

ОСОБЛИВОСТІ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ ПСИХОЛОГІВ СИЛ ОБОРОНИ УКРАЇНИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Малина О. Г.

ВСТУП

Наразі в Україні триває війна. Як і будь-яка війна, певною мірою передбачувана, але несподівана, з раптовим початком і ще не позначеною у переліку національних свят датою Перемоги. Як і будь-яка війна, вона має свою специфіку і висуває нові вимоги до усіх, хто дотичний до боротьби за незалежність, життя і волю.

Особливої ролі в умовах ведення війни набуває діяльність психолога, спрямована на: 1) психологічне забезпечення військової служби під час бойових дій; 2) психологічний супровід особового складу під час відновлення у місцях постійної дислокації; 3) психологічну допомогу військовим ветеранам та членам їх сімей під час їх реабілітації та реадаптації; 4) психологічну підтримку цивільного населення і внутрішньо-переміщених осіб з тимчасово окупованих територій України.

Сучасна війна в Україні відзначається особливостями, з якими досі не стикались ні військові, ні психологи жодної країни світу, масштабами обстрілів і руйнувань, не знаних після Другої світової війни, специфікою ведення бойових дій, що відрізняється навіть від початку російсько-української війни у 2014 році. Тож неможливо запозичити готові технології та обмежитись попередніми напрацюваннями. Таким чином постає необхідність формувати власний і новий досвід з урахуванням актуальних вимог часу.

З огляду на поточні вимоги воєнного часу до психологічного забезпечення ведення бойових дій і психологічного супроводу особового складу формується потреба на фахову воєнно-психологічну підготовку психологів сил оборони і підвищення їх кваліфікації з урахуванням запитів, зумовлених сучасними особливостями ведення війни.

Запорізький національний університет за запитом Міністерства у справах ветеранів України, вирішуючи означені завдання, реалізує дві сертифікатні програми набуття кваліфікації з психології. Оскільки зміст професійних завдань військових психологів у різних структурах сил оборони України відрізняється, кафедрою психології ЗНУ було розроблено сертифікатні програми набуття кваліфікації за двома напрямками – 1. «Психологічний супровід військовослужбовців в умовах бойових дій» та 2. «Основи психологічної допомоги

військовослужбовцям та членам їх сімей» для військових психологів ЗСУ і Національної гвардії України відповідно.

Головною метою надання даних освітніх послуг є підвищення кваліфікації і фахової готовності військових психологів до здійснення професійних завдань та формування системних знань для здійснення соціально-психологічного супроводу військовослужбовців сил оборони України.

Обсяг кожної сертифікатної програми складає 120 академічних годин, 4 кредити ЄКТС, що реалізуються у інституційній (очній (денна, вечірня) і дистанційній) формі підвищення кваліфікації та у різних формах організації освітньої діяльності (лекції, практичні та тренінгові заняття). Основними методами навчання виступають методи проблемного навчання; методика взаємообміну завданнями; аналіз конкретних ситуацій (кейс-метод); навчання через Інтернет, контроль. За результатами підвищення кваліфікації видається сертифікат державного зразку Запорізького національного університету, що підтверджує набуття додаткових кваліфікацій.

1. Психологічний супровід військовослужбовців в умовах бойових дій

Мета сертифікатної програми «Психологічний супровід військовослужбовців в умовах бойових дій» полягає у формуванні професійних компетентностей військовослужбовців Збройних сил України, за профілем «Психологія» відповідно до сучасних вимог професійної підготовки в галузі здійснення психологічного супроводу військовослужбовців та збереження їх психічного здоров'я в умовах бойових дій. Мета програми реалізується у наступних завданнях:

- формування у слухачів системи фахових психологічних знань щодо забезпечення психологічного супроводу військовослужбовців в зоні ведення бойових дій та умінь і навичок його здійснення в умовах впливу бойової обстановки на психіку людини;

- оволодіння слухачами основами кризової та екстремальної психології та поняттями військової патопсихології (бойовий стрес, бойова психологічна травма, бойові стресові розлади, фрустраційна толерантність, стресостійкість, негативні психоемоційні стани військовослужбовців та ін);

- розвиток у слухачів практичних навичок застосування основних психодіагностичних методик виявлення особливостей психоемоційного стану військовослужбовців, встановлення рівня стресу та стресостійкості, динаміки психологічного стану особового складу, схильності до девіантних форм поведінки та індивідуально-психологічних чинників

їх ризику; діагностичних ознак необхідності посиленої психологічної уваги;

- набуття слухачами знань і навичок використання технологій психологічної допомоги та психопрофілактичної роботи з військовослужбовцями зі складу групи посиленої психологічної уваги.

В процесі надання освітніх послуг вдосконалюватимуться наступні загальні компетентності:

- здатність формулювати власну думку, володіти навичками ведення наукової і загальнокультурної дискусії;
- здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу;
- здатність оволодіти навичками використання інформаційних і комунікаційних технологій;
- здатністю вчитися і оволодівати сучасними знаннями;
- здатністю бути критичним і самокритичним в професійній діяльності;
- здатністю приймати обґрунтовані рішення;
- володіти навичками міжособистісної взаємодії; здатністю працювати в команді.

В процесі реалізації сертифікатної програми вдосконалюватимуться наступні професійні компетентності:

- здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології;
- здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ;
- здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків;
- здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел;
- здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження;
- здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації;
- здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту;
- здатність дотримуватися норм професійної етики.

За результатами навчання очікуються знання і розуміння наступних психологічних явищ і феноменів:

- сутність, чинники та особливості соціально-психологічної адаптації та дезадаптації військовослужбовців в умовах бойових дій;
- особливості психічних процесів і перебігу психоемоційних станів у ході військової діяльності;

- вплив індивідуально-психологічних особливостей військовослужбовців на виконання військових завдань;
- механізми психологічного захисту військовослужбовця в надзвичайних ситуаціях;
- особливості впливу психічної травми на особистість військовослужбовця внаслідок військових подій;
- типи поведінки особистості в надзвичайних ситуаціях, непатологічні та патологічні психічні реакції на травматичні події у надзвичайних ситуаціях, реакції на бойовий стрес і психогенні адаптаційні розлади у військовослужбовців;
- основні принципи надання психологічної допомоги військовослужбовцям.

Опанувавши зміст курсу, слухачі мають уміти і застосовувати здатність:

- визначати особливості психологічного стану військовослужбовця, рівень бойового стресу, ступінь ризику психогенних бойових розладів;
- орієнтуватися у технологіях надання психологічної допомоги військовослужбовцям у кризових станах, реадaptaції та профілактики стресових розладів та девіантної поведінки;
- застосовувати техніки саморегуляції психофізичного і психоемоційного стану військовослужбовців;
- здійснювати процедури психологічного відновлення особового складу після виконання бойових завдань;
- користуватися психодіагностичними методиками вивчення психічного стану, адаптаційних ресурсів та індивідуально-психологічних особливостей особового складу;
- здійснювати психологічні кризові інтервенції.

Зміст курсу складається із 4 тематичних блоків, що містять знання з найактуальніших проблем і напрямків роботи військового психолога із особовим складом безпосередньо в умовах ведення бойових дій.

Особливої уваги, з огляду на особливості реалізації професійних завдань в надзвичайних умовах, потребують питання диференційної діагностики негативних психоемоційних і психофізичних станів, стресових розладів, психотичних і непсихотичних синдромів та правильної первинної кваліфікації психічного статусу військовослужбовців внаслідок психічної бойової травматизації. Докладного системного розгляду особливо потребують порушення емоційно-вольової сфери і свідомості та їх діагностичні критерії. Доцільно практично опрацювати навички використання сучасного психодіагностичного інструментарію для виявлення проявів бойової психічної патології. Проте з огляду на обмеженість часу і екстремальний характер умов проведення обстеження варто ґрунтовно розглянути провідні диференційно-

діагностичні клінічні показники основних патопсихологічних реєстр-синдромів, чітко розмежувавши психогенні і органічні типи реагування та психотичні/непсихотичні стани.

Докладного розгляду потребує проблема бойових стресових розладів. Увагу слухачів необхідно загострити на механізмах та формах бойового стресу, ступенях його прояву та критеріях визначення групи посиленої психологічної уваги.

Практичні заняття із слухачами мають закріпити формування навичок надання емоційної саморегуляції та опрацювання психологічних технологій збереження психічного здоров'я військово-службовців.

Нижче представлено основний зміст тематичного плану курсу «Психологічний супровід військовослужбовців в умовах бойових дій».

1. Психологічний аналіз процесу адаптації військовослужбовців до бойових умов.

Тема 1.1. Психологічні механізми адаптації військовослужбовців до умов бойових дій. Поняття екстремальної та кризової ситуації та їх психологічна характеристика.

Тема 1.2. Особливості трансформації життєвого стереотипу і поведінкових реакцій з урахуванням особистісних та індивідуально-психологічних характеристик військовослужбовців в умовах ризико-небезпечної діяльності¹.

Тема 1.3. Кризові стани і психофізіологічні реакції військовослужбовців в наслідок перебування екстремальних ситуаціях².

Тема 1.4. Психофізіологічні механізми і психовегетативні прояви психосоматичного стану військовослужбовців в умовах хронічного стресу³.

2. Диференційно-діагностичні аспекти кваліфікації психічного стану військовослужбовців

Тема 2.1. Патопсихологічний аналіз психічної діяльності (когнітивних функцій, емоційних, мотиваційних процесів, рухово-вольових процесів, станів свідомості, особливостей особистості). Порушення відчуттів, сприйняття, мислення, уваги і працездатності, мовлення, мнестичної діяльності. Симптоми затьмареної свідомості і синдроми

¹ Військова психологія : конспект лекцій URL: <http://uadoc.zavantag.com/text/2148/index-1.html> (дата звернення: 26.05.2023)

² Екстремальна психологія : підручник / за заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Київ : ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с.

³ Мацегора Я. В., Воробйова І. В., Колесніченко О. С. Психологічний супровід військовослужбовців, які виконують службово-бойові завдання в екстремальних умовах : методичні рекомендації. Харків : НА НГУ, 2015. 69 с.

розладів свідомості. Розлади афективної сфери. Порушення мотивації і особистості.

Тема 2.2. Загальні патопсихологічні принципи-альтернативи. Основні патопсихологічні реєстр-синдроми (шизофренічний, екзо- та ендогенно-органічний, олігофренічний, особистісно-аномальний, психогенно-невротичний, психогенно-психотичний) та їх психодіагностичні показники.

Тема 2.3. Патопсихологічне забезпечення діагностики психічної діяльності і поведінки військовослужбовців. Медико-психологічне обстеження та напрацювання первинного психологічного висновку⁴. Психодіагностичний інструментарій для діагностики проявів бойової психічної патології (1. «Опитувальник для первинного скринінгу посттравматичного стресового розладу (ПТСР)» (Бреслау та ін., 1999 р.). 2. Опитувальник респондента про стан здоров'я (PHQ-9) – шкала самооцінки депресії 3. Опитувальник Міні-мульти. 4. Шкала оцінки впливу травматичної події (ШОВТП). 5. Шкала оцінки інтенсивності бойового досвіду (ШОБД). 6. Анкета «Стрес-фактори». 7. Шкала для клінічної діагностики ПТСР (Clinicaladministered PTSD Scale – CAPS). 8. Стандартизований багатофакторний метод дослідження особистості (СБМДО). 9. Опитувальник травматичного стресу І. О.Котеньова. 10. Міссісіпська шкала для оцінки посттравматичних реакцій (військовий варіант). 11. Опитувальник вираженості психопатологічної симптоматики (Simptom Check List-90-r-Revised, Scl-90-R)⁵.

Тема 2.4. Диференційна діагностика проявів бойових психічних розладів і визначення групи посиленої психологічної уваги. Тривожні розлади. Розлади адаптації. Психологічна характеристика військовослужбовців з ознаками передневротичних розладів за типом психодіагностичного стану (ПАС). Психовегетативний варіант ПАС. Астенічний варіант ПАС. Дистимічний варіант ПАС. Змішаний варіант ПАС. Психологічна характеристика осіб, які мають власне донозологічні розлади – ПДАС (психозадаптаційні стани). Структура ПДАС у військовослужбовців (варіанти: психовегетативний, астенічний, дистимічний, дисмнестичний і змішаний). Військовослужбовці з ознаками граничного психічного розладу (ГПР). Показання до направлення на консультацію до лікаря-психіатра на госпіталізацію. Основні

⁴ Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців : методичний посібник / Н. А. Агаєва ін. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.

⁵ Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України : методичний посібник. Київ : ФОП Маслаков, 2019. 288 с.

правила для психолога, який працює з постраждалим, хворим на ПТСР⁶.

3. Бойові стреси і бойові стресові розлади

Тема 3.1. Поняття бойового стресу, його прояви та механізми формування та наслідки. Вегетативні та психоемоційні ознаки бойового стресу. Типи стрес-реакції. Карта симптомів реактивних станів і психозів. Основні принципи роботи з бойовим та оперативним стресом. Обсяг першої психологічної допомоги залежно від вираженої психічної реакції.

Тема 3.2. Ступені та діагностичні критерії визначення важкості бойової психічної травми. Характер бойових психічних травм Екзогенні, психогенні, та соматогенні чинники та поліетіологічний генез психічної травматизації та оцінка її ризику у військовослужбовців. Психологічні прийоми попередження та подолання бойового стресу.

Тема 3.3. Прояви бойових стресових розладів початкового періоду бойових дій. Особливості хронічного бойового стресу (порушення адаптації з порушенням емоцій або поведінки, невротичні реакції, соматовегетативні розлади, стрес-спровокована адиктивна поведінка, стресові розлади у поранених та контужених). Бойові стресові розлади психотичного рівня: гострі реактивні психози (реактивний параноїд, психогенні сутінкові розлади свідомості) та психози поранених. Критерії діагностики розладів адаптації⁷.

Тема 3.4. ПТСР – поняття, етіологія, умови і механізми формування. Базові симптоми і прояви, диференційно-діагностичні критерії та визначення групи ризику розвитку ПТСР. Основні принципи та критерії діагностики посттравматичних стресових розладів та розладів адаптації у військовослужбовців. Психологічні рекомендації щодо профілактики і запобігання розвитку ПТСР у учасників бойових дій⁸.

4. Методи психологічного захисту та технології психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах ведення війни

Тема 4.1. Поняття психічного та фізичного здоров'я військовослужбовців, критерії психічного здоров'я. Фактори, що впливають на

⁶ Корольчук О. Л. Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні. Київ : Державне управління, 2016. С. 104–111.

⁷ Агаєв Н. А., Скрипкін О. Г., Дейко А. Б., Поливанок В. В. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України: методичні рекомендації. Київ : ЦГП ЗС України, 2016. 147 с.

⁸ Протокол з діагностики та терапії ПТСР Національного інституту клінічної майстерності Великобританії (NICE). URL: <http://guidance.nice.org.uk/cg26> (дата звернення: 26.05.2023).

формування механізмів та стратегій поведінки в період адаптації до стресової ситуації.

Тема 4.2. Технології психологічної допомоги військовослужбовцям. Використання стратегій подолання (копінг – механізми) кризових та негативних психоемоційних станів. Дихальні і фізичні вправи, НЛП-техніки для зняття гострого стресу. Методика нормалізації сну та процесу засипання «Морфей».

Тема 4.3. Формування навичок емоційної саморегуляції та формування фрустраційної толерантності військовослужбовців. Прийоми психологічної самопомоги учасникам бойових дій (методичні рекомендації, НДЦ ГП ЗС України). Соціально-психологічні методи, орієнтовані на корегування думок, почуттів і настроїв військовослужбовців. Ізометричні вправи. Творча візуалізація. MINDFULNESS-вправи для концентрації уваги. Тілесно-свідомісні вправи.

Тема 4.4. Психокорекційні вправи і психотерапевтичні прийоми, спрямовані на збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Показання до проведення психологічної реабілітації військовослужбовців. Дебрифінг. Ознаки суїцидальної поведінки та надання допомоги особам з суїцидальними тенденціями. Побудова превентивної бесіди з особою з ознаками пресуїцидальної поведінки. Методика М. Рокіча, як засіб психореабілітації і психопрофілактики відстрочених ПТСР. Критерії ефективності реабілітаційних заходів у військовослужбовців з розладами донозологічного рівня психічного здоров'я⁹.

2. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їх сімей

Мета сертифікатної програми «Основи психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їх сімей» полягає у формуванні професійних компетентностей учасників бойових дій, військових ветеранів та членів їх сімей за профілем «Психологія» відповідно до сучасних вимог професійної підготовки в галузі психологічної допомоги, відновлення оптимального психоемоційного стану, психологічної реабілітації та психологічної профілактики постстресових розладів та девіантної поведінки.

⁹ Базарний С. В. Надання психологічної допомоги психотравмованим в бойових умовах. *Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи* : матеріали V міжнар. наук-практ. конф., м. Київ, 03–04 квітня 2020 р. Київ, 2020. С. 20–24.

Основними завданнями програми є:

- формування у слухачів системи фахових психологічних знань щодо особливостей реадaptaції учасників бойових дій, повернутих з полону, військових ветеранів;

- оволодіння слухачами основами військової патопсихології та психологічної допомоги у процесі відновлення оптимального психо-емоційного і психофізичного стану;

- розвиток у слухачів практичних навичок застосування основних психологічних технологій психологічної допомоги військовослужбовцям і членам їх сімей у процесі реадaptaції;

- набуття слухачами знань і навичок використання методів психопрофілактики дезадаптивних і девіантних форм поведінки і соціально-психологічної реабілітації.

В процесі реалізації сертифікатної програми вдосконалюватимуться наступні компетентності:

Загальні:

- здатність формулювати власну думку, володіти навичками ведення наукової і загальнокультурної дискусії;

- здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу;

- здатність оволодіти навичками використання інформаційних і комунікаційних технологій;

- здатністю вчитися і оволодівати сучасними знаннями;

- здатністю бути критичним і самокритичним в професійній діяльності;

- здатністю приймати обґрунтовані рішення;

- володіти навичками міжособистісної взаємодії; здатністю працювати в команді.

Професійні:

- здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології;

- здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ;

- здатність до розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків;

- здатність самостійно збирати та критично опрацьовувати, аналізувати та узагальнювати психологічну інформацію з різних джерел;

- здатність самостійно планувати, організовувати та здійснювати психологічне дослідження;

- здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації;

- здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту;

- здатність дотримуватися норм професійної етики.

Опанувавши зміст курсу, слухачі мають уміти і застосовувати:

- специфіку та особливості соціально-психологічної адаптації та дезадаптації військовослужбовців і військових ветеранів;
- психологічний вплив екстремальних ситуацій на особистість та виникнення специфічних емоційних станів;
- патопсихологічну характеристику негативних психічних станів учасників бойових дій, ветеранів, поранених, та повернутих з полону військовослужбовців Національної Гвардії України;
- психотерапевтичні алгоритми допомоги при постстресових розладах постраждалим внаслідок бойових дій;
- особливості впливу психічної травми на особистість військовослужбовця внаслідок військових подій;
- вплив травматичного досвіду учасників бойових дій на родинні і подружні стосунки;
- особливості девіантної поведінки, її чинники та прояви у ветеранів з травматичним воєнним досвідом.
- проблеми психосоціальної адаптації військових ветеранів і шляхи психологічної підтримки процесу поступового повернення до мирного життя у сімейній взаємодії.

Результатом засвоєння курсу слухачами має бути можливість уміти і застосовувати здатність:

- визначати особливості психологічного стану військовослужбовця та актуалізувати ресурси його психологічного відновлення;
- застосовувати ефективні технології психологічного відновлення учасників бойових дій після виконання завдань (у районах відновлення, під час перебування в пункті постійної дислокації);
- застосовувати техніки саморегуляції психофізичного і психоемоційного стану військовослужбовців та методики психологічного розвантаження, самопомоги та емоційної саморегуляції членів сімей військових ветеранів;
- використовувати психологічні технології роботи з горем і втратою;
- діагностувати адаптаційні можливості та формувати антиципаційні навички.

Сертифікована програма «Основи психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їх сімей» містить 4 тематичних блоки і розрахована на 120 академічних годин, 4 кредити ЄКТС.

Специфіка професійної діяльності психолога Національної гвардії України полягає насамперед у профілактиці бойової психічної патології учасників бойових дій, допомозі у подоланні бойового стресу, психологічному супроводі особового складу у місцях постійної дислокації і наданні психологічної допомоги постраждалим. Тому особлива увага у межах теоретичної підготовки слухачів приділяється

питанням бойового стресу та бойової психічної травми, критеріям її діагностики, розгляду проявам і динаміці розвитку бойової психічної патології, їх профілактиці і запобіганню ПТСР, прогнозуванню розвитку негативних психічних станів військовослужбовців.

Комбатанти, як учасники бойових дій, зазнають потужного бойового стресу, змінюючи стереотип життя та усі пристосувальні реакції, адаптуючись до екстремальних умов виживання та виконання бойових завдань, тому їх реадаптація, інтеграція у соціальне життя і відновлення його якості потребує системних реабілітаційних заходів і вимагає ґрунтовних знань проблем девіантної поведінки (агресивної, експлозивної, суїцидальної, адиктивної) у ветеранів з травматичним воєнним досвідом.

Методи психологічної допомоги (психокорекційні і психотерапевтичні) спрямовані формувати опорність до травмувальних психогенних чинників, запобігати поведінковим девіаціям і викривленню соціальної взаємодії, труднощам спілкування і сприйняття мирного життя, коректно вибудовувати внутрішню картину здоров'я і хвороби при соматичних і вегетативних розладах, розвивати фрустраційну толерантність і стресостійкість, гармонізувати структуру і ієрархію мотивів і систему особистісних диспозицій. Відтак психологічна реабілітація комбатантів має включати інтегративну копінг-концепцію, згідно з якою «подолання стресу – це процес, в якому індивід здійснює спроби: а) змінити або ліквідувати проблему; б) зменшити її інтенсивність, змінивши свою точку зору на неї; в) полегшити її вплив, відволікаючись на що-небудь або використовуючи інші різноманітні способи подолання». При цьому вона має бути спрямована «на відновлення боєздатності під час ведення бойових дій та працездатності при поверненні до мирного життя».

Особливої уваги потребує психологічна допомога у роботі із сім'ями військових ветеранів. Найближче оточення стає площиною найгостріших драм, бере на себе весь тягар емоційної напруги, психоемоційної нестабільності, ускладнень адаптації, коли повторно має бути зламано і змінено вже бойовий життєвий стереотип, що набагато складніше. Проте саме сім'я є найголовнішим ресурсом підтримки і зрештою, відновлення. Тому коректний і вчасний психологічний супровід сім'ї військового ветерана спроможний запобігти перетворенню сімейних відносин на поведінково звичний театр бойових дій комбатанта.

Нижче представлено загальний тематичний план програми «Основи психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їх сімей».

1. Психологічне забезпечення оптимального психічного стану учасників бойових дій та членів їх родин у екстремальних та кризових ситуаціях

Тема 1.1. Психологічний зміст понять «надзвичайна ситуація», «екстремальна ситуація», «кризова ситуація», їх види та особливості. Стадії психічних реакцій у екстремальних ситуаціях.

Тема 1.2. Психологічний вплив екстремальних ситуацій на особистість та виникнення специфічних емоційних станів. Типи травматичних ситуацій. Індивідуальна толерантність до впливу екстремальних ситуацій¹⁰.

Тема 1.3. Патопсихологічна характеристика негативних психічних станів та особливості їх патопсихологічної діагностики. Динаміка психічних станів після ситуацій психологічного травмування. Психогенії в екстремальних ситуаціях (форми, стадії, динаміка). Психодіагностика ПТСР. Опитувальник травматичного стресу для діагностики психологічних наслідків. Особистісний профіль кризи.

Тема 1.4. Психологічні прийоми формування фрустраційної толерантності і готовності до дій у екстремальних ситуаціях. Техніки екстреної психологічної допомоги у різних психоемоційних станах. Психологічний дебрифінг та зміст фаз його проведення. Загальні підходи та принципи психотерапії ПТСР. Технології психотрансформації травматичної пам'яті.

2. Психологічна допомога учасникам бойових дій, ветеранам, пораненим, та поверненим з полону військовослужбовцям

Тема 2.1. Бойові стресові і посттравматичні стресові розлади, межові і передпатологічні стани, їх діагностичні критерії та особливості диференційної діагностики. Типи ПТСР. Хронічний розлад особистості. Психотерапевтичні алгоритми допомоги при постстресових розладах постраждалим внаслідок бойових дій.

Тема 2.2. Особливості психічних ускладнень у поранених та контужених військовослужбовців та їх психологічний супровід. Психологічна допомога та специфіка реабілітації поверненим з полону.

Тема 2.3. Поняття психічної травми та специфіка роботи з нею у учасників бойових дій. Психологічні кризові інтервенції. Почуття провини у структурі синдрому провини вцілілого та психологічні методики роботи з ним¹¹.

¹⁰ *Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи* : матеріали Всеукраїнської наук-практ. конф., м. Київ, 13–14 квітня 2016 р. Київ, 2016. 126 с.

¹¹ *Військова психологія* : конспект лекцій URL: <http://uadoc.zavantag.com/text/2148/index-1.html> (дата звернення: 26.05.2023).

Тема 2.4. Технології психологічного відновлення учасникам бойових дій після виконання завдань (у районах відновлення, під час перебування в пункті постійної дислокації). Психотерапія емоційних травм за допомогою рухів очей. Терапевтичні стратегії при заблокованому опрацюванні травматичного досвіду. Техніки психологічної допомоги Гештальт-терапії. Техніки психологічної допомоги когнітивно-поведінкової терапії. Метод кататимного переживання образів¹².

3. Психологічна підтримка членів сімей військовослужбовців, ветеранів, поранених та повернутих з полону учасників бойових дій

Тема 3.1. Вплив травматичного досвіду учасників бойових дій на родинні і подружні стосунки. Особливості девіантної поведінки, її чинники та прояви у ветеранів з травматичним воєнним досвідом.

Тема 3.2. Проблеми психосоціальної адаптації військових ветеранів і шляхи психологічної підтримки процесу поступового повернення до мирного життя у сімейній взаємодії. Методики психологічного розвантаження, самопомоги та емоційної саморегуляції членів сімей військових ветеранів. Методики сімейної психотерапії при ПТСР.

Тема 3.3. Психологічні технології роботи з горем і втратою. Стадії процесу переживання психотравмуючих ситуацій військовослужбовцем. Втрата як екстремальна ситуація. Етапи переживання горя¹³.

Тема 3.4. Діагностика адаптаційних можливостей та формування антиципаційних навичок (попередження формування невротичних розладів).

4. Психологічна профілактика дезадаптації та реабілітації учасників бойових дій

Тема 4.1. Шляхи збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Поняття психічного та фізичного здоров'я військовослужбовців, критерії психічного здоров'я¹⁴.

Тема 4.2. Психологічне забезпечення адаптації військовослужбовців до відновлення життєвого поведінкового стереотипу цивільного життя. Психологічна допомога і психологічна профілактика негативних

¹² Мушкевич М. І. Основи психотерапії : навчальний посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.

¹³ Коқун О. М., Агаев Н. А., Пішко І. О. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення : методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.

¹⁴ Брич В. В. Зміцнення реабілітації як стратегії охорони здоров'я: погляд всесвітньої організації охорони здоров'я. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2022. № 4. С. 31–37.

психоемоційних станів військових ветеранів (тривога, депресія, апатія, страхи, почуття провини, експлозивність та ін)¹⁵.

Тема 4.3. Психологічні технології попередження та подолання проявів агресивної, адиктивної, суїцидальної поведінки¹⁶.

Тема 4.4. Психокорекційна робота психолога по усуненню негативних змін особистості, формування копінг-стратегій та перспективи майбутнього у військових ветеранів.

ВИСНОВКИ

Підготовка і впровадження сертифікатних програм набуття кваліфікації «Психологічний супровід військовослужбовців в умовах бойових дій» та «Основи психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їх сімей» для військових психологів ЗСУ і Національної гвардії України ґрунтується на концептуальних засадах Національної Доктрини розвитку освіти, Державній Національній програмі «Освіта» («Україна ХХІ століття»), Законі України «Про освіту», Законі України «Про вищу освіту», Статутом Запорізького національного університету, розглянуто і рекомендовано до затвердження Науково-Методичною Радою ЗНУ («27» квітня 2023 року, протокол № 10). Сертифікатні програми орієнтовані на підвищення кваліфікації фахівців, здатних розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми військовослужбовців та їх сімей під час війни, що передбачає комплексне застосування сучасних психологічних теорій та методів з урахуванням останніх досягнень і напрацювань психологічної науки і практики¹⁷.

Війна в Україні активізувала проблему травматичного впливу бойового досвіду на психічний стан і загальний стан здоров'я військовослужбовців, членів їх сімей, цивільного населення. Проблема психічного здоров'я українців стоїть надзвичайно гостро і потребує її своєчасного комплексного вирішення у площині подальших психологічних і міждисциплінарних досліджень та психологічної практики.

¹⁵ Глушкова Т. О. Профілактика суїцидів у військових частинах: Методика роботи у військових частинах України, щодо вивчення та профілактики суїцидальних явищ серед військовослужбовців. *Практична психологія та соціальна робота*. 2000. № 2. С. 27–29.

¹⁶ Берлінець І. А. Зарубіжний досвід у сфері медичної реабілітації: перспективи використання в Україні. *Державне управління: удосконалення та розвиток*. 2019. № 4. URL: <http://www.dy.nauka.com.ua/?op=1&z=1416> (дата звернення: 26.05.2023).

¹⁷ Тохтамиш О. М. Реабілітаційна психологія: навчально-методичний посібник. Вінниця : ТОВ Віндрук, 2004. 102 с.

АНОТАЦІЯ

У статті предствлено загальний зміст фахової підготовки психологів сил оборони України під час війни на основі розроблених сертифікатних програм набуття кваліфікації за профілем «Психологія». Відповідно до специфіки професійних завдань військових психологів ЗСУ розроблено програму «Психологічний супровід військовослужбовців в умовах бойових дій» з метою формуванні професійних компетентностей відповідно до сучасних вимог професійної підготовки в галузі здійснення психологічного супроводу військовослужбовців та збереження їх психічного здоров'я в умовах бойових дій. Сертифікатна програма «Основи психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їх сімей» розроблена для військових психологів Національної гвардії України і спрямована на формування професійних компетентностей учасників бойових дій, військових ветеранів та членів їх сімей за профілем «Психологія» відповідно до сучасних вимог професійної підготовки в галузі психологічної допомоги, відновлення оптимального психоемоційного стану, психологічної реабілітації та психологічної профілактики постстресових розладів та девіантної поведінки.

Література

1. Агаєв Н. А., Скрипкін О. Г., Дейко А. Б., Поливанюк В. В. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України : методичні рекомендації. Київ : Ц ГП ЗС України, 2016. 147 с.
2. Базарний С. В. Надання психологічної допомоги психотравмованим в бойових умовах. *Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи* : матеріали V міжнар. наук-практ. конф., м. Київ, 03–04 квітня 2020 р. Київ, 2020. С. 20–24.
3. Берлінець І. А. Зарубіжний досвід у сфері медичної реабілітації: перспективи використання в Україні. *Державне управління: удосконалення та розвиток*. 2019. № 4. URL: <http://www.dy.nayka.com.ua/?op=1&z=1416> (дата звернення: 26.05.2023).
4. Брич В. В. Зміцнення реабілітації як стратегії охорони здоров'я: погляд всесвітньої організації охорони здоров'я. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2022. № 4. С. 31–37.
5. *Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи*: матеріали Всеукраїнської наук-практ. конф., м. Київ, 13–14 квітня 2016 р. Київ, 2016. 126 с.
6. Військова психологія : конспект лекцій URL: <http://uadoc.zavantag.com/text/2148/index-1.html> (дата звернення: 26.05.2023).
7. Глушкова Т. О. Профілактика суїцидів у військових частинах: Методика роботи у військових частинах України, щодо вивчення та

профілактики суїцидальних явищ серед військовослужбовців. *Практична психологія та соціальна робота*. 2000. № 2. С. 27–29.

8. Екстремальна психологія : підручник / за заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Київ : ТОВ «Август Трейд», 2007. 502 с.

9. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник / Н. А. Агаєва ін. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.

10. Коқун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України : методичний. посібник. Київ : ФОП Маслаков, 2019. 288 с.

11. Коқун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення : методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.

12. Корольчук О. Л. Посттравматичний стресовий розлад як новий виклик сучасній Україні. Київ : Державне управління, 2016. С. 104–111.

13. Мушкевич М. І. Основи психотерапії : навчальний посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.

14. Попелюшко Р. П. Особливості психологічної реабілітації учасників бойових дій засобами природничої рекреації. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. пр. Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психол. ім. Г. С. Костюка. Київ, 2015. Вип. 13. С. 198–207.

15. Протокол з діагностики та терапії ПТСР Національного інституту клінічної майстерності Великобританії (NICE). URL: <http://guidance.nice.org.uk/cg26> (дата звернення: 26.05.2023)

16. Мацегора Я. В., Воробйова І. В., Колесніченко О. С. Психологічний супровід військовослужбовців, які виконують службово-бойові завдання в екстремальних умовах : методичні рекомендації. Харків : НА НГУ, 2015. 69 с.

17. Тохтамиш О. М. Реабілітаційна психологія: навчально-методичний посібник. Вінниця : ТОВ Віндрук, 2004. 102 с.

Information about the author:

Malyna Olena Grygorivna,

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor at the Department of Psychology

Zaporizhzhia National University

66, Zhukovskiy str., Zaporizhzhia, 69600 Ukraine