

Хіжнюк О.А., Лиман К.В., Духняк Х.О.
**ДОСЛІДЖЕННЯ ШЛЯХІВ ВПРОВАДЖЕННЯ СУЧАСНОЇ СИСТЕМИ
ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЯК
НЕВІД'ЄМНОГО КОМПОНЕНТУ УСПІШНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ ЗБРОЙНИХ СИЛ
УКРАЇНИ В НАТО**

Анотація: наслідком збройного протистояння є порушення психофізіологічного стану військовослужбовців. Набутий досвід підкреслює необхідність створення ефективної системи психологічної підтримки на всіх етапах проходження військової служби. Пропонується доповнити існуючі методи та види стабілізації психологічного стану додатковими тренінгами з урахуванням національних особливостей суспільства.

Ключові слова: соціальна адаптація військовослужбовця, система психологічної підтримки, самодіагностика, психічний стан, адаптивні методи.

Abstract: The consequence of armed confrontation is a violation of the psychophysiological state of military personnel. The experience gained emphasizes the need to create an effective system of psychological support at all stages of military service. It is proposed to supplement the existing methods and types of stabilization of the psychological state with additional trainings taking into account the national characteristics of society.

Keywords: social adaptation of a serviceman, psychological support system, self-diagnosis, mental state, adaptive methods.

Сучасні методи ведення гібридної війни та досвід збройного протистояння з армією країни агресора, що знецінила норми моралі та недоторканість людського життя, розкрили глибоку сутність та важливість парадигми психологічної підтримки військовослужбовців, які отримали системні порушення психологічного стану внаслідок активної участі у відбитті ворожої агресії або в результаті набутих психологічних травм.

Доволі часто прояви посттравматичного стресового розладу (ПТСР) даються взнаки навіть після тривалого інтервалу реабілітації, що базується на застосуванні сильнодіючих лікарських засобів. Нескладно зрозуміти, що такий тип медичної допомоги лише послабляє симптоми психофізичних розладів, але не лікує першопричину їх виникнення. Такий метод психологічної корекції стану має право на існування, але він буде ефективним лише в окремих випадках, обумовлених неможливістю застосування інших методів психологічної допомоги.

Недооцінювати наслідки таких психологічних травм чи набутих порушень в аспекті соціальних та побутових взаємовідносин вкрай небезпечно: прогресуючий посттравматичний стресовий розлад унеможливить соціальну адаптацію військовослужбовця, що може становити загрозу не лише близькому оточенню особи, а ще й спровокувати спрацьовування так званого "психологічного ситуативного триггеру" який активує спектр бойових навичок, небезпечних для оточуючих у форматі мирного життя.

Професійною хворобою військовослужбовців у сучасних реаліях прийнято вважати широкий перелік неврологічних захворювань, пов'язаних із бойовим та пост-бойовим стресом. Кількість випадків точного діагностування саме цього порушення та втрати когнітивних функцій стрімко та невпинно зростає, тому логічно передбачити низьку стабільність соціуму після закінчення війни, ймовірно зростання кількості правопорушень, пов'язаних із громадським порядком та збільшення рівня незадоволення своєю суспільною роллю саме тих людей, чиє військове братерство перевірено сумісною участю у бойових діях.

Перспективним рішенням для стабілізації психологічного стану військовослужбовців є впровадження на всіх етапах реалізації службової кар'єри чіткої системи психологічної підтримки, що включатиме в себе постійний моніторинг психологічного стану особи, навчання базовим методам самодіагностики психологічного стану та самопомоги, в комплексі з спеціалізованими вправами для підвищення стресостійкості та адекватної оцінки навколишньої обстановки та суб'єктивних можливостей в таких умовах, що потенційно виникають під час

збройного протистояння та взаємодії в умовах виконання бойового завдання військовослужбовцем.

Класичні загальноприйняті етапи психологічної допомоги, що складаються з таких методів та форм, як:

- допомога в форматі самодіагностики психологічного стану;
- вплив за типом приналежності до однойменної ланки військового механізму (за принципом “побратим допомагає побратиму”);
- застосування невідкладних багатокомпонентних кризових інтервенцій;
- створення спеціалізованих пунктів психологічної допомоги та розвитку особистості в умовно безпечних місцях, подалі від межі бойового зіткнення;
- регулярна та довготривала психологічна допомога висококваліфікованих фахівців є необхідним базовим середовищем дослідження;
- професійна корекція психофізичного стану військовослужбовця.

Окремою ланкою доцільно розглянути адаптивні методи, що значно підвищують шанси військовослужбовця вижити у ворожому полоні. Комплексна допомога для тих, хто повернувся з полону живий, є невід’ємним компонентом не лише для самого військовослужбовця, але й для його родичів, близьких, батьків та дітей. Перевагою системи психологічної підтримки військовослужбовців за стандартами НАТО є наявність вражаюче широкого переліку курсів та освітньо-розвиваючих програм, що дає можливість застосувати індивідуальну модель психологічної підтримки для кожної особи, виходячи з її психофізичних можливостей та особливостей темпераменту людини.

Також в альянсі країн НАТО передбачено програму соціальної адаптації колишніх військовослужбовців, що відкриває вступ поза конкурсом в заклади освіти, дає можливість безкоштовно опанувати новий фах або спеціальність, та створення спеціалізованих осередків спілкування для колишніх військових, що втратили навички соціальної взаємодії та комунікативні зв’язки з родичами або знайомими.

Пропонується доповнити існуючу в арміях країн-партнерів НАТО стабільну та ефективну систему психологічної підтримки додатковими тренінгами та корекційними програмами, створеними з урахуванням національних та ментальних особливостей військовослужбовців, що виникли внаслідок індивідуальних особливостей групи етносів, притаманних саме тому регіону, який військовослужбовець вважає своєю домівкою, з яким пов’язаний позитивний спектр емоцій, включаючи дитячі спогади та інші умовні фактори.

Для реалізації програми передбачається створення державного центру психологічної підтримки військовослужбовців, з розгалуженням та інтеграцією в заклади медичної допомоги, соціальні служби, громадські центри та державні спілки. З появою власних висококваліфікованих фахівців, що пройшли курс підготовки в центрах соціальної та психологічної допомоги в країнах НАТО, з’являється можливість реалізації власних проектів та експериментальних грантових програм щодо створення сприятливого психологічного середовища для військовослужбовців, зважаючи на їх особливі індивідуальні якості та потреби.

За рахунок такого рішення значно збільшиться ефективність впровадження системи психологічної підтримки військовослужбовців з різних регіонів, та поступово зітруться гострі грані непорозуміння між представниками різних етнічних груп, що приведе не лише до зростання рівня ефективної співпраці, але й до виникнення навичок взаємодопомоги в стресових ситуаціях, на набутті необхідних знань для подолання негативних психологічних зв’язків, що зменшить рівень посттравматичного стресового розладу, та згодом зведе його до мінімально можливого порогового рівня.

Список використаних джерел:

1. Концепція «гібридної» війни та її складові - Центр безпекових досліджень "СЕНСС". Центр безпекових досліджень "СЕНСС". URL: <https://censs.org/concept-of-hybrid-warfare-and-its-components/> (дата звернення: 08.11.2024).

2. Психологічна травма та її вплив на особистість - Художнє професійно-технічне училище №14. Головна - Художнє професійно-технічне училище №14.

URL: <http://www.hptu14.com.ua/psykholohichna-sluzhba/informatsiia-dlia-batkiv/504-psykholohichna-travma-ta-yiyi-vplyv-na-osobystist.html> (дата звернення: 08.11.2024).

3. Когнітивні порушення: рання діагностика та особливості лікування | Український Медичний Часопис. Український Медичний Часопис - новини медицини і здоров'я. Медична практика в Україні. URL: <https://umj.com.ua/uk/publikatsia-223223-kognitivni-porushennya-rannya-diagnostika-ta-osoblivosti-likuvannya> (дата звернення: 08.11.2024).

4. Підвищення стресостійкості у воєнний час | БДМУ. БДМУ | Головна сторінка. URL: <https://www.bsmu.edu.ua/news/pidvyshhennya-stresostijkosti-u-voennyj-chas/> (дата звернення: 08.11.2024).

5. Ушакова, І. М. (2022). ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ВИНИКНЕННЯ ГОСТРИХ СТРЕСОВИХ РОЗЛАДІВ У ПРАЦІВНИКІВ ДСНС УКРАЇНИ ПІД ЧАС ВІЙНИ. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія, (2), 95-99. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.2.19>

Хіжнюк Олександр Анатолійович – викладач кафедри радіоелектронного обладнання літальних апаратів, Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба, м. Харків, e-mail: alexkotale@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0007-5855-2798>

Лиман Крістіна Володимирівна – курсант інженерно-авіаційного факультету Харківського національного університету Повітряних Сил ім. Івана Кожедуба, м. Харків, e-mail: kristina.lyman39@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0000-7285-2307>

Духняк Христина Олегівна – курсант інженерно-авіаційного факультету Харківського Національного університету Повітряних Сил ім. Івана Кожедуба, м. Харків, e-mail: hduhna@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0005-9981-6505>

Khizhnyuk Oleksandr Anatoliiovych – Lecturer, Department of Aircraft Electronic Equipment, Ivan Kozhedub Kharkiv National Air Force University, Kharkiv, e-mail: alexkotale@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0007-5855-2798>

Lyman Kristina Volodymyrivna – cadet of the Faculty of Aviation Engineering, Ivan Kozhedub Kharkiv National Air Force University, Kharkiv, e-mail: kristina.lyman39@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0000-7285-2307>

Dukhniak Khrystyna Olehivna – cadet of the Faculty of Aviation Engineering, Ivan Kozhedub Kharkiv National Air Force University, Kharkiv, e-mail: hduhna@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0005-9981-6505>