

Білевич Наталія Олександрівна,
головний психолог відділу психологічного
забезпечення управління кадрового
забезпечення Департаменту поліції
особливого призначення «Об'єднана штурмова
бригада Національної поліції України
«Лють», доктор філософії в галузі психології
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1285-4527>

ОРГАНІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ ДО ПЕРЕБУВАННЯ В УМОВАХ БОЙОВОЇ ОБСТАНОВКИ ТА ВИКОНАННЯ БОЙОВИХ (СПЕЦІАЛЬНИХ) ЗАВДАНЬ

Бойовий стрес – це багаторівневий процес адаптаційної активності організму людини в умовах екстремальної бойової обстановки, який супроводжується напруженням механізмів реактивної саморегуляції та закріпленням специфічних пристосувальних психофізіологічних змін. Бойовий стрес є передпатологічним дестабілізаційним станом, що вичерпує функціональний резерв організму, збільшує ризик дезінтеграції психічної дії та стійких сомато-вегетативних дисфункцій [1].

Але під перебуванням в умовах бойової обстановки, ми маємо розуміти не тільки сам бій з усіма його чинниками впливу на психіку та отримання особовим складом під час нього бойового стресу, тобто під час безпосередньо виконання бойових (спеціальних) завдань, але весь час, який поліцейські проводять в зоні бойових дій, який складається ще й з воєнно-польового побуту, навчань, тренувань і т.д.

Під організацією побуту в бойовій обстановці, потрібно розуміти, устрій повсякденного життя, який не пов'язаний з безпосереднім виконанням бойових (спеціальних) завдань і охоплює задоволення матеріальних потреб учасників бойових дій (в їжі, одязі, житлі, підтриманні здоров'я), духовних та культурних потреб, а також потреб в спілкуванні та відпочинку. Воєнно-польовий побут справляє величезний вплив практично на всі сторони життя учасників бойових дій, на формування способу життя бойового підрозділу та окремого бійця, зокрема [2].

Тому психологічна підготовка особового складу до перебування в зоні бойових дій має бути направлена на формування у поліцейських знань, умінь та навичок необхідних не тільки для виконання бойових (спеціальних) завдань, але й здатності до довготривалого перебування у складних, небезпечних для життя і здоров'я умовах, в обстановці, що різко може змінюватися, до тривалої нервово-психічної напруги, а також долаття побутових труднощів, умов далеких від комфортних, пов'язаних із виконанням професійних обов'язків.

Психологічна підготовка є напрямком психологічного забезпечення, яка реалізується шляхом формування у учасників бойових дій відповідних знань, умінь, навичок, спроможностей, а також згуртованості бойових колективів, які забезпечують їх психологічну готовність до організованих, ініціативних та активних дій в бою, стійкості до бойових стрес-чинників і негативних психологічних чинників [3].

Фактично головним завданням психологічної підготовки є за допомогою теоретичного матеріалу, планомірно організованих практичних вправ (прийомів) та цілеспрямованого їх виконання особовим складом, в умовах насичення психологічними подразниками імітуючими бойову обстановку, здійснити стрес-щеплення, з метою засвоєння поліцейськими знань та оволодіння практичними вміннями контролю своїх психологічних станів.

Серед таких необхідних в умовах бойової обстановки знань та навичок можна виділити: знання про чинники, які формують вплив на психічний стан, погіршують або покращують його, правила застосовування прийомів саморегуляції психічних станів, знання про негативні психічні реакції (істерика, паніка, агресія, ступор), правила надання першої психологічної допомоги (6.П), правила надання первинної психологічної допомоги та самопомоги в екстремальних бойових умовах [4].

Виконання бойових (спеціальних) завдань потребують від поліцейських психологічної готовності до ефективних дій в екстремальних умовах. Така професійна діяльність супроводжується загрозою для життя та здоров'я; характеризується виключною динамічністю, напругою, швидкоплинністю та змінністю ситуацій; неповною, невизначеною, неправдивою чи суперечною дійсністю інформацією; дефіцитом часу для прийняття рішень; неочікуваністю виникнення нової екстремальної чи погіршення наявної ситуації та, безперечно, підвищеним ризиком для здоров'я та життя [5]. Тому, головною метою психологічної підготовки поліцейських до перебування в зоні бойових дій є формування у особового складу психологічної стійкості до довготривалого перебування в умовах бойової обстановки та психологічної готовності до виконання бойових (спеціальних) завдань.

Психологічна готовність – це взаємопов'язана система мотиваційних чинників, вольових ресурсів, а також професійної компетенції і витривалості особового складу, що забезпечує реалізацію ним поставлених завдань. Психологічна стійкість – це здатність особи підтримувати необхідний рівень психологічної готовності протягом визначеного часу в конкретних умовах обстановки та швидко відновлювати свій психоемоційний стан після екстремальних (кризових) ситуацій [6].

Серед основних чинників, які впливають на розвиток стресостійкості особового складу в екстремальних (бойових) умовах можна зазначити наступні: сформованість вольових якостей (рішучість, самоконтроль, сміливість, відвага, наполегливість, тощо) та високий рівень вольової саморегуляції; розвинений емоційний інтелект (здатність розуміти і усвідомлювати свої емоції та оточуючих, уміння керувати власним психоемоційним станом); розвинена когнітивна сфера (критичне та креативне мислення; високий інтелектуальний потенціал та ерудованість, гнучкість, пізнавальна активність; хороша пам'ять; уміння швидко зосереджуватись та концентрувати увагу); висока адаптивність; бойовий досвід; упевненість в собі та своїх спроможностях; позитивне мислення; адекватна самооцінка; високий рівень професійної умотивованості; позитивний досвід вирішення подібних складних ситуацій; уміння передбачати варіанти розвитку ситуації; спрямованість на подолання труднощів; відкритість до нового досвіду; надійні побратими поряд (братерство, взаємодопомога, взаємодовіра, взаємопідтримка) та ін. [7].

Все перелічене вище: мета, завдання, методи психологічної підготовки, скоріше можна віднести до її базового рівня. Адже, формування у поліцейських необхідних особистих якостей, позитивних процесів в бойових колективах, а також знань та умінь необхідних для виконання бойових (спеціальних) завдань – це не аби яке завдання для розв'язання якого командирам підрозділів та психологам необхідні спеціальні та фахові знання, а це вже зовсім інший, більш поглиблений рівень психологічної підготовки.

Ефективне виконання бойових (спеціальних) завдань від командира бойового колективу потребує не тільки володіння навичками контролю та саморегуляції власного психічного стану, високого рівня особистої психологічної стійкості та психологічної готовності діяти в умовах екстремальної (бойової) обстановки, а й володіння здатністю контролювати ситуацією в підпорядкованому підрозділі загалом, що потребує від нього надзвичайно високого рівня лідерських якостей та особистої відповідальності за особовий склад.

Справжній командир-лідер – воїн, який завжди поруч зі своїми бійцями в бою, уміє працювати в умовах невизначеності та високого ступеня ризику, формує свою команду й цінує результати її роботи, несе цілковиту відповідальність і приймає ефективні рішення, повноцінно віддається своїй діяльності. Саме командир-лідер здатен готувати й готує лідерів, користується неабиякою повагою серед підлеглих. Володіння беззаперечними лідерськими якостями та ораторським мистецтвом забезпечують ефективне керівництво підрозділом, успішне виконання бойових завдань і досягнення тактичних та стратегічних цілей [8].

Командир-лідер: надає мету, мотивацію та натхнення; вимагає дотримання стандартів; знаходить баланс між завданням і добробутом бійців; будує довіру за межами ланки управління; розуміє сферу, засоби і межі впливу; домовляється, приходиться до консенсусу, вирішує конфлікти; демонструє характер; веде із впевненістю у несприятливих обставинах; демонструє компетентність; активно слухає; ставить цілі для дій; пересвідчується у колективному розумінні; створює підґрунтя для позитивної атмосфери; будує командний дух і злагодженість; заохочує ініціативу; проявляє турботу до людей; готовий до очікуваних і неочікуваних випробувань; розширює власний кругозір; підтримує самоусвідомлення; оцінює потреби у розвитку підлеглих; підтримує професійне і особистісне зростання; допомагає людям навчатись; консультує, тренує, навчає; вибудовує командні навички і порядок; задає напрямок, керівництво і пріоритетність; створює і виконує плани; неухильно виконує завдання [9].

На нашу думку психологічна підготовка командирів бойових підрозділів має бути направлена на отримання спеціальних знань та формування особливих навичок з підтримки психологічної стійкості та забезпечення психологічної готовності особового складу до активних, ефективних дій в умовах бойової (екстремальної) обстановки. Для оволодіння зазначеними вміннями командира бойового підрозділу необхідно: постійно підвищувати свою компетентність, дбати про особовий склад, бути чесним зі своїм особовим складом, подавати особистий приклад, заохочувати взаємодію, співпрацювати з неформальними лідерами, постійно здійснювати інформування особового складу, залучати кожного, вирішувати конфлікти, підтримувати дисципліну, безперервно тренувати особовий склад, підтримувати позитивну атмосферу, групову ідентичність та стійкість підрозділу в бою [10].

Психологам, які здійснюватимуть психологічну підготовку особового складу та командирів бойових підрозділів, до перебування в умовах бойової обстановки, а також надаватимуть психологічну допомогу в зоні бойових дій необхідно володіти на високому рівні важливими для цього знаннями та навичками, а саме: здійснювати відповідний поставленим завданням психологічний відбір; відстежувати динаміку психологічної бойової готовності; проводити необхідні навчання (тренінги) для профілактики страху та бойового стресу, щодо агресивної поведінки та застосування бойової сили, ставлення до ворожих військових (полонених) та цивільних осіб; знатися на психологічних операціях (ПСИОП) та інформаційній гігієні; сприяти та підтримувати згуртованість бойових колективів; проводити процедури психологічного розвантаження після бойових дій, головними з яких є рекапітуляція стресової події (дебріфінг) та поступове повернення (декомпресія); за необхідності здійснювати

психологічні кризові інтервенції, а також профілактику позаштатних ситуацій та небажаних проявів серед особового складу; здійснювати на постійній основі комунікації з командирами підрозділів, бійцями, з колегами психологами, з членами родин поліцейських; володіти техніками саморегулювання психофізичного стану (вправи для розслаблення м'язів, ізометричні вправи, творча візуалізація, mindfulness-вправи для концентрації уваги, тілесно-свідомісні вправи, медитація та аутогенне тренування) [11].

Підтримання згуртованості бойового колективу має дуже важливе, якщо не найголовніше значення під час перебування поліцейських в зоні бойових дій, тому психологу поліції потрібно володіти: методиками вивчення соціально-психологічних явищ, психодіагностики емпатії та комунікативних здібностей, вивчення адаптивних та регуляторних можливостей бійців, методами психопрофілактики міжособистісних конфліктів та оптимізації міжособистісної взаємодії у бойовому підрозділі [12].

Для здійснення, у разі необхідності, психологічних кризових інтервенцій та психопрофілактичної роботи, не менш важливим є вміння використовувати методики діагностики функціональних станів в бойових умовах, а також знати сутність та форми відхиленої (девіантної) поведінки у бійців: пияцтво й алкоголізм, наркоманія і токсикоманія, суїцидальна поведінка та ін. [13].

Підводячи підсумки, можна означити наступне – психологічна підготовка особового складу до перебування в умовах бойової обстановки та виконання бойових (спеціальних) завдань починається в першу чергу із фахової підготовки самих психологів, оволодіння ними необхідними для цього знаннями та навичками, а також удосконалення здатності надавати потрібну теоретичну інформацію та формувати необхідні якості та уміння у особового складу. Тільки добре підготовлені, відповідно до вимог та поставлених завдань, психологи поліції, здатні на високому рівні здійснювати психологічну підготовку бійців на базовому рівні, на спеціальному рівні психологічну підготовку керівної ланки (командирів бойових підрозділів), а також здійснювати психологічний супровід особового складу під час перебування в зоні бойових дій.

Список використаних джерел

1. Психологічна підготовка військослужбовців ЗСУ до перебування в умовах різкої зміни бойової обстановки та умовах примусової ізоляції. Методичні рекомендації. – К.: Головне управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України з Науково-дослідним центром гуманітарних проблем Збройних Сил України, 2022.

2. Психологія бою. / Грицевич Т. Л., Капінус О. С., Мацевко Т. М., Неурова А. Б., Романишин А. М. ; за ред. А. М. Романишина. 3-тє опрац. вид. Львів : Видавництво «Астролябія», 2022. – 336 с.
3. Організація психологічної підготовки у Збройних Силах України: навч.-метод. посіб. / За редакцією генерал-майора В. Ключкова. – К.: НДЦ ГП ЗС України, 2023. – 325 с.
4. Військова публікація ВП 1-00(160)03.01 / Інструкція «Протоколи надання психологічної допомоги військовослужбовцям Збройних Сил України», затверджена начальником Генерального штабу Збройних Сил України 24.02.2021.
5. Психологічна готовність до ризику військовослужбовців Національної гвардії України : монографія / О. С. Колесніченко, Я. В. Мацегора, І. І. Приходько та ін. – Харків : НАНГУ, 2019. – 257 с.
6. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій : метод. посіб. / О. М. Кокун, В. В. Ключков, В. М. Мороз, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська. – Київ-Одеса : Фенікс, 2022. – 128 с.
7. Грилюк С. М., Тютюнник Л. Л., Алещенко В. І. Порадник командирів з відновлення стресостійкості. Навчально-методичний посібник. К.: НУОУ, 2023. – 168 с.
8. Досвід психологічного забезпечення в російсько-українській війні (військове лідерство та внутрішні комунікації, мотивація та моральна готовність військовослужбовців): електронне видання. – К.: Кафедра суспільних наук гуманітарного інституту Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського, випуск 2, 2023.
9. Військове лідерство: компетентність, впевненість, гнучкість. Підручник. Field Manual (настанова FM 6-22) Головного управління Міністерства Армії США. Вашингтон, Федеральний округ Колумбія 12 жовтня 2006.
10. Психологічна стійкість підрозділу. Порадник командирів. – Київ: Командування Сил територіальної оборони ЗСУ.
11. Зоран Комар., Психологічна стійкість воїна. Підручник для військових психологів. – Київ, 2017.
12. Балашова С.П., Васильєв С.П., Дубровинський Г.Р. Практичний курс військової психології: Навчальний посібник. Частина 2. – К.: Київський національний університет імені Тараса Шевченка, 2013. – 172 с.
13. Основи військової психології : навч. посіб. / Г. В. Бондарев, П. П. Круть; Харків. нац. ун-т внутр. справ. – Харків, 2020. – 272 с.