

Ронталюк Олександр,

*здобувач вищої освіти, Національна академія Державної прикордонної служби
України імені Богдана Хмельницького*

Самойленко Олександр,

*кандидат психологічних наук, доцент, начальник кафедри прикордонного
контролю, Національна академія Державної прикордонної служби України
імені Богдана Хмельницького*

ОРГАНІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В ПІДРОЗДІЛАХ ДПСУ: АНАЛІЗ СУЧАСНОГО СТАНУ ТА ШЛЯХИ ВДОСКОНАЛЕННЯ

Повномасштабне вторгнення кардинально змінило характер службово-бойової діяльності прикордонників: підрозділи ДПСУ з 2022 року несуть бойові втрати, перебувають у тривалих ротаціях на передовій, виконують завдання в умовах безперервного вогневого контакту з противником. Психологічне навантаження, якого зазнає особовий склад, якісно відрізняється від умов несення прикордонної служби мирного часу – і саме ця невідповідність між масштабом психотравмуючого впливу та наявними ресурсами психологічної підтримки визначає актуальність порушеної проблеми.

Нормативну основу психологічного забезпечення у відомстві становить Порядок психологічного забезпечення в Державній прикордонній службі України, затверджений наказом МВС України від 09.03.2021 № 179. Документ передбачає п'ять напрямів роботи: психологічний супровід виконання завдань з охорони державного кордону, психопрофілактику, психологічну допомогу, психологічне відновлення та професійну підтримку працівників психологічної служби. Структурно психологічна служба охоплює всі рівні – від відділів прикордонної служби до Адміністрації ДПСУ: до її складу входять 117 посад психологів, укомплектованих майже на 90 %, причому з 2010 року посади заміщуються виключно фахівцями з профільною освітою та практичним досвідом [1].

Водночас формальна повнота нормативної бази не гарантує операційної спроможності системи в умовах активних бойових дій. Аналіз практики психологічної роботи в підрозділах ДПСУ дозволяє виокремити кілька структурних проблем. По-перше, наявне співвідношення психологів до особового складу – в окремих прикордонних загонах один фахівець обслуговує до 400–500 військовослужбовців – унеможливлює індивідуальний психологічний супровід у повному обсязі. По-друге, психологи нерідко залучаються до виконання адміністративних функцій, що суттєво скорочує час безпосередньої роботи з особовим складом.

На окрему увагу заслуговує питання стигматизації психологічної допомоги в середовищі прикордонників. Дослідження бойових стрес-факторів у силових структурах, зокрема роботи О. А. Блінова, засвідчують: навіть за наявності розгорнутої психологічної інфраструктури рівень самостійного звернення по допомогу залишається суттєво нижчим від реальної потреби в ній [2, с. 198]. Причина полягає в стійкому переконанні частини службовців, що звернення до

психолога є свідченням слабкості або може негативно вплинути на подальшу кар'єру. Подолання цього бар'єра вимагає не просвітницьких кампаній, а системного переосмислення корпоративної культури відомства.

Ефективна модель психологічної допомоги в умовах тривалого збройного конфлікту передбачає багаторівневу організацію: первинну ланку складає перша психологічна допомога на місці події (безпосередньо в підрозділі), вторинну – психологічна реабілітація та відновлення в спеціалізованих центрах після ротації, третинну – тривале психотерапевтичне та медикаментозне лікування в разі діагностованих порушень. Досвід прикордонників Чопського загону, які пройшли триденну тренінгову програму «Психологічна реабілітація та відновлення психологічної стійкості в бойових умовах», підтверджує результативність такого підходу: структуровані короткострокові інтервенції дозволяють сформувати у військовослужбовців практичні навички саморегуляції та взаємодопомоги безпосередньо в підрозділі [3].

Загальновідомо, що поширеність посттравматичного стресового розладу серед осіб, які перебували в зоні бойових дій, зростає до 15–20 % – і ця статистика безпосередньо стосується прикордонних бригад, залучених до оборони на Харківському, Донецькому та Вовчанському напрямках. Разом із тим більшість психічних розладів не обмежується ПТСР: серед прикордонників фіксуються депресивні стани, генералізована тривога, розлади сну, а також вторинні поведінкові наслідки – зростання конфліктності та порушення адаптації після ротації. Н. Берегова та Л. Джигун наголошують, що психологічна реабілітація військовослужбовців із психічними травмами потребує не лише індивідуальних, а й системних заходів, інтегрованих у загальну структуру психологічного забезпечення служби [4, с. 315].

У 2024–2025 роках ДПСУ розширила практику реалізації програм психологічної підтримки за участю позавідомчих фахівців, зокрема у форматі «Пункт психологічних практик» – спільної ініціативи психологів Адміністрації ДПСУ, МВС України та профільних університетів. Такий підхід забезпечує залучення додаткового фахового ресурсу та знижує функціональне навантаження на штатних психологів підрозділів. Водночас залишається відкритим питання методологічної узгодженості зовнішніх програм із внутрішньою системою психологічного супроводу: різноманітність методів і концептуальних підходів у різних ланках ризикує перетворити систему з цілісної на фрагментовану.

На особливу увагу заслуговує проблема психологічного вигорання самих практикуючих психологів у структурі ДПСУ. Тривала робота з травматичним матеріалом в умовах недостатньої супервізійної підтримки, відсутність ротацій і обмежений доступ до фахового самовідновлення формують загрозу вторинної травматизації, що поступово знижує якість наданої допомоги. А. Булайтіс у контексті вивчення стрес-факторів у силових структурах підкреслює, що психологи самі потребують систематичного психологічного забезпечення, – без цього вся система допомоги є стійкою лише на папері [5, с. 12].

На підставі проведеного аналізу можна сформулювати такі напрями вдосконалення системи психологічної допомоги у підрозділах ДПСУ. Перший – перегляд нормативів укомплектованості: до штату підрозділів чисельністю понад 200 осіб доцільно вводити не менше двох психологів з чітким розподілом

функцій між профілактичним і кризовим напрямками роботи. Другий – запровадження обов’язкової супервізії для штатних психологів на базі Головного військово-медичного клінічного центру ДПСУ, що вже здійснює медичну та психологічну реабілітацію особового складу. Третій – інституціоналізація психологічного дебрифінгу після кожної бойової ротації як стандартної, а не вибіркової процедури. Четвертий – включення до навчальних програм Національної академії ДПСУ спеціалізованих модулів з надання першої психологічної допомоги для командного складу, що здатне суттєво розширити кількість фахівців первинної ланки без збільшення штату психологічної служби.

Психологічна допомога в підрозділах ДПСУ пройшла суттєвий шлях від фрагментарних заходів до системно організованої відомчої служби. Разом із тим умови повномасштабної війни вимагають відповідної переорієнтації: від переважно адміністративно-профілактичної моделі до гнучкої багаторівневої системи, здатної забезпечити неперервний психологічний супровід особового складу від передового підрозділу до реабілітаційного центру. Ця трансформація можлива лише за умови одночасного вирішення проблем ресурсного забезпечення, подолання стигматизації та підтримки самих фахівців психологічної служби.

Список використаних джерел:

1. Державна прикордонна служба України. Ті, хто допоможе вам розкрити свій потенціал. URL: <https://dpsu.gov.ua/uk/ti-hto-dopomozhe-vam-rozkriti-svij-potencial>
2. Блінов О. А. Психічні стани військовослужбовців у процесі служби. *Вісник Національного університету оборони України*. 2013. Вип. 4 (35). С. 196–201.
3. Державна прикордонна служба України. Психологічне відновлення та реабілітація прикордонників, котрі повернулися із зони бойових дій. URL: <https://dpsu.gov.ua/ua/news/39617>
4. Берегова Н., Джигун Л. Психологічна реабілітаційна робота військовослужбовців з психічними травмами. Теорія та практика формування особистості як суб’єкта самотворення і самозбереження: монографія. Хмельницький : ФОП Цюпак А. А., 2021. С. 311–325.
5. Булайтіс А. Психологічні особливості стрес-факторів професійної діяльності працівників піротехнічних підрозділів Державної служби України з надзвичайних ситуацій. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2023. Вип. 1 (5). С. 5–17.