

технології. Саме ці чинники сприяють не лише засвоєнню професійних знань та навичок, але й формуванню моральних якостей, високого рівня дисциплінованості, відповідальності та стійкої професійної мотивації. Ефективна взаємодія між курсантами і викладачами, підтримка позитивного освітнього середовища, а також інтеграція сучасних цифрових засобів навчання забезпечують комплексний розвиток особистості та професійної компетентності майбутніх правоохоронців.

Список використаних джерел

1. Братко (Сорока) М. В. Сутнісний зміст поняття «освітнє середовище ВНЗ». *Педагогічна освіта: теорія і практика* : зб. наук. праць. Київ, 2012. Т. 18. С. 50–55.

2. Борисова О. М. Про роль професійної діяльності в розвитку особистості. *Психологічне формування і розвиток особистості*. Львів, 2002. С. 146.

3. Ліщинська Л. Б. Використання інноваційних і традиційних технологій навчання у ВНЗ в умовах інформатизації освіти. *Дистанційне навчання як сучасна освітня технологія* : матеріали міжвуз. вебінару. Вінниця, 2017. С. 56–60. URL: http://www.vtei.com.ua/images/VN/31_03.pdf

Анна Лапутько,

аспірант науково-дослідної лабораторії з проблем управління правоохоронною діяльністю та її психологічного супроводження інституту навчально-наукового інституту післядипломної освіти Національної академії внутрішніх справ

ВТРАТА ПОБРАТИМА: ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

Актуальність наукового аналізу проблеми психології втрати побратимів в сучасних українських реаліях життя складно переоцінити. Це обумовлено комплексом гуманітарних, культурних, соціальних та психологічних, чинників. Збройна агресія проти України спричинила масштабні бойові дії, що

супроводжуються значними та чутливими людськими втратами. Наші захисники стикаються зі смертю близьких бойових товаришів, що формує специфічний тип психологічної травми – втрату побратима, яка поєднує елементи бойового стресу, горювання, почуття провини за виживання, порушення ідентичності та трансформацію морально-ціннісних орієнтирів. Розгляд зазначеної проблематики обумовлено важливістю:

– гуманітарного виміру післявоєнного відновлення. Повоєнне суспільство нашої держави потребуватиме глибокого осмислення досвіду втрат, формування культури пам'яті та зцілення. Дослідження військового горя створює основу для майбутніх соціальних програм підтримки ветеранів, жертв війни та місцевих громад;

– посилення національної безпеки та обороноздатності країни. Ефективність підрозділів сектору безпеки та оборони тісно пов'язана з морально-психологічним станом їх особового складу. Адекватне реагування на втрати й підтримка бойового духу є критичними для збереження боєздатності, згуртованості та стійкості органів та підрозділів;

– поглиблення розуміння феномена бойового братерства. В українських захисників формується особлива система внутрішньогрупових зв'язків, яка заснована на довірі, спільному життєвому ризику, відповідальності та взаємній підтримці. Її руйнування через втрату побратима має потужний вплив на цінності, світогляд і соціальну поведінку особистості захисника;

– формування комплексної системи психологічної реабілітації та підтримки. Науково обґрунтовані результати дослідження щодо специфіки переживання втрати побратимів є необхідною базою для розроблення державних програм психосоціальної реінтеграції комбатантів, адаптації існуючих та створення інноваційних методик кризового консультування й терапії військовослужбовців та ветеранів, визначення засад супроводу родин загиблих;

– збереження психічного здоров'я військовослужбовців і ветеранів. Своєчасне розуміння механізмів переживання втрати та виявлення факторів ризику розвитку посттравматичних

розладів надає можливість підвищити ефективність психологічної допомоги, зменшити ризики вияву хронічного перебігу переживання травматичного досвіду. Це в свою чергу дозволяє попередити соціальну дезадаптацію.

Таким чином, наукове вивчення психології втрати побратимів в Україні має значну практичну, теоретичну й суспільну вагу, сприяє підвищенню психологічної стійкості військових, формуванню ефективної системи реабілітації та є важливим складником гуманітарної безпеки держави в умовах тривалої війни та майбутнього відновлення.

Результати наукових досліджень доводять, на наш погляд, низку засадничих положень, які повинні бути покладанні в основу здійснення психологічної допомоги комбатантам, а саме:

1) загибель побратима підвищує ризик розвитку ПТСР, тривалого горя та депресивних розладів (Na PJ et al., 2023);

2) у військовому середовищі зв'язки усередині підрозділу формуються на основі довіри та взаємної відповідальності, що робить втрату особливо значущою (Mowat J., 2013);

3) в умовах активних бойових дій військові часто не мають можливості повноцінно прожити горе, що ускладнює процес відновлення (Worden, 2018).

Наведене обумовлює розуміння того, що феномен втрати побратима є одним із найсильніших психотравмуючих чинників у бойових умовах.

Психологічну природу втрати побратима можна розглядати як комплексну травму, що поєднує елементи шоку, гострого стресу та трауру. Інтенсивність реакцій залежить від: рівня емоційного зв'язку; ступеня небезпеки під час загибелі; наявності почуття провини вцілілого.

Втрати в умовах війни супроводжуються унікальними психологічними реакціями, які потребують професійної підтримки. Ефективність допомоги залежить від: розуміння специфіки бойового досвіду, інтеграції міжнародних протоколів, етичного та емпатійного підходу.

Узагальнюючи зарубіжний та вітчизняний досвід можна сформулювати низку основних принципів здійснення

психологічної допомоги військовослужбовцям при втраті побратима. Вони базуються на сучасних підходах кризової, травматичної та військової психології:

1) прийняття горя як природної реакції (визнання нормальності болю, шоку, гніву, почуття провини, відчуження; підтримка права військового на власний темп переживання втрати);

2) безумовна підтримка та емпатія (активне слухання без тиску «тримайся», «не плач», «потрібно жити далі»; створення безпечного простору для висловлювання емоцій);

3) повага до військових ритуалів і традицій (підтримка у прощанні з побратимом; визнання значущості бойового братерства);

4) уникнення патологізації реакцій (визнавати можливість гострої стресової реакції; постійний моніторинг переживання втрати);

5) орієнтація на ресурси (допомога у пошуку внутрішніх (віра, цінності, життєвий досвід) і зовнішніх ресурсів (підтримка підрозділу, сім'ї, фахівців);

6) підтримка соціальних зв'язків у підрозділі (при можливості та в безпечній обстановці заохочення до групових обговорень, «колективного горювання»; сприяння збереженню бойового духу та взаємної підтримки);

7) робота з почуттям провини та суб'єктивно незавершеними діями (допомога у проживанні «чому він, а не я», «я міг запобігти»; використання технік подолання втрати);

8) поступова адаптація до повсякдення.

Головний вектор надання психологічної допомоги – не «забути» побратима, а навчитися жити, зберігаючи пам'ять і продовжуючи службу та життя.

Список використаних джерел

1. Na P.J., Fischer I.C., Shear K.M., Pietrzak R.H. Prevalence, Correlates, and Psychiatric Burden of Prolonged Grief Disorder in U.S. Military Veterans: Results From a Nationally Representative Study. *Am J Geriatr Psychiatry*. 2023. № 31(7). P. 543–548. DOI: 10.1016/j.jagp.2023.02.007

2. Mowat J. On Combat: The Psychology and Physiology of Deadly Conflict in War and in Peace: *Journal of Paramedic Practice*. 2013. Vol. 6. DOI: <https://doi.org/10.12968/jpar.2014.6.6.322a>

3. Grief Counselling and Grief Therapy: A Handbook for the Mental Health Practitioner / J. William Worden. New York, NY : Springer, 2018. Pp. XV + 293.

Наталія Липницька,

здобувач ступеня вищої освіти бакалавра
навчально-наукового експертно-
криміналістичного інституту
Національної академії внутрішніх справ
Науковий керівник:

Ольга Воробйова,

старший викладач кафедри юридичної
психології Національної академії
внутрішніх справ, доктор філософії в
галузі психології

ВПЛИВ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ НА ДЕФОРМАЦІЮ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ ПРАВООХОРОНЦЯ

Правоохоронна діяльність супроводжується високим рівнем професійного стресу, що зумовлено постійними викликами, підвищеним рівнем відповідальності та соціальною значущістю виконуваних завдань. Поєднання непередбачуваності подій, необхідності реагування на небезпечні ситуації та дотримання високих морально-етичних стандартів створює умови, за яких стрес стає невід'ємною складовою професійного життя поліцейських. Вплив стресу на представників правоохоронних органів має комплексний характер, позначаючись як на професійній ефективності, так і на загальному рівні особистісного благополуччя [1].

Джерела такого стресу є різноманітними й відображають складну взаємодію між особистістю працівника та умовами його професійного середовища. До основних стресорів належать: невідповідність між очікуваннями людини та можливостями роботи, а також між вимогами професії і здатністю особи їм