

здібності, подолати комунікативні бар'єри, розвиток впевненості в собі), в тому числі у сфері професійної діяльності (навчити сучасним прийомам і методам самостійного пошуку роботи та ефективної поведінки на ринку праці шляхом використання особистісних та професійних якостей ефективного співробітника необхідних для ефективного пошуку роботи).

Разом з тим, перед членами родини бійця також стоїть завдання допомогти демобілізованому в усвідомленні реальних можливостей працевлаштування з урахуванням соціально-економічної ситуації, формувати правильне розуміння і адекватну реакцію на сімейні психологічні проблеми, пов'язані з перехідним періодом у житті колишнього учасника військових дій.

*Бойко-Бузиль Ю.Ю.*, професор  
кафедри психології та педагогіки  
факультету № 2 НАВС, кандидат  
психологічних наук, доцент

## **ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ – УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ**

Антитерористична операція, яка проводиться на Сході країни, викрила низку суттєвих проблем та недоліків у службово-бойовій підготовці та морально-психологічній підтримці військовослужбовців-учасників бойових дій. Особливої уваги заслуговує питання надання психологічної допомоги.

До проблематики, що пов'язана з надання психологічної допомоги військовослужбовцям зверталися Н. Агаєв, В. Барко, І. Котенев, О. Кокун, Н. Лозінська, І. Пішко, Р. Попелюшко, Є. Потапчук, О. Сафінта інші.

Під психологічною допомогою слід розуміти будь-яку цілеспрямовану активність людини, спрямовану на розширення психологічних можливостей іншої людини в її особистісному, поведінковому і соціальному функціонуванні. Бондаренко О. вказує: «... зміст психологічної допомоги полягає у забезпеченні емоційної, смислової та екзистенційної підтримки людини в ситуаціях ускладнення, які виникають у ході особистісного та соціального буття» [1, с. 10]. Таким чином, психологічна

допомога є певною реальністю, психосоціальною практикою, полем діяльності якої є сукупність питань, ускладнень та проблем, що стосуються психологічного життя людини.

Надання психологічної допомоги проводять офіцери-психологи та офіцери структур по роботі з особовим складом військових частин та органів військового управління, командири підрозділів, військові психологи зі складу позаштатних груп психологічного забезпечення; у разі потреби та відповідної можливості можуть залучатися представники громадських та волонтерських психологічних організацій та представники духовенства.

У ході надання психологічної допомоги військовослужбовцям важливого значення набувають такі завдання: підтримка військовослужбовців, які переживають труднощі відновного періоду; вирішення та профілактика кризових психологічних станів військовослужбовців, членів їх сімей; підтримка та відновлення у військовослужбовців необхідного рівня психологічної готовності до виконання завдань; психологічна підтримка військовослужбовців у період їх адаптації до умов несення служби; психологічна реабілітація військовослужбовців, які перенесли психічні травми в процесі несення служби; підвищення психологічної компетентності військовослужбовців.

Діапазон форм психологічної допомоги гранично широкий і включає: від директивних, чітко визначених та закріплених нормативною документацією форм допомоги; до простого доторкання, що породжує ефект фасилітації; повідомлення корисної інформації; психічного зараження; демонстрації ефективних моделей поведінки; навчання; стимуляції; консультування та психотерапії тощо.

Вважаємо, що надання психологічної допомоги військовослужбовцям доцільно здійснювати через блоки:

Блок 1. Підготовчий. Під час підготовки до виїзду в зону проведення антитерористичної операції, офіцери-психологи спільно з психологами-фахівцями повинні здійснюють роботу спрямовану на формування психологічної готовності військовослужбовців до несення служби за наступними складовими: мотиваційний компонент (пошук позитивних стимулів до виникнення цілісної системи психічних утворень,

що стимулюють та регулюють поведінку в умовах виконання бойових дій та службових завдань); когнітивний компонент (формування динамічного образу майбутнього бойового завдання та володіння інформацією щодо особливостей несення служби); емоційний компонент (почуття відповідальності за власне життя, життя товариша по службі та виконання поставленого бойового завдання через стабілізацію емоційного фону); вольовий компонент (зосередження на поставленому бойовому завданні та досягнення мети з доданням перешкод різної міри труднощів); поведінковий компонент (вироблення моделей чи стратегій поведінки в екстремальних ситуаціях). Разом з тим, доцільно впроваджувати ефективне поведінкове втручання, зокрема проводити тренінгові заняття за наступною тематикою з метою створення єдиної команди та подальшої групової взаємодії при виконанні спеціальних завдань в екстремальних умовах, які виходять за межі фізіологічного та психологічного комфорту: самозбереження цілісності власного Я; формування почуття довіри; соціально-психологія взаємодія; шкідливі звички та їх наслідки; девіантні форми поведінки. Головна ціль тренінгових вправ – це стабілізація психо-емоційного стану військовослужбовців, робота в команді, мотивація до успішного виконання завдань зі служби, прояв лідерських здібностей, корекція самооцінки, адаптація до умов несення служби, відпрацювання заходів безпеки з врахуванням місця дислокації в зоні проведення АТО.

Блок 2. Супроводжуючий. Під час несення служби військовослужбовцями та виконання бойових завдань, офіцери-психологи, які входять в групу морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності, за можливості, повинні застосовувати низку заходів, серед яких: спостереження з елементами візуальної психодіагностики за невербальними та вербальними проявами психічної діяльності; вправи на позбавлення від негативних емоційних станів (страх, тривожність, агресія, злість, гнів, фрустрація) та «прийняття ситуації» проходження служби в зоні АТО; бесіди з елементами психотерапевтичних технік спрямованих на визначення психологічної проблеми та шляхів її подолання; методи нейролінгвістичного програмування з ціллю моделювання

ситуації та відпрацювання поведінкових проявів; релаксаційні заходи (дихальні вправи, аутотренінг, психогімнастика).

Блок 3. Реабілітаційний. Після прибуття військовослужбовців з зони проведення антитерористичної операції, особовому складу повинна надаватися короткотривала відпустка, по завершенню якої проводиться робота спрямована на виявлення і подолання посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та реабілітацію (система психологічних, психотерапевтичних і психолого-педагогічних заходів, що спрямовані на відновлення психічного здоров'я, порушених психічних функцій і станів, особистісного та соціального статусу військовослужбовців, які брали участь у бойових діях) та реадaptaцію (цілеспрямований процес формування нової системи значущих відносин військовослужбовця з потребами соціуму, порушеною в результаті психотравмуючого впливу, а також реалізація внутрішньоособистісних можливостей в конкретних умовах життєдіяльності), яка охоплює плідну співпрацю з найближчим соціальним оточенням (рідні, близькі, особливо сім'я).

Звернемо увагу, що головними принципами надання психологічної допомоги особам, які отримали психологічну травму або бойовий стрес під час екстремальної та небезпечної для життя ситуації, пов'язаної зі серйозною загрозою для життя чиздоров'я, є: невідкладність; сподівання, що нормальний стан відновиться; єдність і простота психологічного впливу.

Основним завданням підрозділів кадрового та медичного забезпечення, фахівців психологічних служб, родин військовослужбовців та суспільства в цілому є надання своєчасної психологічної допомоги особовому складу до та після повернення їх із зони проведення Антитерористичної операції. Психологічні наслідки участі в бойових діях різноманітні за змістом, формою й динамікою проявів, вони можуть визначати поведінку військовослужбовців навіть через багатороків після закінчення участі в бойових діях. Негативні наслідки психотравм і несвоєчасна психологічна реабілітація та реадaptaція, інтегруючись у цілісний симптом, утворюють клінічну картину ПТСР. З превентивною метою, військовослужбовцям повинна надаватися психологічна допомога в однаковій мірі як у випадку підготовки до виїзду в зону проведення бойових дій так і в ситуації повернення назад

та включати в себе три блоки: підготовчий, супроводжувачий, реабілітаційний. За умови врахування вищевикладеного бачення організації психологічної роботи стане можливим вчасне попередження ПТСР, їх похідних та наслідків.

### **Список використаних джерел**

1. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості/ О.Ф. Бондаренко. – Харків: Фоліо, 1996. – 237 с.

**Жук О.М.**, провідний науковий співробітник наукової лабораторії з проблем забезпечення публічного порядку і безпеки ННІ № 3 НАВС, кандидат юридичних наук, старший науковий співробітник

### **ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ДОПОМОГИ УЧАСНИКАМ АТО ТА ЧЛЕНАМ ЇХ СІМЕЙ**

Як зазначають В.В. Шевченко та А.А. Руденко, діяльність військовослужбовців за бойових обставин характеризується впливом на психіку різних стрес-факторів. Тривалість їх впливу, а також психотравмуючий характер можуть сприяти виникненню таких змін у психіці воїна, які знижують ефективність його діяльності у бойовій обстановці, а також негативно виявляються у мирних умовах життєдіяльності. Вірогідність розвитку психогенних розладів багато в чому залежить від суб'єктивних факторів: особистісних якостей особи, типу вищої нервової діяльності, психологічної стійкості, професійної підготовки та бойового досвіду, що визначають її готовність до діяльності в екстремальних умовах та наявності дієвої підтримки оточуючих.

На нашу думку, психосоціальна підтримка є ключовим фактором в попередженні та подоланні негативних наслідків бойових стресових ситуацій, як на рівні індивіда, так і на рівні соціальних, професійних груп. Можна виділити наступні напрями психосоціальної допомоги: правова допомога учасникам бойових дій в АТО, пораненим