

Проходячи за таким алгоритмом психолог зможе провести первинне психологічне дослідження, визначити проблемні зони у роботі вищих психічних функцій та провести їх первинну корекцію. Також, передати штатному працівнику психологічного сектору рекомендації щодо необхідної роботи з відповідної особистістю з метою збереження її психологічного здоров'я.

Список використаних джерел

1. Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології : монографія / За заг. ред. В.П. Садкового, О.В. Тімченка; НУЦЗУ. Х.: ФОП Мезіна В.В., 2017. 512 с.
2. Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології. Том II. : монографія / За заг. ред. В.П. Садкового, О.В. Тімченка; НУЦЗУ. Х.: ФОП Мезіна В.В., 2022. 436 с.
3. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. Проф. О.В. Тімченка. К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с.
4. Психологія травмуючих ситуацій: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / О. Л. Туриніна. К.: Персонал, 2017. 160 с

УДК 159.9

П'янківська Людмила Володимирівна,
старший науковий співробітник науково-
дослідної лабораторії психологічного
забезпечення Державного науково-дослідного
інституту МВС України, кандидат
психологічних наук
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9086-271X>

ДОСВІД США У НАДАННІ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ ЧЛЕНАМ РОДИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ВЕТЕРАНІВ

Війна в Україні докорінно змінила життя усіх громадян та негативно вплинула на їх життя. Члени родин військовослужбовців постійно зазнають стресових впливів, що обумовлені перебуванням їхніх чоловіків у зоні бойових дій, у полоні, у медичних закладах з пораненнями тощо. Вони мають постійні відчуття небезпеки і невизначеності, самотності та віддаленості, втоми і виснаження, стикаються з байдужістю та нерозумінням з боку суспільства, що негативно впливають на їх стан здоров'я. Тому одним із актуальних питань на сьогодні є вивчення та упровадження досвіду надання психосоціальної підтримки членам родин військовослужбовців та ветеранів.

Психосоціальну підтримку трактують як підтримку певних груп суспільства, які травмовані війною; як неспеціалізований спосіб допомоги, що відрізняється, зокрема, від медичної або психіатричної

допомоги, але включений до послуг гуманітарної підтримки [2]. Н. Череповська та Н. Умеренкова вказують, що вона може бути елементом діяльності соціальних працівників, практичних психологів, офіцерів, які займаються забезпеченням морального і психологічного стану військових, капеланів, психологів-волонтерів тощо [2].

Загалом сім'я розглядається як важливе життєве ядро військовослужбовця, що постійно впливає на нього. Тому неможливо розглядати питання надання йому психосоціальної підтримки відокремлено від родини. Зарубіжні дослідники констатують негативний вплив на добробут ветеранів війни порушення адаптації в сім'ї [6], Т. Францискович, А. Стеванович, І. Єлушич та ін. вказують на появу вторинної травматизації дружин ветеранів, у яких діагностовано посттравматичний стресовий розлад [9]. Доводять негативний вплив стану військовослужбовця на стосунки з дружиною, дітьми, батьками [10], порушення реінтеграції батьківства тощо [13].

З огляду на зазначене, спробуємо окреслити досвід Сполучених Штатах Америки (далі – США) з питань психосоціальної підтримки членів родин військовослужбовців та ветеранів. У США напрацьовано досить потужну базу з питань адаптації та надання допомоги ветеранам воєнних дій і членам їх сімей [16]. У країні активно діє «Система сімейної готовності» (Family Readiness System), спрямована на психосоціальну підтримку ветеранів та їх сімей. Вона складається з мережі організацій, частина з яких входить до Міністерства оборони, а інші функціонують на загальнодержавному рівні та рівнях місцевих громад. Ці організації надають низку дієвих соціальних програм та послуг [16].

У державі функціонує офіційний сайт Міністерства оборони США Military OneSource, де цілодобово надається достовірна і актуальна інформація, відповіді на запитання, підтримка для військовослужбовців та членів їх родин. Також створені онлайн-сервіси та кол-центри, що постійно надають консультаційні і довідкові послуги. Military OneSource пропонує різноманітний спектр послуг, зокрема: консультації з питань догляду за інвалідами та літніми людьми; побудови здорових стосунків; виховання дітей; навчання подружжя; підтримки родини при переїзді; фінансові консультації; допомога у оформленні декларацій; послуги мовного перекладу документів; онлайн та офлайн немедичні консультації (наприклад, навчання навичкам стресостійкості); тренінги з питань покращення здоров'я та самопочуття тощо [11].

У листопаді 1984 року у США створено Центр підтримки громади та сімей армії США (*Army Community and Family Support Center – CFSC*). Під керівництвом CFSC запроваджено План дій армійської сім'ї (*Army Family Action Plan – AFAP*), де фокус програм розширився і почав включати послуги і для членів сімей

військовослужбовців. AFAP переймається проблемами якості життя цивільних працівників армії, військових пенсіонерів, членів родин військовослужбовців тощо. Вона допомагає вирішувати трудові, фінансові, освітні, медичні питання. Також особливу увагу приділяють працевлаштуванню та догляду за дітьми членів сім'ї військовослужбовців. З 1983 року на рівні Департаменту армії було розглянуто понад 700 звернень, з яких вирішено більше 500 [3].

Слід звернути увагу на *Army Community Service (ACS)*, що пропонує програми для військової спільноти. *Army Family Team Building (AFTB)* є комплексною сімейною програмою з питань розуміння армійської культури, навчання навичкам стресостійкості й ресурсності для військовослужбовців та членів їх сімей. AFTB має трьохрівневу структуру. Перший рівень *Building Personal Growth* спрямований на особистісне зростання, що сприяє покращенню міжособистісних стосунків, удосконалення комунікативних навичок та управління стресом. Другий рівень *Military Knowledge* є психоедукаційним, що націлений на інформування про особливості та місію армії, її вплив на цивільне життя, покращення фінансової грамотності й можливостей отримання допомоги. Третій рівень *Leadership Knowledge* має на меті формування лідерських навичок, удосконалення навичок спілкування, управління конфліктами тощо [4].

У 2010 році започатковано *програму «Comprehensive Soldier & Family Fitness (CSF2)»*, яка спрямована на створення навчальних центрів, що широко представлені в мережі армії США, для навчання навичкам емоційної стійкості, долаття складних життєвих ситуацій й саморозвитку, покращення якості життя військовослужбовців та членів їх родин [1, с. 120].

Досить значимою і дієвою є *програма The Exceptional Family Member Program (EFMP)*, спрямована на надання комплексної підтримки членам сімей з особливими потребами, які потребують спеціалізованого лікування, терапії, освіти, навчання чи консультування. Ця підтримка надається безпосередньо для діючих військовослужбовців, солдат резерву армії США в програмі резерву активної гвардії (AGR) і персоналу AGR Національної гвардії армії. EFMP комплексно підходить до надання послуг і залучає для цього військові і цивільні громадські організації. Означимо, що програмою передбачений той факт, що особам, які доглядають за людьми з інклюзією, необхідною є потреба в обов'язковому відпочинку.

Заслуговує на увагу те, що EFMP створено для сімей низку корисних ресурсів [7]:

1. Державних:

– *Systems Navigators* – це група фахівців, що допомагають сім'ям орієнтуватися в доступних системах по догляду;

– EFMP Newsletter – це інформаційний бюлетень Міністерства оборони, що містить корисні ресурси;

– Military OneSource – ресурс, де надається інформація для сімей щодо послуг EFMP;

– DirectSTEP – це доступні безкоштовні онлайн-курси для військових і членів сімей, армійського персоналу EFMP і персоналу, що навчає дітей військовослужбовців. Ці курси спрямовані на долання критичних освітніх проблем з метою досягнення позитивних результатів;

– Respite Care Support – спрямований на організацію і надання тимчасового відпочинку членам родин, що доглядають за людьми з обмеженими можливостями.

2. Громадських:

– Center for Parent Information and Resources (CPIR) – центр націлений на інформування спільноти з питань навчання щодо обслуговування сімей, де є особи з обмеженими можливостями;

– American Camp Association (ACA) – це спільнота фахівців, які об'єднуються і діляться своїми знаннями і досвідом щодо сімей з особливими потребами.

Програма Employment Readiness Program (ERP) пропонує ресурси, які допомагають військовослужбовцям та членам їх сімей у плануванні кар'єри та пошуку роботи. Вони надають послуги з питань: актуального ринку праці і освіти, можливостей працевлаштування та волонтерства; допомоги щодо працевлаштування (у тому числі й різноманітні консультації) та складання резюме; навчання щодо особливостей спілкування, досягнення успіху, підвищення самооцінки, технік успішного проведення співбесід тощо [5].

Програма U.S. Army Family Advocacy Program (FAP) спрямована на допомогу військовослужбовцям і членам їх родин у розпізнаванні та доланні кризових подій. Послуги передбачають проведення різноманітних семінарів, практикумів, консультацій з питань підтримки та зміцнення армійських сімей, підвищення їх стресостійкості, покращення міжособистісних взаємовідносин та якості життя. Важливим напрямком програми є надання допомоги військовослужбовцям та членам їх родин з питань профілактики насильства, жорстокої поведінки з дітьми. У межах FAP постійно проводяться вебінари та майстер-класи з тематики: «Поінформованість суспільства»; «Розв'язання конфліктів»; «Навички спілкування в парах»; «Управління стресом»; «Програми та послуги профілактики»; «Програма підтримки молодих батьків»; «Навчання батьків»; «Запобігання насильству в сім'ї»; «Програма захисту потерпілих»; «Підтримка стосунків»; «Навчання з безпеки»; «Програма тимчасового догляду»; «Програма екстреного догляду» тощо [8].

У США розроблено й впроваджено низку програм для використання членами сімей ветеранів із різними хронічними захворюваннями, зокрема:

1. Програма «*Support And Family Education (SAFE) Program: Mental Health Facts for Families*» розроблена Департаментом у справах ветеранів. Вона складається із 18 занять для підтримки дорослих, які піклуються про ветеранів із хронічними психічними захворюваннями або посттравматичним стресовим розладом.

2. Програма «*Operation Enduring Families: Information and Support for Iraq & Afghanistan Veterans and Their Families*» є продовження програми SAFE. Вона складається із 5-сеансової програми сімейного навчання та підтримки для ветеранів після повернення з бойових дій після операції Enduring Freedom (OEF) та Operation Iraqi Freedom (OIF) [12].

3. Програма «*Traumatic brain injury Family Caregiver Curriculum*» (TBI) розроблена Міністерством оборони для надання допомоги сім'ям ветеранів, які повернулися з бойових дій у OEF, OIF з черепно-мозковою травмою (ЧМТ). Вона наявна в онлайн доступі й складається з чотирьох модулів, що надають інформацію для членів родини про ЧМТ, її наслідки, особливості догляду і способи навігації щодо послуг і пільг для ветеранів.

Survivor Outreach Services (SOS) надає довгострокову підтримку військовим та членам родинам загиблих. Служба підтримки має на меті запевнити їх у значимості для армійської родини. До послуг включені психологічні консультації щодо переживання втрати, горювання, фінансового консультування, координації пільг та інші заходи. Також SOS вшановує тих, хто вижив, золоту зіркою та гудзиками на лацканах Next of Kin, що символізують жертвовність і є широко визнаними у країні [14].

Більше 20 років надаються послуги громадською організацією *Wounded Warrior Project*, яку створено у 2003 році. Вона на початку заснування надавала послуги та створювала комфорт у медичних закладах для перших поранених військовослужбовців, які поверталися після військових конфліктів в Іраку та Афганістані. З часом організація розширила власні програми та спектр послуг. Насьогодні фахівцями надається допомога завдяки розробленим програмам у сфері психічного здоров'я, кар'єри, тривалій реабілітації для військових та членів їх сімей. Зокрема з 2010 року *Wounded Warrior Project* надано понад 78 000 послуг з психічного здоров'я воїнам і членам сімей [15].

Отже, проведений теоретичний аналіз досвіду США у наданні психосоціальної підтримки членам родин військовослужбовців та ветеранів вказує на те, що в країні на державному рівні створено досить потужну базу з питань адаптації та надання їм допомоги та членам їх сімей. Багато організацій різнорівнево надають їм послуги, а

програми розроблені з урахуванням комплексного та системного підходів. Найбільш поширеними є: надання інформаційної, фінансової, медичної, юридичної та психологічної підтримки, допомога з питань працевлаштування тощо. Вважаємо, що досвід США у наданні психосоціальної підтримки членам родин військовослужбовців та ветеранів є актуальним та вкрай необхідним для нашої держави, він допоможе доповнити українські напрацювання та сприятиме розробці ефективних програм для збереження ментального здоров'я військовослужбовців та членів їх сімей.

Список використаних джерел

1. Ткаченко В., Костюкова Н. До проблеми організації психологічної підготовки до бойових дій в арміях країн НАТО. *Вісник Національного університету оборони України*. 2018. № 2. С. 119–126.
2. Череповська Н., Умеренкова Н. Медіапсихологічні ресурси подолання травми війни : практичний посібник. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. 2-ге вид., випр. та доп. 2021. 220 с.
3. Army Family Action Plan. URL: <https://www.armymwr.com/programs-and-services/personal-assistance/army-family-action-plan>.
4. Army Family Team Building. URL: <https://www.armymwr.com/programs-and-services/personal-assistance/army-family-team-building>.
5. Employment Readiness Program. URL: <https://www.armymwr.com/programs-and-services/personal-assistance/employment-readiness-program>.
6. Evans L., Cowlishaw S., Hopwood M. Family functioning predicts outcomes for veterans in treatment for chronic posttraumatic stress disorder. *J Fam Psychol*. 2009. 23:531–539.
7. Exceptional Family Member Program. URL: <https://www.armymwr.com/programs-and-services/personal-assistance/exceptional-family-member-program> (дата звернення: 10.04.2024).
8. Family Advocacy Program (FAP). URL: <https://www.armymwr.com/programs-and-services/personal-assistance/family-advocacy>.
9. Francisković T., Stevanović A., Jelusić I., Roganović B., Klarić M., Grković J. Secondary traumatization of wives of war veterans with posttraumatic stress disorder. *Croat Med J*. 2007. Apr;48(2):177–84.
10. Harkness L., Zador N. Treatment of PTSD in families and couples. In: Wilson J.P., Friedman M.J., Lindy J.D.. Treating psychological trauma and PTSD. New York (NY): Guilford Press, 2001. p.
11. Military OneSource. URL: <https://www.militaryonesource.mil/about-us/>.
12. Operation Enduring Families: Information and Support for Iraq & Afghanistan Veterans and Their Families. Bowling Ursula, Doerman Alan, Sherman Michelle. Based on the SAFE Program Manual by Michelle

D. Sherman. URL: https://www.mirecc.va.gov/visn16/docs/OEFManual122107_2_.pdf.

13. Pinna K.L., Hanson S., Zhang N., et al. Fostering resilience in National Guard and Reserve families: a contextual adaptation of an evidence-based parenting program. *Am J Orthopsychiatry*. 2017. 87:185–193.

14. Survivor Outreach Services (SOS). URL: <https://www.armymwr.com/programs-and-services/personal-assistance/survivor-outreach>.

15. Wounded warrior project. URL: <https://www.woundedwarriorproject.org/programs/mental-wellness>.

16. Veterans bridge home. URL: https://veteransbridgehome.org/?ga_d_source=1&gclid=Cj0KCQjwztOwBhD7ARIsAPDKnKcXbR8uMOeto0EgfDiG90x3rE0hgqV5eabtX6dfqSkOWKQelPNfHwoaAmoDEALw_wcB.

УДК 159.98

Романенко Оксана Вікторівна,

професор кафедри юридичної психології

Національної академії внутрішніх справ,

доктор психологічних наук, професор

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0104-0093>

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ

В умовах воєнного стану в Україні підвищуються вимоги до професійної діяльності поліцейських. Важливою складовою правоохоронної діяльності є взаємодія з населенням, що потребує високого рівня сформованості комунікативних умінь і навичок. Оскільки особливістю роботи є спілкування зі специфічними категоріями громадян, їхні дії нерідко є стресовим фактором для поліцейського, що безпосередньо відображається на психоемоційному стані працівників, нерідко обумовлюючи формування такого явища, як синдром емоційного вигорання.

Аналіз наукових праць вітчизняних дослідників (О. Бандурка, В. Барко, О. Джу́жа, М. Костицький, В. Медведєв, О. Цільмак та ін.) дає змогу визначити найбільш значущі чинники, що задіяні у процесі формування синдрому емоційного вигорання у працівників поліції: залежність від зовнішніх і внутрішніх факторів оперативно-службової діяльності та специфічність умов формування у них ціннісно-орієнтованої спрямованості щодо виконання професійних обов'язків. При нагромадженні несприятливих ситуацій ознаками емоційного вигорання у поліцейських можуть бути прояви корисливої поведінки, агресії, надмірної емоційної збудливості, зниження самоконтролю, підвищена конфліктність, дратівливість. Залучення захисних психологічних механізмів призводить до емоційного відсторонення від