (mood, affect, euphoria, anxiety, frustration, etc.), attention (concentration, inattention, absent-mindedness), will (determination, confusion, composure, emergency decision-making in combat conditions, etc.), thinking (doubts, confidence), imagination (delusions, dreams), etc.

In any mental state of the unit commander, three general dimensions can be distinguished: motivational-motivational (determining), emotional-evaluative and activation-energetic.

The mental states of the personnel of the unit (group) are characterized by certain features that are not characteristic at all or are characteristic to a lesser extent of individual states: mass appearance; pronounced social character; "contagion" (ability to spread quickly); “group effect" (increasing the strength and significance of personnel status); informativeness; tendency to anchor etc. Mental states of a military serviceman are characterized by integrity, mobility and relative stability, relationship with mental processes and personality properties, individual originality and typicality, diversity and polarity.

Management of the mental states of military personnel is a way of non-volitional management of their behavior in order to adapt to the surrounding environment. The positive thing in this process is the saving of time and effort on conscious regulation of human behavior. Negative is the stereotypy of reactions that arise even in opposition to the conscious choice of a serviceman in the case of his carrying out new or developmental activities.

During combat, a serviceman is in a state that involves a constant feeling of the randomness of death or the possibility of its occurrence, the possibility of receiving injuries and mutilation - all this undermines faith in the very meaning of life. A military serviceman is in a constant state of tension between his own sense of self-preservation and the belief in instilling conviction about the necessity of carrying out a combat mission.

But the scariest thing is that practically the majority of military personnel are afraid not of what happens during hostilities, but of what might happen. Such instillation of fear causes a feeling of constant nervous excitement, which increases with every minute. Thus, in fact, every soldier suffers from the struggle that takes place in his soul between the fear of death or being maimed and his own concept of military duty. However, nothing can be done about the obsessive feeling of anxiety that possesses him, because the vector of fear is directed at the hypothetical that can happen, and not at what is happening in reality, and all the body's systems function out of control. This is a completely natural process, the exit from which is carried out in only one way - from a state of anxiety and fear to a state of mental and physical exhaustion.

Extreme states of military personnel are a generalization of many functional states of a person, characterized by a violation of the adequacy of physiological, mental and behavioral reactions under the influence of various extreme factors both in peacetime and in wartime.

Reactions of a military serviceman's body to extreme situations can be of two types: adequate forms of reaction and anxiety reactions. A sign of determining the types of reaction is its directionality.

The main content of adequate forms of response are specific reactions of the body of a serviceman, which are aimed at eliminating or overcoming extreme factors and solving the functional (behavioral) tasks. The peculiarity of such a response at the behavioral level is the conscious, purposeful nature of official activity. This involves the formation of a military serviceman of a certain plan of action, which is based on the analysis of qualitative and sometimes quantitative characteristics of extreme conditions and evaluation of the entire extreme situation in which he got into.

The form of the response associated with the military serviceman's anxiety reaction is characterized by a relatively small relationship with the specificity of the extreme factor. It is aimed first of all at preserving the functioning of the body and, to a lesser extent, at preserving the structure of the serviceman's activity (fulfilment of duties, assigned tasks, use of weapons, etc.). Conscious control over behavioral reactions is weakened, unconscious behavioral acts can be observed, for example, panic.

With an adequate response of the body, the motivation of the serviceman, which was before the exposure to the extreme factor, remains almost unchanged, otherwise there is a decrease in the subjective importance of these motives and a change in the type of motivation. The reaction of anxiety, as a rule, appears in a military serviceman in extremely extreme situations. During an adequate response of a serviceman to the influence of extreme factors, some of the most important factors increase for this situation, indicators and reduction.

Korolov Stanislav Serhiyovych
Ph.D. in History, docent, Head of department general military disciplines of the Military Law Institute Yaroslav Mudryi National Law University (Kharkiv)

PSYCHOLOGICAL TRAINING OF PERSONNEL DURING TACTICAL (TACTICAL-SPECIAL) EXERCISES

The start of tactical (tactical-special) training with personnel, the methods and techniques of modern armed struggle must be studied, as well as tactical formation (tactical) exercises, in which, in addition to actions in various types of combat, separate techniques aimed at solving tasks of psychological training.

These include: overcoming various barriers, obstacles, fire outbreaks and infection zones under the influence of the enemy; actions according to established warning signals regarding radiation and chemical contamination, when the enemy uses high-precision weapons; provision of self-help and mutual aid for burns and injuries; landing action; running in tanks; exit from damaged tanks under enemy fire; evacuation of the wounded, etc.

Tactical (tactical-special) training is the highest form of purposeful formation of psychological qualities necessary for personnel. During training, the personnel manifest complex knowledge, skills and abilities, as well as moral and psychological qualities acquired in the process of training and upbringing, mental states and feelings similar to those characteristic of a combat situation arise.

Training will be a real school of psychological training of the troops only if conditions are created for them that require active activity from the personnel, the external picture of the battle is skilfully reproduced, if there is an enemy actively resisting, physical difficulties (load) and mental experiences, the elements of suddenness, danger, risk, lack of time will be modeled, which provide conditions for the formation of necessary emotional and volitional qualities in soldiers.

Training should be conducted on a complex topic, at a high pace, day and night, in difficult weather conditions (rain, snow, fog, frost, ice, etc.), in a rapidly changing environment, with the execution (imitation) of artillery and mortar fire, aviation bomb strikes, passage of equipment (tanks, armored personnel carriers, armored personnel carriers) through occupied positions and areas, flights of helicopters and airplanes over personnel, firing from all types of small arms, throwing combat grenades, forcing water obstacles, passing through swampy areas, landing, overcoming zones of damage, destruction and fires, various engineering barriers, actions in means of protection and in conditions of active radio interference.

During the exercises, the personnel must be able to fight against tanks, armored personnel carriers, low-flying aerial targets of the enemy, its sabotage and reconnaissance groups and landing forces, defend against incendiary substances, bear "losses" of manpower and equipment, provide assistance to the "victims", " wounded" and restore their fighting capacity.

In order to intensify the actions of personnel and to educate them to be highly alert, it is also necessary to practice the transmission of false commands, information about the situation, etc.

Commanders should bring maximum creativity to each exercise in order to create an environment that is close to the conditions of real combat.

The choice and equipment of the training area are of primary importance, the unfamiliar and most characteristic terrain for the theater of operations with natural obstacles and local objects contributes to the creation of a complex training environment.

In modern conditions, the engineering equipment of the area remains important, which not only creates favorable conditions for fighting, but is an important factor in maintaining the combat effectiveness of the troops, protecting the personnel of both conventional and high-precision weapons.

In addition, equipment measures and classes on overcoming engineering barriers in the area contribute to the formation of a correct idea of modern combat in the personnel, educates soldiers in self-control, stability, and perseverance in achieving their goals.

Achieving confident actions of personnel in the conditions of the enemy's use of high-precision weapons, means of mass destruction and incendiary mixtures is an important task of psychological training of units, units (compounds).

The following tasks of psychological training of the personnel should be solved at the exercises, where the conditions of use of the above-mentioned weapons and means are simulated:

- formation of military personnel with the correct idea about the nature of combat with the use of nuclear, laser, chemical and other types of weapons;
- fostering confidence in the ability to perform the assigned combat tasks in the conditions of the enemy's use of these types of weapons, as well as in the reliability of the protective properties of equipment, terrain, engineering structures and individual means of protection;
- formation of skills in overcoming and conducting combat operations in zones contaminated with radiation and poisonous substances of the enemy or fire zones, without reducing combat activity and the pace of attack;
- the formation of skills and abilities in self-help and mutual aid, in the rapid elimination of the consequences of the enemy's use of weapons of mass destruction, high-precision weapons and the restoration of the combat capability of units, units (compounds);
- education of resilience, courage, ability to act for a long time in individual protective equipment, to be able to carry out measures on engineering equipment of the area, emergency and rescue work, sanitation, decontamination, degassing and disinfection.

In order to form a correct idea among the personnel about the nature of combat operations with the use of weapons of mass destruction, it is necessary to simulate both the weapon itself and the external picture of the consequences of its use during the exercises.

The insufficient psychological influence on the personnel of the weapons of mass destruction simulators must be compensated by the complexity of the tactical situation, physical and mental stress, as well as the dynamism and continuity of actions.

All this requires the personnel to display not only speed of reaction and ingenuity, but also self-control. At the same time, special attention should be paid to the skillful actions of those who are studying and their preservation of combat activity.

Melnyk Serhii Mykolayovych
doctor of law sciences, associate professor, Honored Worker of Education of Ukraine, Laureate of the State Prize of Ukraine, awarded with the Order of Bohdan Khmelnytsky III degree Head of the Military Law InstituteYaroslavMudryi National Law University Brigadier General of Justice

PSYCHOLOGICAL TRAINING OF PERSONNEL AT CLASSES ON PROTECTION AGAINST WEAPONS OF MASS DESTRUCTION

At classes on the study of modern means of destruction and methods of protection against them, the foundations of psychological readiness for combat operations are laid in the personnel - a correct idea is formed about the peculiarities of conducting combat operations and confidence in the ability to perform combat tasks, in the effectiveness of protection measures against weapons of mass destruction (WMD) .

Classes on the study of modern means of protection against them should be held on specially equipped training fields and involve working out educational questions in the following sequence:

- familiarization with the combat properties and capabilities of weapons, as well as the means and methods of delivering them to the target;

– study of external signs of the enemy's use of WMD, as well as means of detection (indication);

- study of unmasking signs and vulnerable places of means of destruction, methods of destruction of these means by fire of various types of weapons;

- study of means and methods of protection of personnel and military equipment from means of attack;

- training of personnel in the destruction of means of destruction and in protection against them.

The main thing at these classes is to convince the soldiers that there are real possibilities of protection against means of mass destruction.

In order to show the combat properties of the enemy's WMD, as well as the methods and means of protection against them, educational films should be shown widely.

When studying the personnel of the opponent's ZMU, leaders of classes must pay the main attention to familiarization with its impressive properties; development

of solid skills in the use of means of protection and special treatment, as well as the provision of self-help and mutual aid in case of injury.

During the training, it is necessary to practice the tasks of conducting reconnaissance of an infected area, actions to overcome it on foot and on equipment, elimination of individual malfunctions of equipment in individual protective equipment and carrying out processing of weapons and combat equipment with the help of units' reporting tools.

All this will contribute to the formation of stability, endurance and confidence in the effectiveness of means of protection against WMD. First, confidence in the reliability of individual personal protective equipment must be developed in the process of demonstrating the effectiveness of these equipment in an atmosphere contaminated with training recipes for imitation of enemy poisonous substances. Demonstration of the effectiveness of antidotes, degassing substances and means of sanitary treatment serve the same purpose.

The formation of the confidence of personnel when working with chemical (radiation) reconnaissance devices in their reliability, as well as overcoming fear when conducting chemical (radiation) reconnaissance is achieved by clearly practicing techniques for preparing the devices for action, identifying and eliminating simple malfunctions, first in an uncontaminated area of the area, and then on the terrain infected with training formulations of imitation poisonous substances of the enemy. After that, the personnel must complete the task of detecting substances in the area and military equipment. To simulate infection, non-toxic chemicals are used, which give the same color of the indicator tube filler as the real enemy substances, as well as a set of control tubes.

From a psychological point of view, training in the speed and correctness of putting on gas masks, as well as the duration of the personnel's stay in them, is of great importance. Such training should be carried out systematically and at unexpected moments for the staff - during breaks between classes, during movement during classes, when working on other educational issues, etc.

A long stay in a gas mask is associated with a great strain of moral and physical forces, it actively affects the psyche of the personnel, develops self-control and stability in them. Therefore, training in the duration of stay in a gas mask should be carried out systematically, combined with the active actions of military personnel in classes and gradually increase the time spent in a gas mask, bringing it to 6 hours or more.

The experience of conducting exercises shows that in order to psychologically prepare servicemen for actions in the conditions of the use of WMD, it is necessary:

Teach soldiers to determine the nature and type of WMD based on external signs and, based on this, quickly assess the extent of the danger and choose the correct course of action. Knowing only impressive factors, such as light radiation, can cause fear, a feeling of defenselessness and helplessness. It is necessary to clarify that light and heat radiation propagate in a straight line and the rays do not penetrate through opaque materials. Any obstacle (wall, tarpaulin, trench) can protect against them. In addition, light radiation can become a kind of "ally" of a warrior. Since light

propagates faster than sound, it acts as a kind of alarm about the approach of a shock wave. This allows you to remove excess tension while waiting for the approach of the shock wave.

The human body can withstand the pressure of a shock wave 20 times more than the frame of a building can withstand. Therefore, if it is good to hide from the light radiation, then the shock wave is less dangerous. Knowing these facts is of great psychological importance: it instills confidence in one's own abilities and security.

Meshcheriakov Dmytro Serhiiovych
PhD in Psychology, Researcher of the Department of Modern Information Technologies of Education of G.S. Kostiuk Institute of Psychology of NAES of Ukraine (Kyiv)

DESIGNING PSYCHOLOGICAL ADAPTATION TO INFORMATIONAL PRESSURE IN THE CONDITIONS OF WAR

During the war, society is under informational pressure [5] by: enemy informational and psychological operations, propaganda, political and religious confrontations, rumors, news, fakes, manipulations. All this can cause the personality to enter a state of "emotional swing", with outcomes like fluctuations in physical and moral strength, despair, etc.

To accelerate the adaptation of the psychological protection of the personality to informational pressure, we suggest designing its system from the standpoint of the subjectness approach [3], with use of classical defence mechanisms and mechanisms of subjectness [2].

The design and construction of a psychological protection system against informational pressure by an personality occurs in stages [1]. As an example, we offer the following stages, during which the personality:

- realizes the need for psychological protection and takes responsibility for it;
- develops own subjectness, knows its mechanisms and uses them consciously;
- creates conditions for maintaining and building a system of own psychological protection;
- acquires knowledge about: main threats to mental health and psychological state, information pressure, own psychological protection capabilities, typical strategies for solving problems;
- establishes a reliable system of obtaining and transmitting reliable information, forms a circle of mutual assistance, including the potential of virtual space;
- gets an idea of the defences mechanisms [4] and acquires practical skills of transformation of threats with the help of mature mechanisms: humor, rationalization, sublimation, suppression, annulment, displacement, altruism, etc.;

acquires the skills of critical thinking, self-regulation, adaptation, resilience, psychohygiene, effective coping with stress;

- is aware of the psychological protection chains (which may include various mechanisms, reactions, actions and other necessary resources) and trains them against typical threats;
- if constantly being in the information flow, reflexively assesses whether it poses a threat to mental health or psychological state, and when such a threat is detected, consciously starts a chain of psychological protection, adequate to the threat;
- has knowledge of how to act in case of exceeding the possibilities of own psychological protection: distance from the information flow, block the threat, do an "informational detox", seek help, undergo recovery, adapt, use an appropriate coping strategy, rebuild the mental model of the world, etc.;
- makes the process of self-development permanent, as well as self-improvement of one's own protective capabilities;
- realizes that psychological defense is not always appropriate.

Thus, we believe that the personality's subjectness, conscious design of the psychological protection system and subsequent implementation increases both the effectiveness of protection and its adequacy to threats. This, in turn, speeds up adaptation to the current living conditions of the personality.

References

1. Мещеряков Д.С. Психологічний захист особистості від інформаційного тиску під час війни: аспекти суб'єктності. Технології розвитку інтелекту. 2022. Т.6, 1 (31). DOI: https://doi.org/10.31108/3.2022.6.1.6
2. Психологічні механізми становлення суб’єктності дорослих у віртуальному просторі: монографія / М. Л. Смульсон, П. П. Дітюк, І. Г. Коваленко- Кобилянська, Д. С. Мещеряков, М. М. Назар [та ін.]; за ред. М. Л. Смульсон. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. URL: https://lib.iitta.gov.ua/728329
3. Смульсон М.Л., Мещеряков Д.С. Суб’єкт і суб'єктність у зарубіжній психології: нюанси термінології та перекладу. Технології розвитку інтелекту. 2021. Т.5, 1 (29). DOI: https://doi.org/10.31108/3.2021.5.1.9
4. Perrotta, G. Human Mechanisms of Psychological Defense: Definitions, Historical and Psychodynamic Contexts, Classifications and Clinical Profiles. Int J Neurorehabilitation Eng 2020. 7: 360.
5. Saqib Amin. Why Ignore the Dark Side of Social Media? A Role of Social Media in Spreading Corona - Phobia and Psychological Well- Being. International Journal of Mental Health Promotion. 2020. 22. P. 29–38. DOI: https://doi.org/10.32604/IJMHP.2020.011115

ЗМІСТ

ВСТУПНЕ СЛОВО **3**
Приходько І.І. Актуальні питання психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України **3**
Амурова Я.В. Особливості психокорекції почуття вини у осіб, які пережили бойові дії **4**
Апальков В.В. Сумління як чинник регуляції поведінки військовополоненого **7**
Афузова Ганна Валеріївна **9**
Doomscrolling/doomsurfing як виклик сучасності для психічного здоров'я особистості **9**
Барко В.В., Барко В.І. Стандартизація адаптованої психодіагностичної методики «Каліфорнійський психологічний опитувальник» **11**
Бацамут В.М. Прогнозування психогенних втрат військового формування під час виконання бойових завдань **15**
Береза Р.П., Вєлічко О.В. Інноваційна педагогічна діяльність як проблема практичної підготовки військових психологів **17**
Андрейко Б.В., Богоніс Ю.Р., Граб Ю. С. Психологічна підтримка дітей з особливими освітніми потребами під час війни **20**
Богоніс Ю.Р., Андрейко Б.В., Граб Ю.С. Психологічна підтримка дітей з особливими освітніми потребами під час війни **24**
Бондзик Д.М. Морально-психологічна безпека фахівця екстремального профілю **28**
Бутенко М.В. Вплив емоційного інтелекту на професійну успішність поліцейського в екстремальних ситуаціях **30**
Вайда Т.С. Антигуманне ставлення до населення україни як негативний приклад морально-психологічної підготовки особового складу окупаційних військ: соціальна природа патологічної агресії військовослужбовців РФ (на прикладі війни 2022 року) **34**
Васищев В.С., Бухун А.Г. Актуальні питання організації протидії негативному інформаційно-психологічному впливу з урахуванням можливостей сучасних інформаційних технологій **40**
Вільгемська С.Ю. Психологічні особливості серійних вбивць **42**
Власова М.Д. Психокорекція негативних психічних станів особистості, що пережила травматичні події **45**
Галецька І.І., Кліманська М.Б., Климанська Л.Д. Федів І.І. Часова перспектива резильєнтності в умовах воєнного стану **48**
Гачак-Величко Л.А., Приймак В.Ю. Шляхи подолання бойового стресу військовослужбовців **53**
Гачак-Величко Л.А., Чайка Д. О. Виникнення стресових ситуацій у військовослужбовців: психологічний аспект **56**
Грубі Т.В. Особливості психологічної готовності військовослужбовців до екстремальних умов **59**

Гузенко І.М., Мотлюк Н.С. Психологічні особливості адаптації курсантів першого року навчання у ВВНЗ **62**
Давидова О. В. Невизначена втрата: психологічний феномен та допомога..... **66**
Дембіцька С.В., Дубровинський Г.Р., Ділай А.Ю. Соціально-психологічні установки майбутніх військових психологів **71**
Зарічанський О.А. Моральне відчуження як маркер готовності до корупційної поведінки правоохоронців..... **75**
Зінченко Д.А. Психолого-педагогічна діяльність щодо профілактики домашнього насильства **79**
Зливков В.Л. Динаміка соціальної ідентичності у розвитку патріотизму особистості під час війни..... **82**
Керницький О.М. Психологічні особливості бойових дій у місті: фактори впливу на психіку військовослужбовців та основні напрямки психологічної підготовки **86**
Кісіль З.Р. Психічні стани військовослужбовців після повернення із зони ведення бойових дій..... **90**
Козак Г.М., Сікорська Л.Б. Ігрові методики у корекційно-розвивтковій роботі з дітьми з особливими освітніми потребами..... **92**
Колесніченко О.С. Модель бойової психологічної травматизації військовослужбовців..... **95**
Коллі-Шамне А.В. Психотравматологія війни: емоційні стани українських вимушених мігрантів у перші місяці адаптації до нових умов життя..... **97**
Саламон отець Олег, Костюк С. Проблема психологічної адаптації особистості та підготовка фахівців до екстремальних умов життєдіяльності **101**
Кузьменко К.В., Чередниченко Т.В. Формування життєстійкості пожежних-рятувальників засобами соціально-психологічного тренінгу **103**
Леонідова У. А., Чередниченко Т.В. Психологічний супровід діяльності військовослужбовців як фактор боєздатності військ **105**
Ліпатов І.І. Основні завдання і напрямки роботи з місцевим населенням при проведенні стабілізаційних дій (операції) формуваннями Національної гвардії України в умовах ведення бойових дій..... **108**
Лукомська С.О. Особливості психологічних ресурсів учасників бойових дій різного віку..... **110**
Лялюк Ю.Р. Особливості організації психологічного супроводу розвитку емоційної стійкості майбутніх фахівців сил безпеки та оборони **113**
Максименко Д.Ю., Чередниченко Т.В. Особливості психологічної реабілітації особистості, яка пережила травматичні (бойові) події..... **116**
Мацевко Т.М., Тіхонова К.Ю. Особливості формування поінформованості курсантів ВВНЗ щодо поведінки в умовах примусової ізоляції……..... **119**
Мельник О.А. Важливість та проблемність розуміння психічних станів **121**
Мірошниченко О.М. Психологічне забезпечення професійної діяльності персоналу установ виконання покарань та слідчих ізоляторів в екстремальних умовах..... **124**

Момот М.А. Взаємозв'язок негативних психічних станів та психосоматичних захворювань у військовослужбовців **128**
Мохнар Л.І. Психологічна готовність майбутніх фахівців служби цивільного захисту до ефективної управлінської діяльності **131**
Мохорєва О.М. Психологічний супровід особистості в кризових ситуаціях та екстремальних умовах життєдіяльності **133**
Музичко Л.Т., Мисик Т.С. Негативні психічні стани особистості та їх наслідки: критерії та стратегії психологічної допомоги **136**
Музичко Л.Т., Пачковська А.М. Психологія лідерських якостей військовослужбовців в екстремальних видах діяльності **138**
Мусевич Р.Ю. Психологічні аспекти формування ґендерної компетентності майбутніх офіцерів **141**
Мухіна Г. Застосування методу ненасильницького спілкування в поліцейській діяльності **146**
Невмержицький В.М. Виживання у полоні **148**
Сулятицький І.В., Островська К.О. Алгоритми психокорекції мовних порушень у «польових» умовах **152**
Павелко І.І. Психологічне забезпечення реабілітації військовослужбовців після участі у бойових діях **154**
Пасічник В.І. Професійно важливі компетентності командира військового підрозділу, як суб'єкта психологічної допомоги підлеглим **159**
Пахомов І.В. Професійна підготовка психологів установ виконання покарань та слідчих ізоляторів **161**
Пащенко А.О., Ларіонов С.О. Особливості ставлень військовослужбовців Національної гвардії України до делінквентної поведінки **165**
Пономаренко Я.С. Роль поліцейського лідерства в період кризи **169**
Ролюк О.В., Райта К.І. Вплив чинників бойової обстановки на особистість військовослужбовця **173**
Славич О.В. Психологічна допомога дітям з ооп зумовлена колективною травмою **175**
Слурденко Д.О. Змістовно-психологічні особливості самоврядування у військовослужбовців Національної гвардії України **178**
Сокол А.О., Момот М.А. Основні напрями реабілітації особистості, яка пережила бойові події **179**
Стаднік А.В. Ващенко І.В. Актуальні питання формування психологічної стійкості військовослужбовців **182**
Стадніченко Н.О. Позитивна реципрокна взаємодія в контексті доступу ветеранів до допомоги після завершення періоду служби **184**
Стасюк В.В. Дикун В.Г. Рекомендації щодо спрямованості заходів спеціальної психологічної підготовки в танкових підрозділах **188**
Степура Є.В. Проблема подолання надмірної тривоги смерті **191**
Сулятицький І.В., Королишин О. Особливості надання психокорекційної допомоги людям, які пережили травматичні події **193**

Ткаченко О.Т. Негативні психічні стани та їх наслідки у дітей з особливими потребами: стратегії допомоги під час війни **196**
Товма М.І, Товма І.М. Доктринальний підхід до розвитку військового лідерства в Національній гвардії України **199**
Федчук О.В. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовця, як основа готовності до дій в ризиконебезпечних умовах **203**
Фомич М.В. Технології віртуальної реальності як інструмент психологічної підготовки персоналу оперативно-рятувальної служби цивільного захисту **205**
Харченко С.В. Особливості переживання стресу населенням, яке внаслідок бойових дій в україні, та можливості отримання психологічної допомоги..... **209**
Худавердієва В.А., Загоруйко С.Г. Психологічний супровід особистісного розвитку студентів у закладах вищої освіти військово-оборонної спрямованості **211**
Худавердієва В.А. Найдьонова М.І. Застосування концепції соціально-психологічної комфортності особистості суб'єкту освітнього процесу військово-професійної спрямованості **217**
Чаган О.І., Дьоміна А.Д. Особливості професійно-психологічного відбору громадян україни під час проведення мобілізації..... **222**
Мохорєва О.М., Чернуха Л.В. Особливості адаптації та реабілітації учасників збройних конфліктів..... **226**
Шевчук К.М., Породько М.І., Сулятицький І.В. Засоби реабілітації для людей з посттравматичним стресовим розладом..... **228**
Чернявська С.М. Досвід як складова психологічної готовності до професійної діяльності майбутніх пілотів цивільної авіації **231**
Юрова Т.М. Сфери діяльності військового культуролога у системі збереження психічного здоров'я учасників бойових дій **235**
Юрова Т.М., Вербіцька М.Б. Методи профілактики бойових психогенних втрат..... **237**
Янковська О.Ю. Посттравматичний стресовий розлад у військовослужбовців.. **239**
Babarytskyi Oleksandr Vasyliovych Psychological hardening of personnel during physical training **242**
Ignatieva A.I. Mental states of military personnel during the preparation and conduct of hostilities **244**
Korolov S.S. Psychological training of personnel during tactical (tactical-special) exercises **246**
Melnyk S.M. Psychological training of personnel at classes on protection against weapons of mass destruction..... **248**
Meshcheriakov D. S. Designing psychological adaptation to informational pressure in the conditions of war..... **250**

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України

Матеріали VIII всеукраїнської науково-практичної конференції

Друкується в авторській редакції

Відповідальний за випуск: ***Колесніченко О.С.***
Комп'ютерна верстка: ***Мацегора Я.В.***

Формат паперу 60х84/16. Ум. друк. арк. 10,2. Тираж 50 прим. Зам. № 57.

Видавець і виготовлювач Національна академія НГУ.
м-н Захисників України, 3, м. Харків, 61001.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 2799 від 22.03.2007 р.