

УДК 159.98:167

DOI <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2021.1.14>

Осьодло Василь Ілліч,

доктор психологічних наук, професор,
начальник

Гуманітарного інституту

Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського

Грилюк Сергій Михайлович,

викладач кафедри морально-психологічного забезпечення

Гуманітарного інституту

Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського,

аспірант кафедри психології

Університету сучасних знань

Тютюнник Лілія Леонтіївна,

ад'юнкт

Гуманітарного інституту

Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського

СУЧАСНИЙ СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ В ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ

CURRENT STATE AND PROSPECTS OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT IN THE ARMED FORCES OF UKRAINE

У статті розглянуто актуальні проблеми сучасної військової психології у сфері психологічного забезпечення військово-професійної діяльності особового складу Збройних Сил України та визначено основні змістові елементи психологічного забезпечення у військах (силах), які включають моніторинг, аналіз, оцінку та прогнозування негативних чинників і станів військовослужбовців; підтримання й розвиток психологічної стійкості; організацію психологічного відбору фахівців; психологічний і психофізіологічний супровід; вивчення соціально-психологічного клімату у військових підрозділах; консультаційну й методичну допомогу командирам з питань психологічного забезпечення.

Проаналізовано нормативно-правові акти й емпіричний досвід організації психологічного забезпечення в Збройних Силах України; діяльність психологічної служби, її завдання та функції; особливості організації професійного психологічного відбору, психологічної підготовки особового складу, психологічного супроводу бойових дій, психологічної допомоги, психологічної декомпресії особового складу після виведення з району ООС, психологічної реабілітації та реадптації.

Розглянуто основні елементи системи психологічного відбору, психологічної підготовки, психологічного супроводу, психологічної реабілітації та реадптації. Уточнено основні емоційні стани й страхи військовослужбовці на різних етапах виконання бойових завдань.

Визначено організаційну систему психологічної допомоги й реабілітації особового складу та завдання фахівців психологічної служби щодо проведення заходів відновлення психічного стану військовослужбовців з використанням методів психічної саморегуляції та самоконтролю.

Запропоновано шляхи вдосконалення системи психологічного забезпечення в Збройних Силах України та сектору безпеки і оборони України.

Ключові слова: психологічне забезпечення, психологічна підготовка, психологічний супровід, психологічна реабілітація, психологічна реадптація, декомпресія.

The article considers current problems of modern military psychology in the field of psychological support of military-professional activity of the Armed Forces of Ukraine personnel and identifies the main content elements of psychological support in troops (forces), which include: monitoring, analysis, assessment and forecasting of negative factors and conditions; maintenance and development of psychological stability; organization of psychological selection of specialists; psychological and psychophysiological support; study of the socio-psychological climate in military units; consulting and methodological assistance to commanders on psychological support.

Analyzed: normative legal acts and empirical experience of psychological support organization in the Armed Forces of Ukraine; activities of the Psychological Service, its tasks and functions; features of the professional psychological selection organization, psychological training of personnel, psychological support of hostilities, psychological assistance, psychological decompression of personnel after removal from the area of Joint operation, psychological rehabilitation and readaptation.

The elements of the psychological selection system, psychological training, psychological support, psychological rehabilitation and readaptation are considered on the basis. The main emotional states and fears of servicemen at different stages of combat missions have been clarified.

The organizational system of psychological assistance and rehabilitation of personnel and the task of psychological service specialists to take measures to restore the mental state of servicemen, using the methods of mental self-regulation and self-control.

Ways to improve the system of psychological support in the Armed Forces of Ukraine and the security and defense sector of Ukraine are proposed.

Key words: *psychological support, psychological training, psychological rehabilitation, psychological readaptation, decompression.*

Актуальність проблеми. Стратегічний напрям розвитку військової психології нині потребує конструктивного вирішення питання забезпечення високого рівня охорони психічного здоров'я військовослужбовців. Складна ситуація, у якій опинилася наша держава, і велика кількість постраждалих від надмірного стресогенного впливу особливо актуалізують проблему мінімізації психічної травматизації особового складу внаслідок участі їх у бойових діях.

Керівництво держави і Збройних Сил (далі – ЗС) України значну увагу приділяє вдосконаленню системи заходів формування, підтримання та відновлення психічної стійкості й психологічної готовності особового складу до ведення бойових дій. У районі проведення операції Об'єднаних сил на території Донецької та Луганської областей постійно перебуває понад 35 тис. військовослужбовців ЗС України.

Виконання бойових завдань у складних і небезпечних умовах спонукає до пошуку нових, інноваційних підходів у сфері психологічного забезпечення військово-професійної діяльності й у роботі військового психолога щодо підтримання високого рівня особистої та бойової готовності підрозділів.

Психологічна робота, що здійснюється в ЗС України, є одним із пріоритетних елементів у комплексній системі забезпечення життєдіяльності військовослужбовців. Її становлення відбувалося поступово, урахувавши розвиток психологічної науки та зміни у військовій практиці. Тому сьогодні виникла нагальна потреба визначення й усвідомлення основних змістових елементів психологічної роботи у військах (силах), що дасть змогу чітко уявити масштабність завдань, які поставлені перед психологічним забезпеченням.

У сучасних Збройних Силах України в системі військового управління відбуваються трансформаційні зміни щодо досягнення сумісності з членами-країнами НАТО, суттю яких є чітке

розмежування повноважень між усіма органами військового управління в системі підготовки та застосування військ (сил). У цьому контексті проблемним є питання щодо психологічної складової в структурі морально-психологічного забезпечення ЗС України, визначення (уточнення) її організаційного та нормативно-правового статусу.

Ураховуючи вищезазначене, **метою** статті є аналіз сучасного стану системи психологічного забезпечення в ЗС України та визначення подальших кроків щодо її вдосконалення.

Теоретичний аналіз проблеми. В умовах гібридної війни, яка є поєднанням класичних методів воєнних операцій із партизанськими діями, тероризмом, інформаційною та кібервійною і спрямована на досягнення раптовості, перехоплення ініціативи й здобуття психологічної переваги, значна увага має приділятися підвищенню рівня стресостійкості та адаптаційного потенціалу військовослужбовців, збереженню й відновленню психічного здоров'я військовослужбовців [1, с. 26–39].

Військова психологія нерозривно пов'язана з військовою наукою. Це дає можливість правильно обґрунтувати шляхи вдосконалення професійної, бойової, індивідуальної та колективної підготовки особистості. Взаємодія психологічної науки з військовою практикою дає змогу розробляти й застосовувати ефективні заходи щодо кращої реалізації морального потенціалу особистості, розширює психічні можливості військовослужбовців і спрямовує їх на якісне виконання бойових завдань.

Психологічні аспекти діяльності й розвитку особистості в особливих умовах спонукали багатьох науковців до ґрунтовних і комплексних досліджень у сфері військової психології.

У розвиток військово-психологічного знання зробили вагомий внесок українські вчені. Готовність особистості до діяльності в особливих умовах і психологічне забезпечення

бойової діяльності військовослужбовців вивчали М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк, Є.М. Потапчук, В.В. Стасюк, О.Д. Сафін, О.П. Макаревич, О.Ф. Хміляр. У дослідженні бойового стресу ґрунтовними є роботи О.А. Блінова, О.В. Тімченка, Ю.М. Широбокова.

Особливості психічних станів особистості в екстремальних умовах вивчали С.М. Миронець, Н.С. Лозінська, О.М. Кокун. Психологічну травматизацію військовослужбовців розглядали В.С. Гічун, А.Г. Кириченко, В.М. Корнацький, К.О. Островська, В.І. Осьодло, В.В. Стеблюк. У вивчення феномена стресостійкості й подолання стресу великий внесок зробили В.М. Крайнюк, С.І. Корсун та ін.

Проблеми психологічної готовності військовослужбовців на війні вивчали К.О. Кравченко, Л.І. Казміренко, А.М. Столяренко, І.В. Сулятицький та ін.

Відповідно до здійснених наукових досліджень, у ЗС України створився цілісний комплекс психологічних заходів, спрямований на вирішення навчальних і бойових завдань, які кваліфікуються як «психологічне забезпечення військової діяльності». Результати досліджень свідчать, що психологічне забезпечення створює сприятливі умови для зменшення нервово-психічного напруження, особистісної й ситуативної тривожності, стабілізує емоційний стан, сприяє швидкій адаптації до умов військово-професійної та бойової діяльності, допомагає швидко відновлювати психоемоційний і функціональний потенціал організму військовослужбовців [2, с. 71].

До організації й реалізації заходів з психологічного забезпечення залучаються посадові особи різного рангу (командири частин, начальники штабів, заступники командирів частин з МПЗ, військовий медичний персонал тощо), але визначальна роль належить військовому психологу [2, с. 70].

Система психологічного забезпечення нині є комплексом організаційних, методичних, просвітницьких, психопрофілактичних, практичних заходів, які спрямовані на запобігання впливу на військовослужбовця негативних факторів бою, збереження його психічного та фізичного здоров'я, підвищення рівня стресостійкості, психологічної надійності й готовності особового складу до виконання завдань. Вона включає підрозділи та посади психологічної служби органів військового управління, офіцерів-психологів і психологів – працівників Збройних Сил України у військових частинах, установах і закладах [3].

Відповідно до Положення про Психологічну службу Збройних Сил України від 04.12.2014 № 317,

психологічне забезпечення є складником морально-психологічного забезпечення й організовується Психологічною службою, основною метою діяльності якої є формування та підтримання на відповідному рівні психологічної стійкості та психологічної готовності військовослужбовців до повсякденної та бойової діяльності.

Основними напрямками психологічного забезпечення є психологічна діагностика, психологічна прогностика, психологічна профілактика, психологічне консультування, психологічна корекція, психологічна реабілітація, психологічний відбір і розстановка кадрів, просвітницька й дослідницька діяльність і психологічна експертиза.

Щодо завдань психологічного забезпечення, то вони включають моніторинг, аналіз, оцінку та прогнозування негативних чинників і станів особового складу; підтримання й розвиток психологічної стійкості через організацію заходів психологічної підготовки та надання психологічної допомоги; організацію психологічного відбору особового складу; психологічний і психофізіологічний супровід виконання бойових завдань військовослужбовцями; вивчення соціально-психологічного клімату у військових підрозділах; консультування та методичну допомогу командирам з питань психологічного забезпечення.

Основними складниками психологічного забезпечення підготовки й застосування військ (сил) є соціально-психологічне діагностування, психологічна підготовка та психологічний супровід. Під соціально-психологічним діагностуванням розуміють психологічний відбір особового складу, моніторинг рівня вдосконалення психологічної стійкості й психологічної готовності особового складу під час підготовки до участі в бойових діях, а також діагностування психологічного стану військовослужбовців під час виконання бойових завдань і після завершення місії. Психологічний супровід включає моніторинг морально-психологічного стану особового складу, його психологічної стійкості й готовності на всіх етапах підготовки та виконання завдань, а також після виведення військових частин для відновлення боєздатності, проведення заходів психологічної просвіти, психологічної допомоги, психологічного відновлення (декомпресії) й реабілітації.

З метою організації заходів професійно-психологічного відбору в ЗС України, відповідно до Наказу Міністерства оборони України «Про затвердження Інструкції з організації професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України» від 10.12.2014 № 883 й Наказу Міністерства оборони України «Про затвердження Змін

до Інструкції з організації професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України» від 16.01.2017 № 25, проводиться вивчення індивідуально-психологічних і професійно важливих якостей кандидатів для проходження військової служби; установлюється рівень психологічної, психофізіологічної та професійної придатності військовослужбовців до виконання завдань у бойових умовах; виявляються особи з низьким рівнем нервово-психічної стійкості, з асоціальними установками й ті, які зловживають психоактивними речовинами; керівництву військових частин (підрозділів) надаються відповідні висновки та рекомендації щодо зазначених осіб; прогнозується морально-психологічний стан особового складу військ (сил) і надаються пропозиції щодо ефективного розподілу особового складу за військовими спеціальностями.

Психологічний відбір здійснюється на трьох рівнях: військові комісаріати, навчальні центри та військові частини. Для більш якісної роботи психологів почали застосовувати автоматизовані робочі місця з необхідним програмним забезпеченням, зокрема «Лідер-1». Здійснюється розроблення мобільного психодіагностичного комплексу, який дасть можливість одночасно проводити діагностування тридцяти осіб, що суттєво підвищить результативність роботи психологів. Оброблення інформації буде здійснюватися автоматично.

Реалізація окремих заходів з психологічного забезпечення, зокрема з психологічної підготовки, унормована Наказом Головнокомандувача Збройних Сил України «Про затвердження Інструкції з організації психологічної підготовки у Збройних Силах України» від 23.10.2020 № 173 й має на меті формування та розвиток у військовослужбовців високого рівня психологічної стійкості до психотравмуючих факторів сучасних бойових дій і готовності до ефективного виконання бойових завдань; адаптацію до діяльності в бойових умовах; навчання особового складу основних способів самозахисту; навчання військовослужбовців методів підвищення резилентності й ефективної саморегуляції. Методами психологічної підготовки в цьому нормативно-правовому акті визначено вербальні, практичні та емоційно-вольової регуляції. Значна увага приділяється створенню навчально-тренувальних комплексів, класів психологічної підготовки тощо.

У сучасних дослідженнях проведено психологічний аналіз ситуаційно-середовищних, соціально-політичних, супутніх і психологічних чинників виникнення бойового стресу у вій-

ськовослужбовців – учасників антитерористичної операції, які ми рекомендуємо враховувати під час організації психологічної підготовки [4, с. 77–105].

Заходи з психологічної підготовки як окремої навчальної дисципліни плануються на рік для всіх категорій військовослужбовців, відповідно до стандартів психологічної підготовки СТІ 000Г.22Л, СТІ 000А.22А, СТІ 000А.26В. Рівень знань з психологічної підготовки оцінюється через проведення тестувань, контрольних опитувань і заліків. У зазначеному Наказі вперше визначено критерії оцінювання рівня знань, практичних умінь і навичок з психологічної підготовки.

Психологічна підготовка, як ніколи, стає ключовим елементом у всьому комплексі бойової підготовки військ. Уміння та навички військовослужбовця щодо дій при зброї можуть виявитися неефективними, якщо він утратить змогу адекватно сприймати реальність унаслідок відсутності психологічної стійкості. Заняття з психологічної підготовки мають планувати та проводити поряд із заняттями з інших предметів бойової підготовки.

Для ефективного та якісного результату в системі психологічного забезпечення професійної діяльності військовослужбовців у бойових умовах варто виділити **три основні види підготовки** – загальну, спеціальну й цільову.

Загальна психологічна підготовка спрямована на такі аспекти: розуміння сутності воєнних конфліктів і соціально-психологічних установок і мотивів щодо участі в них; переосмислення світогляду, способу життя й мислення військовослужбовця; формування навичок управління власними психічними станами; розвиток високого рівня стійкості до психотравмуючих чинників бойової обстановки. Велике значення має також формування у військовослужбовця такого образу «Я», який би ґрунтувався на впевненості у власних високих професійних якостях, спонукав до подальшого професійного зростання й був основою сильного морального духу [5, с. 173–179]. Заходи загальної психологічної підготовки сприяють формуванню в особового складу патріотизму, впевненості у власних силах і в перемозі над противником, цілеспрямованості, сміливості, рішучості, наполегливості, готовності до самопожертви тощо [2, с. 217–218].

Спеціальна психологічна підготовка має на меті формування й розвиток у військовослужбовців психічних якостей і професійних умінь і навичок, які необхідні для ефективного виконання бойових завдань, зумовлених особливостями

їхньої бойової спеціальності. Воїн-розвідник, наприклад, повинен мати високий рівень стресостійкості й адаптивності до непередбачуваних швидких змін навколишньої обстановки, має бути спостережливим і спритним, бути креативно мислячим, мати гарну пам'ять і здатність виявляти замасковані об'єкти противника тощо. Оператор РЛС має уміти концентрувати та розподіляти увагу (залежно від потреби), мати високу психофізіологічну витривалість і стійкість, розвинуте образне мислення тощо [2, с. 228]. Спеціальна психологічна підготовка сприяє планомірному поступовому включенню в бойові дії новоприбулих військовослужбовців після набуття ними спеціальних професійних умінь і навичок. При цьому необхідно також ураховувати психофізіологічні аспекти особистості й розвивати здатність швидко адаптуватися до будь-яких змін.

Цільова психологічна підготовка військовослужбовців спрямовується на підготовку до виконання конкретного завдання й включає складну багаторівневу діяльність командирів, штабів, органів морально-психологічного забезпечення, медичного персоналу та власне військовослужбовця, яка спрямована на комплексну підготовку його психіки до ефективного виконання завдань у бойових умовах, мінімізуючи можливість психотравматизації. Хороший результат дає детальне інформування й максимальна деталізація динамічного образу майбутніх бойових завдань [2, с. 228–229; 5, с. 179–183].

Організуюючи заходи психологічної підготовки, необхідно враховувати психологічні особливості локального збройного конфлікту й умов бойової діяльності. Потрібно активно використовувати мотиваційний і ціннісний компоненти: мотиви військового обов'язку та професіоналізму; колективізму (самооцінка, внутрішньогрупові цінності, норми і стосунки, традиції тощо); бойового азарту; суперництва з противником тощо. Тому, окрім вищезазначених видів психологічної підготовки в бойових умовах, досліджується ефективність й інших. Серед них:

– **програмувальна психологічна підготовка**, яка має на меті емоційно-вольову підготовку й мотиваційно-настановчу спрямованість особистості на виконання бойових завдань і передбачає навіювання або завдання певного алгоритму необхідних дій;

– **особистісна психологічна підготовка**, яка спрямована на розвиток індивідуально-психологічних якостей особистості, що сприяють ефективному виконанню бойових завдань; подолання психічних деструктивів і фобій, які негативно впли-

вають на функціональну складову діяльності особистості; на подолання застрягання на минулих невдачах, які проявляються щораз у схожих ситуаціях, що перешкоджає досягненню цілі;

– **природна (інстинктивна) психологічна підготовка**, спрямована на створення таких умов, які сприяють розвитку природних (біологічних) інстинктів людини, і значно підвищує ефективність виконання поставлених бойових завдань;

– **корекційна психологічна підготовка**, яка спрямована на відновлення та розвиток необхідних психологічних якостей, що значною мірою зумовлюють необхідний результат;

– **адаптаційна психологічна підготовка** необхідна для зменшення тривалості періоду психологічної адаптації особистості до умов бойової діяльності й умов навколишнього середовища;

– **регуляційна психологічна підготовка** застосовується для оптимізації функціонування регуляційних здібностей і спроможностей особистості та створення потенційних резервів організму, ураховуючи можливості психіки людини;

– **інтелектуально-аналітична психологічна підготовка** спрямована на розвиток та оптимізацію інтелектуальних здібностей і можливостей особистості, які забезпечують оптимальне вирішення поставлених завдань [2, с. 228–232].

У дослідженнях, які проводилися з військовослужбовцями, уточнено основні емоційні стани і страхи, що зазначали учасники бойових дій. Пріоритетними визначено страх стати калікою, страх потрапити в полон і зазнати тортур, страх бути убитим, страх утратити товаришів і страх розчарувати командира та співслужбовців. Ураховуючи вищезазначене, необхідно готувати особовий склад до перебування особистості у вимушеній і/або примусовій ізоляції (військовий полон, заручник, піратський полон). Військовослужбовці повинні опанувати ефективні форми поведінки та мислення в кризових умовах примусової ізоляції, зокрема психічну стійкість і готовність до труднощів перебування в полоні (заручниках), здатність до опору різноманітним формам впливу й маніпуляціям з боку противника [6].

Найкраща підготовка військовослужбовців усе ж не може гарантувати їхньої психічної безпеки. Як доводить бойовий досвід, деякі з них не витримують надмірних психічних навантажень. Саме тому здійснювати психологічну підтримку військовослужбовців на всіх етапах їхньої бойової діяльності покликаний психологічний супровід.

Психологічний супровід є комплексом специфічних заходів і спрямований на підтримку на високому рівні бойової активності військово-

службовців; усунення негативного впливу чинників стресогенної обстановки; запобігання виникненню та розвитку негативних групових та індивідуальних психічних явищ. Забезпечується також створення необхідних соціально-побутових умов для особового складу в бойових умовах.

Таким чином, метою психологічного супроводу є розвиток, збереження й відновлення психологічного потенціалу особистості; підвищення рівня психологічної готовності до якісного виконання бойового завдання; психологічна стійкість в екстремальних умовах; психологічна надійність і спрямованість на рішучі дії в складних обставинах.

Нині важливим питанням психологічного супроводу є системна організація заходів надання психологічної допомоги особовому складу безпосередньо під час ведення бойових дій, а також психологічної декомпресії військовослужбовців після виведення військових частин для відновлення боєздатності.

Психологічна допомога необхідна для збереження, компенсації, відновлення й мобілізації психологічних ресурсів військовослужбовця в умовах проходження служби. Варто зауважити, що засоби психологічної підтримки мають бути ефективними, швидкодіючими, простими та доступними для застосування [5, с. 213]. Головним завданням психологів на цьому етапі є своєчасна психодіагностика й психокорекція стану військовослужбовця, а за необхідності надання відповідної психологічної допомоги та проведення профілактичних заходів щодо відновлення психологічної рівноваги; надання першої психологічної допомоги під час ведення бойових дій; створення умов, які сприяють швидкій реабілітації тих військовослужбовців, яким потрібна госпіталізація після психічних травм, тощо.

Для зручності організації заходів щодо управління бойовим стресом і надання психологічної допомоги особовому складу за основу взято зональний принцип.

Відповідальність за управління бойовим стресом між психологами й командуванням за умови різних психічних станів військовослужбовця можна умовно поділити на чотири зони.

Зелена зона найбільш безпечна, далі зі збільшенням небезпеки, відповідно, розміщується жовта й помаранчева. Перехід до помаранчевої зони можуть зумовити загроза життю; утрата близьких; моральна травма; фізичне або емоційне виснаження. На цьому етапі зазвичай спостерігаються фізіологічні й функціональні порушення, відсутність сну або нічні жахи, прояви паніки, агресії тощо. Найбільш небезпечною та психо-

травмуючою є червона зона (зона обстрілів). Зі стану постійного дистресу червоної зони постійно вийти практично неможливо.

У зеленій і жовтій зоні для психологічного відновлення домінуючою є діяльність безпосереднього керівника. При цьому основне значення мають превентивні заходи. У помаранчевій і червоній зоні необхідна професійна допомога психологів і медичних працівників (зокрема психіатра). Визначення зони стресу, у якій перебуває кожен військовослужбовець, має проводитися постійно [7, с. 20–22].

Після чотирьох років війни, 1 листопада 2017 року, в Україні уведено нові професії – «парамедик» (мають медичну освіту й спеціалізуються на наданні безпосередньо екстреної медичної допомоги) та «екстрений медичний технік» (без медичної освіти, надають домедичну допомогу й допомагають медичним працівникам у наданні професійної медичної допомоги).

Варто зазначити, що належна ефективність психологічної роботи забезпечується спільною та узгодженою діяльністю командирів, штабів, структур морально-психологічного забезпечення й медичної служби. Однак варто розуміти, що підтримання і стабілізація психологічного здоров'я насамперед залежать від самого військовослужбовця, від його усвідомлення необхідності відновлення фізичних і духовних сил, від оволодіння навичками адекватного оцінювання власного психічного стану й ситуації, що склалася, від розвитку спроможностей протистояти дії стресогенних чинників.

У зоні проведення ООС заходи психологічної допомоги здійснюються на трьох рівнях: силами офіцерів-психологів, позаштатними групами психологічної підтримки й високомобільними групами внутрішньої комунікації.

Перший рівень передбачає надання допомоги постраждалим командирами і підготовленими військовослужбовцями підрозділу.

На другому рівні за відсутності позитивної динаміки відновлення психічного стану постраждалого військовослужбовця впродовж двох-чотирьох годин направляють до пункту психологічної допомоги, де проводяться заходи першої психологічної допомоги. Якщо стан військовослужбовця не покращується протягом 72 годин, його направляють до спеціалізованого медичного закладу.

Третій рівень, якщо понад 72 години стан військовослужбовця не покращується, йому надають медико-психологічну допомогу у військових шпиталях. У районах відновлення боєздатності військових частин групи психологічної допомоги (спеціалізовані групи) проводять первинну

діагностику наявності ознак бойової психічної травми в особового складу, здійснюють проведення тренінгів, індивідуальних консультацій з військовослужбовцями [8, с. 24–25].

Ця система майже ідентична системі, яка запроваджена в збройних силах країн-членів НАТО.

Відповідно до Наказу Головнокомандувача ЗС України «Про затвердження Положення про пункти психологічної допомоги у ЗС України» від 28.07.2020 № 99, унормовано порядок організації роботи пунктів психологічної допомоги в ЗС України.

Пункти психологічної допомоги створюються передусім для психологічного діагностування, кризового консультування, надання психологічної допомоги військовослужбовцям, які її потребують. Фахівці мають проводити постійний моніторинг психічних станів військовослужбовців і своєчасно й оперативно реагувати на їх зміну; забезпечувати сприятливі умови для якнайшвидшого відновлення психологічного стану військовослужбовців, використовуючи методи психічної саморегуляції, самоконтролю тощо.

Пункти психологічної допомоги розміщують біля медичних пунктів військових частин. До роботи залучатимуть офіцерів морально-психологічного забезпечення, офіцерів-психологів підрозділів, капеланів (за потреби), військовослужбовців або працівники ЗС України, які мають освіту чи підготовку у сфері психологічного забезпечення, а також посадових осіб, які мають навички надання психологічної допомоги (за потреби) [9].

Зачну увагу сьогодні приділяють оцінюванню й контролю бойового стресу особового складу підрозділів, які виконують бойові завдання за призначенням у зоні ООС. З метою оперативної психологічної підтримки особового складу, моніторингу бойового й оперативного стресу, налагодження ефективної внутрішньої комунікації в підрозділах, здійснення соціально-правової та культурологічної роботи організовується діяльність високомобільних груп внутрішніх комунікацій [10].

Починаючи з липня-серпня 2014 року психологи ЗС України відпрацювали алгоритми та методики для відновлення психічних функцій військовослужбовців після виведення військових частин на відновлення боєздатності. Основна увага приділялася поступовому переключенню механізмів реагування в екстремальних умовах бойових дій до мирного життя, стабілізації психоемоційного стану й запобіганню розвитку психогенних розладів. Відпрацьовано алгоритми *психологічної декомпресії* особового складу (від 3 до 7 діб, але за необхідності термін може бути збільшений

до 14 діб), основними елементами якого є медичний огляд; психологічне діагностування (скринінг); психологічна просвіта (психоедукація); «повернення» військовослужбовця у власне тіло завдяки методам тілесноорієнтованої терапії; психоемоційне та психофізіологічне розвантаження; соціальна реадаптація й підготовка військовослужбовця до зустрічі із сім'єю. Пілотні проекти щодо психологічної декомпресії, які проведені у 2017–2018 роках на фондах навчально-спортивної бази зимових видів спорту «Тисовець» і санаторного відділення Військово-медичного клінічного центру південного регіону (сmt Затока), сприяли запровадженню психологічної декомпресії в ЗС України [11].

Станом на січень 2021 року в Україні нараховується понад 405 тисяч учасників бойових дій і їхня кількість постійно зростає, що потребує від держави створення відповідних інститутів і нормативно-правової бази реадаптації та психологічної реабілітації зазначеної категорії громадян.

Психологічна реадаптація допомагає військовослужбовцю поступово повернутися в мирне життя, відновити соціальний і психічний статус, налагодити міжособистісні стосунки, соціально та професійно адаптуватися. Спеціалісти проводять заходи щодо зняття психологічної напруженості й надають допомогу щодо задоволення потреб у визнанні, розумінні тощо. На нашу думку, реадаптація особистості має проводитися разом із заходами психологічної реабілітації, урахувавши прогноз розвитку психотравматизації, потреби в її психокорекції, а також потреби самого учасника бойових дій і його найближчого соціального оточення.

Система психологічної реабілітації має бути комплексною, багатопрофільною, поетапною, послідовною і спрямованою на швидке й ефективне відновлення психологічного, фізичного та соціального статусу учасника бойових дій. Тому одним із пріоритетних напрямів соціальної політики нашої держави є належне психологічне забезпечення учасників бойових дій.

У Збройних Силах України питання психологічної реабілітації військовослужбовців, які брали участь в АТО/ООС, є комплексом заходів психологічного характеру, які спрямовані на збереження, відновлення та корекцію психофізіологічних і психічних функцій, оптимального рівня їхньої боєздатності.

До проведення заходів психологічної реабілітації залучаються офіцери структур морально-психологічного забезпечення, офіцери медичної служби, капелани й інші особи, які будуть входити до багатofункціональних профільних спеціалізованих

мобільних груп. Після завершення заходів психологічної реабілітації керівники груп та офіцери структур морально-психологічного забезпечення надають рекомендації командирам військових частин (підрозділів) щодо подальших заходів психологічного супроводу військовослужбовців: направлення до закладів охорони здоров'я, рекомендована черговість надання відпусток, перелік заходів відновлення фізичного та психічного здоров'я, список особового складу, якому рекомендована зміна роду професійної діяльності, або переведення до іншого підрозділу. У нормативно-правовій базі визначено порядок направлення військовослужбовців на психологічну реабілітацію до суб'єктів надання послуг [12].

Задля соціального захисту й забезпечення прав і свобод учасників бойових дій, ветеранів і членів їхніх сімей; забезпечення психологічної реабілітації й соціальної та професійної реадaptaції в Україні функціонує Міністерство у справах ветеранів України (Мінветеранів), яке реалізує державну політику у сфері соціального захисту ветеранів війни, осіб, які мають особливі заслуги перед Батьківщиною, постраждалих учасників Революції Гідності тощо. Постановою Кабінету Міністрів України «Про затвердження Порядку проведення психологічної реабілітації учасників антитерористичної операції та постраждалих учасників Революції Гідності» від 27.12.2017 №1057 визначено порядок психологічної реабілітації зазначеної категорії осіб, основною метою якої є збереження або відновлення психічного й фізичного здоров'я військовослужбовця; досягнення соціально-психологічного благополуччя; зменшення частоти й важкості наслідків бойової травмизації; профілактика агресивної та деструктивної поведінки [13].

Окремого розгляду потребує функціональна система психологічного забезпечення в секторі безпеки й оборони. Нині кожна зі структур, які входять до зазначеного сектору, має власну структуру психологічної служби. У ЗС України з 2015 року до складу кожного лінійного батальйону (дивізіону) та йому рівних уведено посади офіцерів-психологів, що позитивно вплинуло на організацію й проведення заходів психологічного забезпечення. Водночас офіцери на зазначених посадах не мали кар'єрного зростання, не отримували супервізійну підтримку, була недосконалою система підготовки та підвищення кваліфікації. Такий стан справ нівелював усі попередні досягнення в розвитку психологічної служби.

На наш погляд, нині є актуальним створити групи контролю оперативного та бойового стресу,

а також регіональні центри психологічного супроводу за рахунок посад офіцерів-психологів у батальйонах, в управліннях бригад (полків). Зазначені зміни позитивно вплинуть на систему психологічного забезпечення, будуть сприяти професійному розвитку фахівців психологічних служб сектору безпеки й оборони та збережуть потенціал офіцерів-психологів.

Гарною мотивацією до професійного зростання психологів, про що свідчать інтерв'ю в ЗМІ, є запровадження в ЗС України щорічного конкурсу на кращого психолога. На нашу думку, для обміну передовим досвідом і покращення координації діяльності варто створити Асоціацію психологів сектору безпеки й оборони України та запровадити конкурс на кращого психолога вищезазначеного сектору.

Результати проведеного теоретичного дослідження й аналізу військової практики дають підстави для таких **висновків**:

1. Участь у бойових діях є потужним стресом, який зумовлює значні психологічні, фізіологічні й функціональні порушення організму, впливає на емоційно-вольову сферу військовослужбовця, сприяє розвитку психосоматичних захворювань і виникненню патологічних реакцій.

Для психологічної профілактики наслідків впливу бойового стресу на військовослужбовців важливим є надати кожному військовослужбовцю знання щодо особливостей стресових реакцій на негативні фактори сучасних бойових дій, навчання командирів усіх рівнів і решти особового складу способів і методів само- та взаємодопомоги.

2. Для здійснення заходів з вивчення морально-психологічного стану й оцінки морально-психологічної готовності особового складу до ведення бойових дій, об'єктивного оцінювання психологічної підготовки особового складу тощо необхідною умовою їх реалізації є належне методичне забезпечення. Для цього органи військового управління мають забезпечити розроблення відповідного діагностичного інструментарію відповідно до видородової специфіки військової діяльності. Центром наукового супроводження психологічного забезпечення в ЗС України має бути Національний університет оборони України.

Як один із елементів такого супроводження вважаємо за доцільне створити в університеті комплексну лабораторію сучасних психотренінгових технологій, яка забезпечить створення психофізіологічного базису для подальшого розвитку сучасної військової психологічної науки та сприятиме запровадженню сучасних тренінгових технологій для відновлення психічного здоров'я особового складу.

3. Аналіз військової практики засвідчує, що організація й проведення психологічної підготовки мають бути спрямовані на підготовку психіки військовослужбовців до бойових дій у різних умовах обстановки та формування високого рівня їхньої психологічної стійкості й готовності.

Організаційно система психологічної допомоги та реабілітації особового складу, проведення психологічної декомпресії військ (сил) повинна мати трирівневу будову з розгорнутими пунктами психологічної допомоги й функціонувати у взаємодії з фахівцями медичної служби.

4. На часі постало питання створення в ЗС України сучасного мобільного психодіагностичного комплексу, який би виконував завдання психологічного супроводу особового складу на всіх етапах підготовки й застосування військ (сил) з питань професійно-психологічного відбору, моніторингу психологічної підготовки та психологічної готовності, психологічного стану, стресостійкості й адаптаційних резервів організму військовослужбовця, організації заходів психологічної декомпресії, розгортання на їх базі пунктів психологічної допомоги тощо.

Усе вищезазначене свідчить, що високопрофесійна організація і здійснення заходів психологічного забезпечення є необхідною умовою високої боєздатності ЗС України.

Перспективою подальших досліджень у сфері психологічного забезпечення в Збройних Силах України вважаємо розроблення комплексної програми збереження психічного здоров'я військовослужбовців, яка включатиме заходи з підвищення рівня стресостійкості й адаптаційного потенціалу особистості до діяльності в бойових умовах, реабілітації та реадаптації до мирного життя.

Особливого значення набувають заходи з психологічного супроводу психологів, їхнього професійного вдосконалення й проведення супервізійного супроводу тощо. Одним із варіантів покращення рівня підготовки фахівців психологічної служби, на наш погляд, буде запровадження системи дистанційного навчання. Ця система уможливить проведення різноманітних заходів підготовки, залучення більшої кількості осіб (фахівців-психологів і супервізорів-викладачів), визначення індивідуальних завдань для відслідковування рівня засвоєних знань, визначення професійного рейтингу психологів.

Для формування єдиного підходу до проведення заходів психологічного забезпечення в секторі безпеки і оборони назріла необхідність створення окремої агенції на рівні Ради національної безпеки та оборони України – органу (структури), який би визначав і координував діяльність у цьому напрямі.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Osyodlo V., Zubovskiy D. Psychological Characteristics of Hybrid Warfare / Redakcja naukowa : P. Pacek, M.A. Kamiński, D. Merecz. Warszawa, 2020. P. 26–39. URL: https://www.researchgate.net/publication/344414030_PSYCHOLOGICAL_ASPECTS_OF_ARMED_CONFLICTS.
2. Військова психологія та педагогіка: інноваційний підхід : підручник : у 2 ч. / колектив авторів ; за заг. ред. С.Д. Максименка. Київ : НУОУ, 2013. Ч. 1. 472 с.
3. Положення про Психологічну службу Збройних Сил України від 04.12.2014 № 317. URL: <https://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-heneral-noho-shtabu-zbro-nykh-sy-7/>.
4. Кравченко К.О., Тімченко О.В., Широбоков Ю.М. Соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у військовослужбовців – учасників антитерористичної операції : монографія. Харків : Вид-во НУЦЗУ, 2017. 256 с.
5. Недвига О.В. Психологічне забезпечення професійної діяльності військовослужбовців-саперів в особливих умовах діяльності : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.09. Київ, 2019. 257 с. URL: <https://nuou.org.ua/assets/dissertations/diser/diser-nedvyha.pdf>.
6. Методичні рекомендації з організації психологічної підготовки військовослужбовців ЗС України до перебування в умовах примусової ізоляції (2020 р.). URL: <https://dovidnykmpz.info/psycho/metodychni-rekomendatsii-z-orhanizatsii-psykholohichnoi-pidhotovky-viys-kovosluzhbvovtsiv-zs-ukrainy-do-perebuvannia-v-umovakh-prymusovoi-izoliatsii-2020-r/>.
7. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України : методичний посібник / О.М. Кокун, Н.А. Агаєв, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, Л.В. Корня. Київ : ФОП Маслаков, 2019. 288 с.
8. Грилюк С.М. Психологічний рубікон. *Оборонний вісник*. 2018. № 3. С. 22–25.
9. Про затвердження Положення про пункти психологічної допомоги у ЗС України : Наказ Головнокомандувача ЗС України від 28.07.2020 № 99. URL: <https://dovidnykmpz.info/zagalni/nakaz-holovnokomanduvacha-zs-ukrainy-vid-28-07-2020-99-pro-zatverdzhennia-polozhennia-pro-punkty-psykholohichnoi-dopomohy-u-zs-ukrainy/>.
10. Про затвердження Інструкції з організації діяльності високомобільних груп внутрішніх комунікацій у Збройних Силах України : Наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 22.10.2018 № 345. URL: <https://dovidnykmpz.info/zagalni/nakaz-heneral-noho-shtabu-zs-ukrainy-v-2/>.

11. Про затвердження Інструкції з організації психологічної декомпресії військовослужбовців Збройних Сил України : Наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 27.12.2018 № 462. URL: <https://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-heneral-noho-shtabu-zbroynykh-syl-ukrainy-vid-27-12-2018-462-pro-zatverdzhennia-instruktsii-z-orhanizatsii-psykholohichnoi-dekompresii-viys-kovosluzhbovtsiv-zbroynykh-syl-ukrainy/>.

12. Про внесення змін до наказу Міністерства оборони України від 09.12.2015 № 702 : Наказ Міністерства оборони України від 11.12.2019 № 629 (Положення про психологічну реабілітацію). URL: <https://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-ministerstva-oborony-ukrainy-vid-11-12-2019-629-pro-vnesennia-zmin-do-nakazu-ministerstva-oborony-ukrainy-vid-09-12-2015-702-polozhennia-pro-psykholohichnu-reabilitatsiiu/>.

13. Про затвердження Порядку проведення психологічної реабілітації постраждалих учасників Революції Гідності, учасників антитерористичної операції та осіб, які здійснювали заходи із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації у Донецькій та Луганській областях : Постанова Кабінету Міністрів від 27 грудня 2017 р. № 1057 (зі змінами). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1057-2017-%D0%BF#Text>.