

ДЕРЖАВНА ПРИКОРДОННА СЛУЖБА УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ДЕРЖАВНОЇ ПРИКОРДОННОЇ
СЛУЖБИ УКРАЇНИ ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО



РЕАЛІЗАЦІЯ ГЕНДЕРНОЇ ПОЛІТИКИ
НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ РОЗВИТКУ
СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ І ОБОРОНИ:
СТАН, ПРОБЛЕМИ, ПЕРСПЕКТИВИ

VI Міжнародна науково-практична конференція
(15 травня 2025 року)



УДК 305:355.08]08(043.2)

P-31

Реалізація гендерної політики на сучасному етапі розвитку сектору безпеки і оборони: стан, проблеми, перспективи : тези VI Міжнародної науково-практичної конференції (Хмельницький, 15 травня 2025 року). Хмельницький : Видавництво НАДПСУ, 2025. 496 с.

Видання містить тези доповідей VI Міжнародної науково-практичної конференції “Реалізація гендерної політики на сучасному етапі розвитку сектору безпеки і оборони: стан, проблеми, перспективи”, яка відбулась в онлайн-режимі 15 травня 2025 року у м. Хмельницький на базі Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького.

УДК 305:355.08]08(043.2)
© Видавництво НАДПСУ, 2025

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ КОНФЕРЕНЦІЇ

Голова оргкомітету – заступник ректора (проректор) з наукової роботи Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького доктор педагогічних наук, доцент полковник Сергій БІЛЯВЕЦЬ;

заступник голови оргкомітету – начальник відділу – головний науковий співробітник науково-організаційного відділу Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького кандидат педагогічних наук, доцент полковник Юрій ДЕМ'ЯНЮК;

члени оргкомітету:

Урядова уповноважена з питань гендерної політики докторка юридичних наук, кандидатка філософських наук, професорка, заслужена юристка України Катерина ЛЕВЧЕНКО;

заступниця Міністра внутрішніх справ України, голова правління ГО “Українська асоціація представниць правоохоронних органів” Катерина ПАВЛІЧЕНКО;

помічниця Голови Державної прикордонної служби України з гендерних питань пані полковник Олеся КЛИМЕНКО;

міжнародна та національна експертка з гендерних питань, засновниця та старша аналітикиня Інформаційно-консультативного жіночого центру Олена СУСЛОВА;

експертка з тренінгів у сфері прав людини Консультативної Місії Європейського Союзу в Україні (КМЄС) Юлія ПЕТРОВА;

помічник ректора Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького з міжнародного та міжвузівського співробітництва – начальник групи міжнародного та міжвузівського співробітництва кандидат педагогічних наук, доцент полковник Андрій ЯНКОВЕЦЬ;

начальник режимно-секретного відділу Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького полковник Олександр КОВАЛЕНКО;

начальник видавництва Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького полковник Олег СВИДЕРСЬКИЙ;

радниця ректора з гендерних питань, старша наукова співробітниця (з гендерних питань) науково-дослідного відділення управлінської діяльності в Держприкордонслужбі України науково-дослідного відділу Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького докторка психологічних наук, професорка, заслужена працівниця освіти України Олена ВОЛОБУЄВА;

провідний науковий співробітник науково-дослідного відділення адміністративно-юрисдикційної та оперативно-розшукової діяльності Держприкордонслужби України науково-дослідного відділу Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького доктор юридичних наук, професор Валентин ЗЬОЛКА;

секретарка оргкомітету – старша наукова співробітниця відділення наукової, науково-технічної діяльності та інтелектуальної власності науково-організаційного відділу Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького кандидатка наук з державного управління Ілона ЯРМОЛИНСЬКА.

ГРУПОВІ ЗАНЯТТЯ ДЛЯ ЖІНОК ЯК ІНСТРУМЕНТ ДОСЯГНЕННЯ ЛІДЕРСЬКИХ ПОЗИЦІЙ І РІВНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ

Сніжана ЄВПАК

Відповідно до Закону України “Про забезпечення рівних прав і можливостей чоловіків та жінок” термін “гендерна рівність” визначається як рівний правовий статус жінок і чоловіків та їх рівні можливості для його реалізації, що дозволяє особам обох статей брати рівну участь у всіх сферах життєдіяльності суспільства [1].

В українському суспільстві досі залишаються стигматизовані уявлення про образ жінки, що жінка не впорається з роллю та завданнями, які вважаються традиційно “чоловічими”. Поширена думка, що середній рівень фізичної сили та витривалості у жінок є нижчим, ніж у чоловіків, але багато жінок успішно доводять свою витривалість і здатність впоратися з фізичними навантаженнями, але їх “не бачать” із-за їх меншості [2].

Ще один стереотип, який має історичне коріння і з яким часто стикаються жінки, це те, що вони більш “емоційно нестабільні” та більш схильні до конфліктів, ніж чоловіки. Але суспільством емоційні реакції жінок і чоловіків сприймаються по-різному.

На жаль, існуюча на сьогодні дискримінація за ознакою статі, яка виявляється у формі нерівного ставлення як до професіонала, вимагає від жінок доводити свою професійну спроможність і компетентність більше, ніж це очікується від чоловіків-колег. Жінки можуть виконувати широкий спектр завдань, що покладені на них, але існують певні очікування щодо їх поведінки та взаємодії в колективі й виконанні

завдань. Указані чинники негативно виявляються у вигляді значного стресу, відчуття виснаженості та безсилля, що створює певні бар'єри для тих жінок, які хочуть будувати свою кар'єру на рівних із чоловіками правах.

Насправді, жінки мають добре розвинутий емоційний самоконтроль. Більше того, жінки часто демонструють високий рівень емоційного інтелекту, який є важливим для виконання службових завдань й вирішення конфліктних ситуацій, де ці навички є особливо корисними.

У сучасному світі успіх у професійній діяльності залежить не лише від технічних знань, а й від здатності ефективно взаємодіяти з людьми, розпізнавати та контролювати емоції, швидко адаптуватися до змін.

Актуальним питанням по сьогодні залишається створення безпечного простору, з атмосферою довіри, конфіденційності та підтримки для жіночого персоналу університету. Такий простір є сприятливим для розвитку навичок, усвідомлення й керування своїми емоціями, пошуку ресурсів для відновлення та додання труднощів, усе це має велике значення для психологічного благополуччя, ефективної взаємодії та комунікації, які є важливими складовими успішної професійної діяльності. Сьогодні в умовах війни це особливо важливо, коли надмірні навантаження, стрес, травматичні ситуації мають значний вплив на психоемоційний стан.

Психологи сектору психологічного забезпечення Національного університету цивільного захисту України під час розробки групових занять для жінок включали техніки та вправи, які враховують можливі виникаючі емоційні переживання, навчання керування ними й профілактику виявів емоційного вигорання з метою збереження балансу між емоційною чутливістю та необхідною витримкою.

Перелік вправ і технік не є вичерпним, вони підбираються з урахуванням запитів і потреб учасниць тренінгу. Наведе-

мо приклад технік, які були використані в тренінгових групових заняттях для жіночого персоналу університету:

Техніка, на основі японської традиційної гри “Макура-наге”, “Кидок подушки”, яка спрямована на фізичне та емоційне розвантаження. Це техніка допомагає учасникам заняття випустити накопичену напругу у безпечний спосіб. Активні рухи дозволяють знизити рівень кортизолу та покращити настрій і самопочуття. Невимушеність техніки, що виражається в особливостях її проведення, допомагає зменшити комунікаційні бар’єри між учасниками, фізично розвантажитись, безпечно позбутись негативних емоцій, що є профілактикою конфліктних ситуацій на робочому місці.

Робота з ресурсними картами. Використовується, як самотійний інструмент роботи та як елемент групової роботи, має важливе значення та ефективну дію в активізації внутрішніх ресурсів, самопізнання, опрацювання емоцій. Основною метою є усвідомлення та керування своїми емоціями, робота з негативними досвідом і внутрішніми конфліктами.

Ресурсні карти використовувалась у тренінгах з жінками як окрема техніка, яка була спрямована на розуміння своїх емоцій, бажань і почуттів, сприяла емоційному розвантаженню та стабілізації психологічного стану. Робота зі своїми особистими історіями, із позитивними символами та метафорами допомогла учасникам групових занять виявити власні внутрішні сили. Також ресурсні карти допомагають побачити стресову ситуацію під новим кутом, проаналізувати та віднайти шляхи вирішення проблемних питань.

Танцювальна терапія за методикою Габрієли Рот. Це ефективна техніка для самовираження, роботи з тілом та емоціями, включає в себе “5 ритмів”. Вона допомагає через рух і музику відновити зв’язок із власним тілом, розслабитись, знизити рівень стресу. Сприяє кращому усвідомленню власного тіла та емоцій, що допомагає краще підтримувати

самоконтроль у стресових ситуаціях. Танцювальна терапія була запропонована психологами учасницям тренінгу з метою стабілізації емоційних станів, зняття тілесних зажимів, відчуття та почуття власне тіло. Практика “5 ритмів” – це різні за темпом та інтенсивністю ритми, які допомагають через рух зняти стрес, вивільнити застряглі емоції, страхи, накопичене напруження, дозволяють слухати свої внутрішні відчуття. Багато чого відбувається лише в голові та здебільшого тілу не дається шансів бути повноправним учасником нашого життя. Через танець можна навчитися встановлювати зв’язок між тілом, серцем і розумом [3].

Створення безпечного середовища, побудованого на довірі, де жінки з персоналу університету можуть залишатися собою, відчувати, що їх цінують за їх унікальний внесок і перспективи, – це важливий крок для забезпечення рівних можливостей у професійному розвитку, ефективності та мотивації до професійного зростання й виключення гендерної дискримінації. Проведення групових занять з елементами тренінгу для жінок сприяє покращенню психологічного благополуччя, допомагає впоратись зі стресом, тривогою, емоційним вигоранням і сприяє формуванню соціальних зв’язків, які покращують взаємодію під час виконання роботи в колективі.

Отже, завдяки створеному безпечному простору та проведенню жіночих групових занять з використанням арт-терапевтичних, ресурсних, релаксуючих, тілесних технік та вправ значно покращився психологічно-емоційний стан учасниць. Така групова робота дає змогу підтримувати та покращувати навички ефективної комунікації, конструктивного вирішення конфліктних ситуацій, уміння працювати з негативними емоціями та розвивати навички самопідтримки. Водночас, це дає можливість жінкам відчувати підтримку та впевненість у своїй професійній компетентності, тим самим руйнуючи стереотипи, які заважають жінкам будувати свою кар’єру

на рівних із чоловіками правами й посідати лідерські позиції у своїй професійній діяльності.

Список використаних джерел

1. Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків : Закон України від 08.09.2005 № 2866-IV : станом на 19 груд. 2024 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2866-15#Text> (дата звернення: 27.03.2025).
2. Мусевич Р. Ю. Російсько-українська війна: гендерні виклики та упередження. Харків, 2023. 28 с.
3. Танець п'яти ритмів: зцілення душі через тіло. *Інтернет магазин Колесо Життя*. URL: <https://koleso-gizni.com.ua/uk-ua/tvorchestvo/tanec-pyat-ritmov-gabrielly-rot> (дата звернення: 24.03.2025).

<i>Протидія гендерно зумовленим загрозам, пов'язаним зі збройною агресією: ідентифікація постраждалих від сексуального насильства, пов'язаного з конфліктом</i> Федір ДУНЕБАБІН, Крістіан КОРРЕА	115
<i>Формування гендерного дискурсу в контексті лінгвогендерного виміру гібридної війни росії проти України</i> Ольга ДУНЕБАБІНА	122
<i>Групові заняття для жінок як інструмент досягнення лідерських позицій і рівних можливостей</i> Сніжана ЄВПАК	126
<i>Виклики для жінок-військовослужбовиць під час виконання службово-бойових завдань</i> Віталій ЖУРАВЕЛЬ, Сергій ЖУК, Андрій КРАВЧУК	131
<i>Актуальні питання впровадження засад гендерної рівності в освітній процес НАДПСУ</i> Валентин ЗБОЛКА, Наталія РАДЧЕНЯ	135
<i>Implementation of gender perspectives in the activities of international customs organizations: legal dimension</i> Roksolana IVANOVA	140
<i>“Свято 8 березня”, або найуспішніша і найтриваліша інформаційно-психологічна операція виробництва СРСР та роль жінок у протидії інформаційній агресії рф проти України</i> Віроніка КАЛАЧОВА	144
<i>Військовослужбовиці в Збройних Силах України: гендерне становлення, тенденції змін і реалії сьогодення</i> Людмила КІЗЛО, Людмила АНДРЕЄВА, Андрій КАЛАБСЬКИЙ	149
<i>Онлайн-платформи та проекти для постраждалих від гендерно зумовленого насильства під час війни</i> Анастасія КІНДЗЕРСЬКА	154
<i>Реалізація права: гендерні правовідносини</i> Наталія КЛЕЩЕНКО	157

РЕАЛІЗАЦІЯ ГЕНДЕРНОЇ ПОЛІТИКИ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ РОЗВИТКУ СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ І ОБОРОНИ: СТАН, ПРОБЛЕМИ, ПЕРСПЕКТИВИ

**Тези VI Міжнародної науково-практичної конференції
(15 травня 2025 року)**

Коректори: Т. О. Маляр, І. М. Бабина, О. В. Коломійчук, А. І. Дияк

Комп'ютерна верстка О. В. Філіпенко

Відповідальність за достовірність фактів та інших даних несуть автори

Здано до набору 26.05.2025. Підписано до друку 19.08.2025

Формат 60×84/16. Гарнітура SchoolBook.

Ум. друк. арк. 28,83. Обл.-вид. арк. 29,76

Видавництво Національної академії

Державної прикордонної служби України імені Б. Хмельницького

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 3010 від 22.10.2007