

Міністерство освіти і науки України
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя
Факультет педагогіки, психології, соціальної роботи та
мистецтв

Кафедра загальної та практичної психології

Освітня програма: Психологія. Практична психологія

Спеціальність: 053 Психологія

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня *магістр*

ІННОВАЦІЙНІ ФОРМИ РОБОТИ ПСИХОЛОГА В АСПЕКТІ
ПРОФЕСІЙНОГО ОРІЄНТУВАННЯ В СИЛОВИХ СТРУКТУРАХ

Студента **Розсудовської Людмили Михайлівни**

Науковий керівник:

Папуча Микола Васильович

доктор психологічних наук, професор

Рецензент:

Литовченко Нінія Федорівна

кандидат психологічних наук, доцент

Допущено до захисту: ____ ____ 2023 р.

Завідувач кафедри:

Проф. _____ **Папуча М.В.**

Ніжин-2023

Анотація

Розсудовської Людмили Михайлівни.

Магістерська робота присвячена дослідженню питання інноваційних форм роботи психолога в аспекті професійного орієнтування в силових структурах.

Для успішного досягнення поставленої мети в теоретичному розділі розглянуто що психологічна служба є досить затребуваним явищем у силових структурах, Основним її призначенням є надання психологічної допомоги контингенту осіб, що загалом переслідує дві мети: найбільш ефективно виконання представниками силових структур військових завдань за призначенням, а також турбота щодо підтримання психологічного здоров'я. Станом на сьогодні психологічна служба функціонує при Національній гвардії України, Національній поліції, Державній прикордонній службі України, при різних родах військ ЗСУ.

Психологічна готовність до професійної діяльності військового психолога розглядається як комплексне утворення в структурі особистості, що визначає налаштованість на виконання фахових функцій і зобов'язань. Це свого роду емоційний стан впевненості у своїх силах і можливостях у виконанні професійних завдань, викликів, що диктує сьогодення.

В практичному розділі здійснений поглиблений аналіз щодо основних видів психологічної допомоги військовим на даний момент є самодопомога, взаємодопомога, психологічна допомога медиків і медичних інструкторів, кваліфікована допомога офіцера психолога (бригада, полк), кваліфікована психологічна допомога військових психологів і психіатрів у військових госпіталях. Разом із тим основними формами психологічної допомоги є психологічна просвіта й заняття, які можуть відбуватися у вигляді міні-лекцій, консультування, психокорекції, психотерапії тощо.

Результатом аналізу стало дослідження яке було проведено, а саме констатувальний експеримент, що потребувало розроблення методики дослідження і комплектації вибірки досліджуваних. Методику дослідження

складали структуроване інтерв'ю з командним складом, анкета для військовослужбовців, бесіда з військовим психологом. Внаслідок проведення в інтерв'ю мали з'ясувати зорієнтованість командного складу у функціях психолога, використовуваних фахівцем форм роботи й певної оцінки їх ефективності.

Було з'ясовано, що питання психологічної допомоги вирішується через відвідування психологом іншого підрозділу, що з'являється після бойових завдань, щоб працювати з військовослужбовцями, а також і з командним складом. При цьому фахівці відмічають ефективність таких зустрічей, оскільки після них певною мірою знижується емоційно-психологічна напруженість.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ОРІЄНТУВАННЯ ВІЙСЬКОВОГО ПСИХОЛОГА В ІННОВАЦІЙНИХ ФОРМАХ РОБОТИ.....	7
1.1. Психологічна служба у силових структурах як проблема практичної психології.....	7
1.2. Особистісні риси військового психолога як основа психологічного орієнтування фахівця у сучасних питаннях надання кваліфікованої допомоги.....	15
1.3. Психологічна готовність і компетентність військового психолога як основа психологічного орієнтування фахівця у сучасних питаннях надання кваліфікованої допомоги.....	21
Висновки до розділу 1.....	28
РОЗДІЛ 2. ІННОВАЦІЙНІ ФОРМИ РОБОТИ ВІЙСЬКОВОГО ПСИХОЛОГА У АСПЕКТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ОРІЄНТУВАННЯ У СИЛОВИХ СТРУКТУРАХ	
2.1. Форми роботи психолога в силових структурах.....	30
2.2. Інноваційні форми надання психологічної допомоги військовослужбовцям у даний відрізок часу.....	38
Висновки до розділу 2.....	47
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ФОРМ РОБОТИ ВІЙСЬКОВОГО ПСИХОЛОГА В СУЧАСНИХ УМОВАХ.....	49
3.1. Методика та організація дослідження інноваційних форм роботи військового психолога в сучасних умовах.....	49
3.2. Аналіз отриманих результатів дослідження.....	55
Висновки до розділу 3.....	64
ВИСНОВКИ.....	66
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	70
ДОДАТКИ.....	77

ВСТУП

Актуальність теми. Сьогодні надзвичайно актуальним постало завдання надання психологічної допомоги воїнам, які боронять нашу країну від військової агресії. Означене завдання передусім стосується військових психологів, що знаходяться поряд із військовослужбовцями й супроводжують несення ними військового обов'язку. Безумовно, що якість надання психологічної допомоги залежить від використовуваних офіцерами психологами форм роботи, зокрема інноваційних, що значно покращує морально-вольові якості наших захисників, сприяє зниженню емоційної напруженості, відновлення після отримання психотравмуючого досвіду.

У психологічній науці дана проблема вирішується через дослідження психологічного супроводу військових, розроблення інноваційних технологій, використання найбільш дієвих методів психологічної допомоги у кризових ситуаціях, зокрема в умовах війни. Питаннями психологічної допомоги в Україні займаються О. Блінов, О. Кокун, З. Кісарчук, І. Приходько, О. Колесніченко, О. Тімченко та ін. Питання розробки та впровадження у практику інноваційних форм надання психологічної допомоги займаються М. Садова, Р. Соколовський, І. Нізамутдінов, Т. Титаренко, Н. Пророк, Н. Пилипенко, І. Ліпатов та ін. Проте питання практичного використання інноваційних форм безпосередньо у військових частинах досліджено недостатньою мірою, що і зумовило обрання теми магістерського дослідження – *Інноваційні форми роботи психолога в аспекті професійного орієнтування в силових структурах*

Мета дослідження полягала у з'ясуванні особливостей використання інноваційних форм роботи психолога у аспекті професійного орієнтування у силових структурах.

Завдання дослідження

1. З'ясувати спрямованість психологічної служби у силових структурах.

2. З'ясувати особистісні характеристики військових психологів, що є підґрунтям професійного орієнтування в інноваційних формах роботи в силових структурах.
3. Визначити найбільш типові форми роботи військових психологів у силових структурах.
4. З'ясувати спектр сучасних психологічних проблем та інноваційні форми роботи військового психолога у використанні інноваційних форм роботи
5. Провести емпіричне дослідження особливостей використання інноваційних форм роботи у військовій частині.

Об'єкт дослідження: особистісні чинники професійного орієнтування військового психолога в інноваційних формах роботи у силових структурах.

Предмет дослідження: особливості використання інноваційних форм роботи офіцером-психологом у військовій частині.

Гіпотези дослідження: використання інноваційних форм роботи військового психолога залежить особливостей запиту військовослужбовців.

Методи дослідження: *теоретичні* (аналіз, синтез, класифікація, узагальнення, систематизація, конкретизація); *емпіричні* структуроване інтерв'ю, анкета для військовослужбовців, бесіда з військовим психологом.

За результатами магістерської роботи опубліковано статтю: „Міфологія стресу. Як виробити стресостійкість? Та посттравматичний стресовий розлад в умовах війни (ПТСР).

Структура роботи: магістерська робота складається зі змісту, вступу, трьох розділів із підпунктами, висновків до кожного розділу, загального висновку, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи 79 сторінок, основного тексту – 76 сторінок.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ОРІЄНТУВАННЯ ВІЙСЬКОВОГО ПСИХОЛОГА В ІННОВАЦІЙНИХ ФОРМАХ РОБОТИ

1.1. Психологічна служба у силових структурах як проблема практичної психології

Загалом під психологічною службою розуміють створену при організаціях, підприємствах особливої системи, основне призначення, спрямування якої полягає у наданні психологічної допомоги на професійній основі людям (працівникам) та здійснення їх психологічного супроводу. Одним із головних представників означеного утворення є практичний психолог. Саме це особа, за твердженням дослідників, розв'язує комплексні завдання, які передбачають різного роду заходи, зокрема експертизи, проведення діагностики та надання консультацій у різних галузях, у тому числі військових.

Так, науковці вважають, що основною метою функціонування психологічної служби є робота, що передбачає зростання продуктивності й ефективності функціонування й діяльності працівників конкретної організації, що досягається завдяки використанню основного інструментарію практичної психології. При цьому ще одним напрямом, на який вказують фахівці-дослідники, - це цілеспрямована робота працівників психологічної служби щодо захисту психологічного здоров'я і сприяння соціальному благополуччю персоналу організації. Задля цього, за твердженням науковців – дослідників, використовуються дві основні функції: діагностична та психологічного впливу. Забезпечення реалізації означених функцій сприяють форми і методи практичної психології[14; 42].

Разом із тим дослідники вказують на низку ознак психологічної служби, зокрема: а) спрямованість на досягненні найбільш ефективної діяльності

персоналу й, відповідно, самої установи чи організації; б) забезпечення захисту працівників через турботу про їх психологічне та соціальне здоров'я; в) використання суто психологічних форм роботи (методик і методів, а також і технологій); г) основним спрямуванням для практичних психологів є психологічні властивості людини та її внутрішній світ, а також і соціальні взаємини працівників організації і відомств; д) основною одиницею психологічної служби є практичний психолог, що має відповідну освіту; е) психологічна служба є впорядкованою структурою, кожен і представників якої виконує відповідні функції, забезпечуючи необхідні напрями; є) психологічна служба зберігає цілісність методичного й технологічного плану, використовуючи у всіх сферах єдиних форм роботи, дотримуючись планів і програм, розроблених для забезпечення функціонування[51].

Основою діяльності психологічних служб є форми роботи практичних психологів, які конкретизуються у психологічних методах (або технологіях – термін, що нерідко використовується як синонім). Так, О. Степанов наголошує, що психологічній науці метод розглядається у якості швидкого способу досягання поставленої цілі або вирішення певного завдання. При цьому, за твердженням автора, означений конструкт є певного роду інструментом (знаряддям), що дозволяє діагностувати, а також і виявити на психологічне явище. Як до наукового методу, до нього висуваються певні вимоги, зокрема об'єктивність, можливість застосувати для вивчення або впливу на психічне явище (тобто валідність) і надійність [54, с. 195]. Натомість у практичній психології, яка є окремою галуззю у структурі психологічного знання, В. Панок наголошував, що основним способом є психологічна технологія. Зокрема, автор наголошує, що означений елемент містить у собі три складові – діагностичну, інтерпретивну та корекційну [42, с. 29]. При цьому саме використання технології передбачає вплив психолога на пацієнта, який передбачає коригування самого змісту та форм, а також і напрямів особистісного зростання людини. Фактично, наголошує автор, у технології поєднується цілісне бачення

всіх елементів структури особистості у їх у їх зв'язках і залежностях, які і визначають сутність корекційних впливів.

Варто наголосити, що психологічна служба, організована і в силових структурах. Так, у військовому підрозділі також присутні фахівці, що сприяють у психологічному аспекті, покращенню військової діяльності та зорієнтовані наданню солдатам і командирам психологічної допомоги, з метою піклування про психологічне здоров'я особового складу. Зокрема, функціонування психологічної служби відбувається у трьох напрямках: а) підтримці бойової готовності військовослужбовців, їх підготовленості до несення військової служби у мирний час, і відповідно під час війни; б) надання адресної психологічної допомоги воїнам, що передбачає впливи на конкретну особливість воїна та їх своєчасність; в) забезпечення надання спеціальної допомоги, якої потребують військовослужбовці в умовах бойових дій, війни [40].

Означені напрями діяльності військових психологів конкретизуються у конкретних завданнях. Зокрема, це а) проведення психологічної експертизи щодо профпридатності воїнів, щоб найбільш раціонально їх розподілити за військовими спеціальностями; б) психологічний супровід різних видів військової діяльності, щодо психологічної готовності до їх виконання солдатами; в) аналіз мікрогруп у військовому підрозділі; г) профілактика девіантних форм поведінки, суїцидних тенденцій; д) надання психологічної допомоги військовослужбовцям, а також їх рідним і близьким; е) реабілітація воїнів після участі у бойових діях, отримання бойового стресу; є) зняття психоемоційної напруги перед виконанням морально-вольових якостей військовослужбовців. Як зазначає автор – це далеко не новий перелік завдань, які постійно виникають перед психологом у військових частинах [67, с. 32].

Зокрема існують розробки під егідою Міністерства оборони України щодо діяльності військового психолога. Колектив авторів у складі Н. Агаєва, О. Скрипкіна, А. Дейко та ін. розподілили напрями роботи на чотири складові [2]. Так, перший напрям передбачає діяльність психолога, пов'язана із

профвідбором військовослужбовців. Другий напрям, пов'язаний із роботою, що передбачає здійснення психологічної підготовки військовослужбовців (що передбачає загальну оцінку готовності до виконання бойових завдань і несення служби). Третій напрям роботи передбачає супровід психологом підрозділу військовослужбовців під час виконання певних завдань. Четвертий напрям передбачає виконання військовим психологом функцій психологічної допомоги у різних ситуаціях підрозділу (навчання, бойові дії, реабілітація тощо). При цьому автори відмічають, що кожен із напрямів передбачає використання фахівцем різних способів задля досягнення мети, яка поставлена перед психологом.

Так, В. Криволапчук наголосив, що в умовах військового стану та агресії Росії щодо України з'явилися нові виклики, щодо діяльності психологів, які належать до секторів безпеки й оборони держави. Зокрема автор виділив наступні: а) вдосконалення взаємодії психологів різних відомств; урегулювання питань взаємодії між цивільними психологами та психологами, які підпорядковані силовим відомствам у питаннях надання психологічної допомоги ветеранам військових дій; супровід та надання психологічної допомоги людям, які перебували у полоні чи зазнали тортур, насилля тощо; надання допомоги психологами працівникам поліції, які здійснюють ексгумацію тіл; забезпечення психологічного супроводу працівникам правоохоронних органів, що проводять слідчо-оперативні дії щодо колабораціоналістів; проведення психоедукації у військових підрозділах, відомстві, що стосуються наслідків сучасної війни. На думку автора реалізація означених напрямів сприятиме підтримці психологічного здоров'я військовослужбовцям [25, с. 104].

О. Марченко наголошує на необхідності отримання психологічної допомоги силовикам, що пов'язано із погіршенням їх психічного стану. Зокрема, дослідниця звертає увагу на наступні показники: а) психофізіологічні, що пов'язані із погіршенням власного самопочуття, появою психосоматичних симптомів; б) поведінкові, що проявляються у змінах мотивів, мотивування дій,

стратегій поведення, розладами у взаєминах із навколишніми, сім'ями; в) ефективні, що виявляються у неочікуваній агресії, надмірній збудливості, загостреній чутливості; г) пізнавальні, які вказують на негаразди у свідомості, внутрішній картині світу, представлені негативні міркування, спогади травмуючих подій тощо [43, с.131]. Такі ознаки негативно впливають, на думку авторки, на стан здоров'я в цілому психічного зокрема, що потребує соціально-психологічного обстеження всіх силовиків.

В. Світличний у цьому контексті зазначив, що станом на сьогодні відбуваються кардинальні зміни у професійній самоідентифікації психологів. При цьому він вказує, що цьому сприяють 5 проблем сучасності: трансформація уявлень про фахові зобов'язання психологів; виникнення абсолютно нового психотравматичного інструментарію (технологій); зростання ролі психічного здоров'я людини, уваги до фахового зростання; наявний спектр можливостей навчання і розвитку збагачується, розширюється; змінюється ракурс конфіденційності у діяльності психологів, що в цілому має вплинути на ефективність надання психологічних послуг. [55, с. 197].

Водночас В. Бриндіков наполягає на тому, що варто впроваджувати комплексний підхід у вирішенні проблеми психологічного здоров'я силовиків і військовослужбовців зокрема. При цьому дослідник наголошує, що основою такого підходу є допомога поєднання окремих видів реабілітаційних послуг, серед яких основними є: соціальні, психологічні, медичні, педагогічні. У такому поєднанні основою стануть ефективні технології, а також і методи, що мають оптимально використовуватися. При цьому автор їх позначає як інноваційні [12,с. 34]. Такий комплексний підхід надасть змогу військовослужбовцям не лише відновитися, але й віднайти у собі внутрішні ресурси для майбутнього життя.

В. Ковтун зазначив, що проблеми, які виникли у зв'язку із військовою агресією виявили певну неготовність з боку фахівців щодо їх вирішення, що підкреслює на думку автора, важливість вдосконалення психологічної служби всього ланцюжка цивільних практичних психологів і військових у тому числі

[56]. На його думку дуже гостро постало питання ефективних технологій впливу.

Так, дослідники проаналізували діяльність психологічної роботи у силових структурах, зокрема в Національній гвардії України, порівнюючи її з існуючими аналогічними видами діяльності в ЗСУ (Збройних силах України), в Державній прикордонній службі, при відділах працівників міністерства надзвичайних ситуацій. Так, основними завданнями, на які звернули увагу дослідники, роботи психолога є: а) аналіз факторів, що впливають на особовий склад у ході виконання ними завдань за призначенням; б) робота зі стійкістю військовослужбовців; в) проведення профвідбору військовослужбовців з метою комплектування розділів, підрозділів тощо; г) надають психологічну підтримку в ході несення військової служби в різних умовах, в тому числі й в бойовій обстановці; д) здійснюють роботу щодо профілактики та піклування психотравми у військових; е) вивчають соціально-психологічні процеси у колективах військ; є) слідкують та проводять заходи щодо підтримки морального стану, мотивації, психоемоційного стану військових [22].

Так, О. Колесніченко вказує, що психологічне забезпечення у військах за рахунок наступних компонентів: моніторингу психоемоційного стану силовиків, підготовки військових до несення служби, здійснення супроводу під час бойових дій, надання допомоги під час реабілітації особам із психотравмуючим досвідом.

Натомість Д. Горбенко, аналізуючи функціонування психологічної служби у Національній поліції, дійшов висновку, що тут (функціонування) діяльність фахівців відбувається за специфічними напрямками. Зокрема вивчення особового складу за формалізованими методиками, використанням інноваційних методів у психологічній підготовці особового складу; проведення заходів психопрофілактики й психореабілітації після перебування у екстремальних умовах; підтримка психологічного клімату; психологічний супровід несення служби поліцейськими [22].

Науковці стверджують, що функціонування психологічної служби у прикордонників (ДПС України) передбачає охоплення військового й цивільного контингенту. При цьому психологічне забезпечення передбачає: підтримання найбільш дієвої працездатності контингенту, сприяння зростанню показників ефективної діяльності під час несення служби, забезпечення нормального психоемоційного стану прикордонників, проведення заходів зі збереження психологічного здоров'я контингенту, профілактика деформації особистості прикордонниками у професійному плані [7]. Разом із тим дослідник стверджує, що практичні психологи в означеній галузі психопрофілактичні заходи з особовим складом, здійснюють професійно-психологічну підготовку осіб, забезпечують психологічну просвіту й надають консультативну роботу. Щодо структури психологічної служби, то її утворюються офіцери психологи при різних структурах прикордонної служби, в тому числі й при факультетах ЗВО означеної галузі.

Разом із тим, психологічна служба функціонує і при галузі ДСНС. Так, В. Панок [42] відмічає, що фахівці психологічної служби сприяють забезпеченню надійності особового складу, здійснюють психологічний супровід несення служби працівників, вивчають і підтримують здорову психологічну атмосферу у спільноті працівників, проводять профілактику негативних емоційних станів, а також надають допомогу постраждалим у надзвичайних ситуаціях. При цьому психологічне забезпечення ДСНС полягає у професійній орієнтації і відборі працівників, у психологічному супроводі працівників, у визначенні потенційному фахівців, у підтримці здорового (сприятливого) мікроклімату в підрозділах, у сприянні формування психологічної готовності у працівників до здійснення професійних обов'язків у ході ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій.

Психолог при Національній гвардії України здійснює наступні напрями: проводить психологічний відбір кандидатів на службу у даній галузі, здійснює професійно-психологічну підготовку силовиків з метою формування морально-вольових якостей. Тут основою є психологічна просвіта, надання допомоги

навчання вмінь надавати самодопомогу, здійснення психологічного супротиву бійців екстремального профілю. Загалом означені напрями роботи передбачають формування у силовиків моральної готовності та активності для виконання ними завдань у екстремальних умовах або в бойовій обстановці з метою запобігання розвитку негативного психоемоційного стану, дотримання високого рівня психологічної безпеки (у працівників) у контингенту цього силового відомства [55], стверджують О. Колесніченко й О. Тімченко та ін.

Таким чином, психологічна служба є досить затребуваним явищем у силових структурах, Основним її призначенням є надання психологічної допомоги контингенту осіб , що загалом переслідує дві мети: найбільш ефективно виконання представниками силових структур військових завдань за призначенням, а також турбота щодо підтримання психологічного здоров'я. Означена друга ціль розуміється психологом через підтримання необхідного психологічного стану, налаштування військовослужбовця на виконання завдань за призначенням надання психологічної підтримки у плані зниження психоемоційної напруги (робота з травмами, горем тощо). Водночас перша частина цілі передбачає профілактичну та профорієнтаційну роботу, а також формування у військовослужбовців морально-вольових якостей, що сприяє більш ефективній діяльності силовика за певною спеціальністю у певному підрозділі. Загалом психолог також здійснює супровід військовослужбовця під час несення служби в мирний час і під час бойових завдань. Станом на сьогодні психологічна служба функціонує при Національній гвардії України, Національній поліції, Державній прикордонній службі України, при різних родах військ ЗСУ. В умовах військової агресії попит на психологічну допомогу зріс і значно почали розширюватися проблеми, з якими звертаються військовослужбовці. При цьому основна форма надання психологічної допомоги психологом – це використання різних технологій, що поєднують у собі діагностичні, інтерпретаційні й корекційні складові.

1.2. Особистісні риси військового психолога як основа психологічного орієнтування фахівця у сучасних питаннях надання кваліфікованої допомоги

У сучасних соціально-економічних умовах зростають вимоги до фахівців, які працюють, насамперед, із людьми. Так, О. Кокун, відмічає, що такі вимоги стосуються, перш за все, їх професійної діяльності, та, водночас, і їх активності та зобов'язань у плані професійного зростання, тобто становлення особистості професіонала [27, с. 7], що, нерідко, у сучасних умовах є достатньо формальним. Разом із тим, автор відмічає, що таке ставлення призводить до стихійних процесів у цій сфері, а самі фахівці не можуть достатньо добре орієнтуватися у тих проблемах, що характеризують сучасний стан суспільства. Відповідно, ефективність діяльності професіонала стає цілком залежною від наявності у нього певних особистісних якостей

Так, К. Крикля підкреслює, що на сучасному етапі розвитку надзвичайно важливим є питання особистості фахівця. При цьому авторка вказує й на головні, з її точки зору, особистісні властивості, що визначають успішність фахової діяльності. Зокрема, до таких ознак вона відносить професійну спрямованість, досвідченість (компетентність), найбільш основні риси для конкретної сфери діяльності, а також і готовність до подальшого професійного вдосконалення. Разом із тим, дослідниця відмітила, що основним критерієм перелічених ознак є професійне самоставлення особи до себе як до фахівця певної галузі, зокрема практичного психолога. Також дослідник означена ставлення розуміє як динамічну систему, що ґрунтується на порівнянні (самооцінці) мотивів фахової діяльності зі своїми індивідуально-психологічними властивостями [30, с. 411].

У цьому контексті Ю. Паршина вказує, що існують достатньо універсальні, проте важливі, якості особистості фахівця. Зокрема до них авторка віднесла: а) основні, серед яких самоконтроль, відповідальність, а також професійна самооцінка, що входить до структури свідомості

професіонала: б) допоміжні, до яких вона віднесла стійкість до афектів, тривожність, ставлення до ризиків, емоційну врівноваженість. Проте авторка відмічає тут достатню умовність такого поділу, оскільки здатність правильно (адекватно) оцінити свої можливості за певних обставин дозволяє ефективно виконувати професійну діяльність, однак в у мовах невизначеності (екстремальності) на перший план виступає здатність до саморегуляції, що відноситься до емоційно-вольової сфери особистості [48, с. 79].

Так, М. Марценюк звертає увагу на особливості комунікації психолога-практика та її складових. На її думку, це найбільш значущі риси фахівця означеної галузі, оскільки вони передбачають цілісне сприйняття суб'єкта, орієнтування в обставинах ситуації, розуміння внутрішньої позиції клієнта, що супроводжується емпатією, ерудованістю, інтелектуальністю психолога, проявами поваги до особистості клієнта, виявами доброти, вміннями самоаналізу та саморозвитку, вміннями саморегуляції, а також тактовною і ввічливою взаємодією із людьми при наданні психологічної допомоги (встановлення контакту, вміннями слухати, формувати довіру до себе, вирізнятися оптимістичним світосприйняттям тощо) [33, с. 377].

Т. Дуткевич, слідом за іншими дослідниками, вважає, що існує низка важливих якостей для фахівця практичної психології, які визначають успішність його професійних дій і надання кваліфікованої допомоги. Зокрема вона вказує на ті властивості, які, насамперед, стосуються емоційної сфери. Так, авторка до них відносить гуманістичне світосприйняття, мотивація до фахової діяльності (високий рівень), домінування пізнавальних і емоційних спонук під час взаємодії із клієнтами, налаштованість на конструктивне співробітництво, зорієнтованість на досягнення значущого результату. Поряд із означеними рисами, не менш важливими є рівень соціального й емоційного інтелекту, наявність розвиненої системи саморегуляції, можливість невимушено контактувати із клієнтами, а також здатність підтримувати контакт, бесіду та вміння слухати [19].

Науковці А. Москальова, А. Власенко, аналізуючи дослідження фахівців у цьому питанні, вказують, що серед низки професійних якостей особливої ваги набувають властивості емоційно-вольової сфери особистості. При цьому автори наголосили, що серед означених якостей домінують співчуття, людяність, а також доброзичливість. Означені особистісні властивості мають альтруїстичну (гуманістичну спрямованість). Разом із тим, дослідники вказують і на суто вольові риси особистості практичного психолога, серед яких вони виділяють організованість, працелюбність, терпимість, виваженість, а також й певною мірою ініціативність [37, с. 131]. Водночас, автори вказують, що у сучасних дослідженнях існує тенденція зростання базових професійних рис особистості психолога та групування їх за особистісними сферами, зокрема інтелектуальної, емоційно вольової, мотиваційної.

Достатньо своєрідним у цьому контексті є підхід Н. Пов'якель, яка всі важливі риси особистості психолога розподілила на п'ять блоків. Зокрема у першому з них, розміщені суто професійні риси, серед яких є нормальна самооцінка, терпимість, чутливість, емпатія, а також відсутність негативних станів. Другий блок рис утворюють вміння, що дозволяють уважно слухати, презентувати власні міркування, налагоджувати контакти, іншими словами, перцептивно - комунікативні. Третій блок стосується професійного мислення практичного психолога та його утворюють вміння, пов'язані з аналізом особистості клієнта, а також рефлексією і прогнозом діяльності. Четвертий блок утворюють суто психофізіологічні ознаки, які визначають характеристики нервової системи, зокрема її пластичність, гнучкість і стійкість у стресогенних ситуаціях. Останній, п'ятий, блок, становлять здібності, що визначають організаторські й акторські вміння [50].

Питання особистісних рис військового психолога набуло поширення у контексті наукової проблеми формування іміджу фахівця. Зокрема В. Алещенко, наголосив на тому, що імідж офіцера, зокрема психолога, серед військовослужбовців формується на основі його здатностей і вмінь виконувати покладені на нього зобов'язання і функції в екстремальних ситуаціях: надавати

допомогу [4, с. 7]. Проте, на думку дослідника, власне цей імідж офіцера-психолога у сучасних умовах перебуває на стадії формування[5].

Подібної думки дотримується у цьому питанні й В. Торічний, який вважає, що на формування професійного іміджу фахівця більшою мірою впливає сучасне навколишнє середовище. При цьому важлива роль у його формуванні належить саме категорії військових психологів, що презентують себе у розв'язанні того виду проблем, які постають перед військовослужбовцями. Саме тому, згідно думки дослідника, основною ознакою фахівця психологічної служби військового підрозділу має бути його професійна гнучкість у розв'язанні проблем, з якими до нього звертаються воїни або члени їх родин. Разом із тим, фахівець психологічної служби має виявляти готовність до саморозвитку, вміти себе презентувати, демонструючи тим, хто його оточує найбільш важливі професійні риси. Також у військового психолога має бути розвинене вміння осмислювати обставини у яких він перебуває шляхом рефлексії, погляду зі сторони [63, с.].

Такі українські дослідники як О. Чебикін, С. Астрейко, визначаючи суть іміджу практичного психолога, вказують, що основним чинником його появи та формування є погляди конкретної групи людей, їх очікування щодо функцій, а також можливостей надавати кваліфіковану допомогу. При цьому цей образ, за твердженням дослідників, має емоційне забарвлення, тобто характеризується як привабливий, проте має дві площини – соціальну й особистісну. Разом із тим, автори вказують, що сама динаміка формування такого образу (іміджа) фахівця психологічної служби залежить від поєднання трьох аспектів. Зокрема перший – ідеальний образ (очікування певної соціальної групи), натомість другий – власне реальний, що поєднує у собі всі переваги та недоліки фахівця, а третій – це створений образ у свідомості більшості людей, внаслідок будь-якої інформаційної кампанії у соціумі. Тому, науковці стверджують, що достатньо розповсюдженим явищем є не співпадіння поглядів на особистісно значущі риси фахівця психологічної служби. Зокрема, у їх дослідженні було з'ясовано, що важливу роль відіграють наявність відповідальності, культури поведіння

у соціумі, врівноваженість в емоційному плані, а також приваблювати на емоційному рівні до себе людей [65].

Так, Ю. Живоглядов допускає, що власне особистісні якості офіцера-психолога сприяють успішному виконанню ним професійної діяльності, оскільки вони безпосередньо залежать від тих обставин, складнощів що супроводжують його в надзвичайних умовах (бойовій обстановці). Так, український дослідник Ю. Бойко - Бузиль розглядає нинішнього військового психолога як представника сучасної прикладної практичної психології, зокрема військової, яка, на думку дослідника, наразі є найбільш актуальною. При цьому, науковець наголошує на тому, що головним фігурантом цієї сфери є особистість фахівця, що має надати кваліфіковану допомогу тим, хто її потребує. Також автор зазначив, що власне особистість психолога, у тому числі й військового, відрізняється своєрідними ознаками (властивостями, якостями) та внутрішньою картиною світу [10, с. 34].

На думку А. Диндиної, фахівець сфери практичної психології має володіти добре розвиненими вміннями, що дозволяють йому скористатися у роботі найбільш інноваційними методами. При цьому авторка, поряд із означеними вміннями та навичками, вказує на розвинену емпатію військового психолога, його фахового етику, а також компетентність і налаштованість на виконання своїх професійних обов'язків. Також, не менш важливою здатність для фахівця, є вміння розуміти належність кожної людини до певного соціального пласту та культури, релігії та вірувань [17, с. 103]. Отже, авторка звертає увагу, окрім досвідченості, на вміння використовувати інноваційні форми роботи, на емпатію та на особливе розуміння контингенту клієнтів.

А. Шумейко вважає імідж офіцера-психолога одним із основних засобів соціально-психологічного впливу на певну соціальну групу (військових). При цьому, на його думку, – це своєрідна установка соціуму щодо наявності необхідних професійних рис фахівця. Трансформуючись у свідомості військового психолога вона сприяє активізації особистісних ресурсів для формування означених рис. А. Шумейко розробив концепцію іміджу офіцера-

психолога. При цьому автор вважає, що формою фахового іміджу є прояви професійної самореалізації та самопрезентації психолога. Його утворює взаємодія між військовим підрозділом (очікування, що виникають в залежності від специфіки військових) і внутрішніх особистісних чинників фахівця-психолога, зокрема сукупності компетенцій, сформованих значущих якостей і властивостей, а також соціально-рольових ознак (соціального статусу офіцера-психолога) [66].

При цьому дослідник вважає, що весь імідж офіцера психолога буде проявлятися у найбільш важливих аспектах професійної діяльності, зокрема у поведінці, стосунках, у професійній ідентичності, у ставленні до військових, колег, під час кризових ситуацій, в особливостях мовлення (термінологія), у конфіденційності, у предметному середовищі (кабінеті), у рисах особистості, у ціннісних орієнтаціях, у морально-вольових якостях, у патріотичних почуттях, а також у організації й плануванні робочого часу [66, с. 210]. Разом із тим, науковець підкреслив, що в умовах практичної фахової діяльності саме імідж офіцера психолога є основою набуття ним професіоналізму у аспекті використання найбільш доцільних форм роботи.

Таким чином, основою успішної фахової діяльності офіцера-психолога є наявність у нього певних професійно важливих якостей. Доведено, що особистісні якості офіцера-психолога сприяють успішному виконанню ним професійної діяльності, оскільки вони безпосередньо залежать від тих обставин, складнощів що супроводжують його в надзвичайних умовах. Серед важливих особистісних рис представлені відповідальність, розвинена емпатія військового психолога, самооцінка, толерантність, його фаховий етикет, організованість і зорієнтованість на виконання професійних обов'язків. Важливим у цьому сенсі є імідж військового психолога, тобто своєрідна установка щодо сформованості необхідних професійних рис у фахівця, які трансформуючись у його свідомості, сприяють активізації особистісних ресурсів. Доведено, що імідж офіцера психолога буде проявлятися у найбільш суттєвих аспектах професійної діяльності, зокрема у його поведінці, стосунках,

у професійній ідентичності, у ставленні до військових, під час кризових ситуацій, в особливостях мовлення, у конфіденційності, у рисах особистості, у ціннісних орієнтаціях, у морально-вольових якостях, у патріотичних почуттях, а також в організації й плануванні роботи. В умовах практичної фахової діяльності саме імідж офіцера психолога є основою набуття професіоналізму у плані добору найбільш дієвих форм роботи.

1.3. Психологічна готовність і компетентність військового психолога як основа психологічного орієнтування фахівця у сучасних питаннях надання кваліфікованої допомоги

Поняття психологічної готовності достатньо актуальна на даному етапі розвитку психологічної науки. У найбільш загальному розумінні – це стан, у якому поєднані різні психологічні чинники, що викликають у людини налаштованість на дії, на ефективне виконання діяльності. При цьому до переліку факторів нерідко відносять мотиви, вміння і навички, властивості нервової системи, емоційні та вольові якості тощо. Також саме поняття (зміст) психологічної готовності визначається достатньо неоднозначно. Це може тлумачитися як здібності, як риса особистості, як здатність до саморегуляції або адаптації, що відноситься дослідниками, насамперед до пізнавальної й емоційно - вольової сфер особистості [62] .

Термін психологічна готовність безпосередньо відноситься до професійної діяльності. Так О. Кокун пропонує розрізняти тривогу й короткочасну готовність. При цьому дослідник прагне визначити її в осіб, що мають відношення до екстремальних видів діяльності, зокрема (військовослужбовців) силовиків і в тому числі військових психологів. У структурі означеного феномену науковець виділяє загалом 10 складових, 4 з яких є основними, а 6 відносять до функціональних елементів – тривала готовність. Натомість у короткочасній готовності лише 5 [27].

Водночас здатність до ефективної професійної діяльності розглядається і через феномен компетентності. Так, серед багатьох видів означеного феномену розрізняють і професійно-психологічну компетентність, що в цілому відображає індивідуальні характеристики особи, її можливості ефективно використовувати фахову діяльність або іншими словами відповідати вимогам, що постають у певній професійній діяльності. Зокрема виділяють у цьому утворенні 5 компонентів, серед яких ціннісно-мотиваційний, пізнавальний (або когнітивний), індивідуально-психологічний, а також і конативний [21, с. 46].

Також п'ять емітентів але різних за змістом виділяють у силовиків сучасні українські дослідники такі як Т. Саврасова-В'юн, В. Вишпольська. У всіх концепціях обов'язково є присутнім емоційно-вольовий комплекс і когнітивний, що, на думку дослідників пов'язані відповідно із саморегуляцією і професійними знаннями силовиків. Разом із тим, В. Вишпольська виділяє у сукупності елементів ще й комунікативний компонент, що є важливим у плані взаємодії, а також і функціональний, що визначає особливості реалізації особою найбільш основних фахових знань і практичних навичок роботи.

Н. Мілорадова, В. Шевченко пропонують наступну сукупність компонентів, які визначають професійно-психологічну компетентність представника силових структур, офіцера: комунікативний, спонукальний, операційний і емоційно-вольовий. При цьому зупинимось на аналізі насамперед, комунікативного й оперативного, зважаючи на тему нашого дослідження. Так комунікативний елемент безпосередньо визначає вміння взаємодіяти з іншими людьми, а оперативний – здатність ефективно реалізувати фахові вміння, які складають основу когнітивного компоненту. Разом із тим, емоційно-вольовий компонент сприяє швидкій орієнтації фахівців у надзвичайних ситуаціях. Означена позиція дослідників, з нашої точки зору, більшою мірою підходить для офіцера психолога [58, с.52].

Так В. Рибалко розглядає психологічну готовність до діяльності як особистісне утворення, що складається із сукупності елементів, взаємозв'язки між якими і утворюють цілісну структуру. Науковець вважає за доцільне

виділяти п'ять основних: а) потребово - мотиваційний(спонукальний); б) інформаційно-когнітивний; в) програмовий(цілеутворення, постановка цілей; г) операційно-результативний(продуктивний); д) емоційно- афективний[54]

У контексті особистісного підходу науковці тлумачать означений феномен у якості утворення у психіці особистості, як певний результат (підготовленість) до конкретної фахової діяльності. При цьому тут важливими вважаються наступні ознаки фахівця: впевненість, зібраність, організованість, стійкість до стресів, прагнення досягнути досконалення, вміння саморегуляції, емоційна врівноваженість, розвиненість почуттєвої сфери(зокрема емпатія), вміння доволно керувати психологічними пізнавальними процесами.

Також у психологічній науці існує й суто прикладний аспект дослідження психологічної готовності. Так О. Цільмак пропонує досліджувати професійно – психологічну готовність, що визначає здатність фахівця і є підґрунтям для ефективних, кваліфікованих, компетентних дій щодо виконання професійних функцій і взятих на себе зобов'язань під час цілеспрямованої діяльності [26]

Особливо цікавим для нашого дослідження є позиція В. Лефтерова, який підкреслює (відстоює) необхідність вивчати професійно-психологічну готовність фахівців, професійна діяльність яких кваліфікується як діяльність у екстремальних умовах. При цьому автор фіксує увагу на вміннях посолити себе у незвичайних умовах, які передбачають використання кмітливості, винахідливості, адаптованості до емоційних і фізичних навантажень, вмінь підтримувати працездатність, здійснювати волюву саморегуляцію, вміння досягати намічених результатів тощо. Отже, згідно концепції автора, основу професійно-психологічної готовності становлять вміння практичного змісту, які сприяють виваженому, спокійному й ефективному поведженні в екстремальних умовах.

І. Павелко пропонує модель професійно-психологічної готовності до діяльності, що відбувається в екстраординарних умовах. При цьому автор також пропонує п'ять елементів, серед яких нами було звернено увагу на інформаційно-пізнавальний, що відображає рівень опанування необхідними

формами та методами роботи, а також на емоційно-почуттєвий, що забезпечує вміння контролювати свій стан за надзвичайних і складних обставин, а також морально-вольові якості, що передбачає професія [46].

Разом із тим, автор пропонує розглядати й певні психофізіологічні якості осіб, які займаються силовими відомствами. Зокрема нами було звернено увагу на таку інтелектуальну рису, що передбачає узагальнення й прийняття рішень щодо використання необхідних форм роботи у критичних ситуаціях, що пов'язані із професійною відповідальністю.

Н. Сторожук, В. Гавриленко пропонують під компетентністю військового психолога розуміти розумові та особистісно-зумовлені соціально-психологічні ознаки спеціаліста військового фаху, які розкривають фахові можливості й особистісну налаштованість на ефективну діяльність з метою надання кваліфікованої психологічної допомоги у питаннях, що виникають у військовослужбовців. Означення утворення ґрунтується на професійних знаннях і досвіді й передбачає їх використання для обрання найбільш доцільних форм роботи. При цьому дослідники відмітили, що найбільш важливий чинник розвитку означеної компетентності є практичний досвід роботи за спеціальністю, особливо цінним, на думку авторів, є досвід використання сучасних інноваційних технологій, серед яких соціально-психологічний тренінг, ділові та рольові ігри [59, с.111]

Також існують погляди окремих науковців щодо меншої кількості елементів, що утворюють структуру компетентності військового психолога. Так Н. Пилипенко пропонує три таких елемент, зокрема когнітивний, чуттєвий (афективний), креативний. При цьому авторка наголошує, що лише високий рівень розвиненості цих елементів дозволяють в цілому говорити про ефективну допомогу військового психолога. При цьому авторка робить особливий акцент на практиці вміння, оскільки саме означені вміння визначають здатність фахівця використовувати найбільш доцільні й ефективні форми роботи [49, с.143], особливо тоді, коли необхідно надавати допомогу у кризових ситуаціях. Також авторка переконана, що військовий психолог

повинен опанувати декілька, найбільш дієвих методів із різних психологічних підходів, оскільки одного підходу не вистачає.

Також у підході М.Розової також виділяється три основних елемента у структурі компетентності, зокрема змістовний, проблемно практичний і комунікативний. При цьому автори даної концепції пояснюють, що на основі змістового елементу відбувається комплексний аналіз обставин ситуації, щодо другого компоненту, то на його основі відбувається опрацювання проблеми на основі певний форм роботи. Третій елемент забезпечує комунікацію між всіма учасниками процесу надання допомоги. Подібним щодо кількості елементів у структурі компетентності є погляди М.Забрудського. У його концепції мають місце спонукальний професійний і діагностичний елементи. Як бачимо, автор професійні знання і вміння виділяє у контексті фахового елемента. І, саме цей елемент, на думку автора, визначає спрямованість інших двох, об'єднує їх навколо себе.

Натомість Н.Мась пропонує розглядати компетентність військового психолога крізь призму єдності елементів, що окремо розглядаються як компетенції фахівця(самостійні складові). При цьому автор виділяє наступні складові у структурі феномену : мотиваційному, когнітивному, етично-професійну й особистісно регулятивну, розкриваючи при цьому їх зміст. Зокрема у змісті когнітивної компетенції автор пропонує розглядати три напрями: належні знання у військовій галузі, особливості професійного мислення (саме це мислення сприяю пошуку ефективних методів для розв'язання ситуацій при наданні допомоги) та специфічні знання, вміння та практичні навички, які і визначають особливості застосування конкретних форм роботи з проблемою. Також важливим є у цьому плані етично-професійна компетенція, що забезпечує дотримання наукового підходу в процесі використання методів і реалізації в роботі комплексного підходу [34, с.115]. При цьому автор пропонує розглядати значущі якості фахівця як свого роду особистісний потенціал для професійного зростання. До таких особистісний властивостей він відносить особливості інтелектуальних процесів, емоційно

вольові, у тому числі й моральні, а також і організаторські здібності. Все це у сукупності й визначає ефективність надання кваліфікованої допомоги військовим психологом.

В. Ягупов при цьому наголошує, що компетентність (її основні складові становить основу професіоналізму офіцера, зокрема й військового офіцера психолога). При цьому автор наступні складники професіоналізму: а) суб'єкту досвідченість ; б) військово-професійну досвідченість; в) фахову досвідченість; г) розвиненість рис характеру, враховуючи професію, військову спеціальність; д) розуміння цілей діяльності та свого призначення; е) опанування сучасними формами роботи (технологіями); є) незалежність від зовнішніх чинників; ж) ефективність діяльності. Всі перелічені складники дозволяють розглядати особистість і фахівця військової справи як єдине ціле, як конкретного професіонала своєї справи.

Таким чином, психологічна готовність до професійної діяльності військового психолога розглядається як комплексне утворення в структурі особистості, що визначає налаштованість на виконання фахових функцій і зобов'язань. Це свого роду емоційний стан впевненості у своїх силах і можливостях у виконанні професійних завдань, викликів, що диктує сьогодення. Головними утвореннями у структурі є мотиви, ціннісні орієнтації, а також важливі у психологічному сенсі риси особистості. Зазвичай дослідники виділяють п'ять елементів у цьому феномені й розрізняють психологічну готовність із професійно-психологічною. Остання відображає прикладну спрямованість на певний фах. Одним із напрямків такої спрямованості є компетентність фахівця. Компетентність військового психолога розглядається як цілісний феномен, що дозволяє ефективно діяти у екстремальних ситуаціях, надаючи при цьому кваліфіковану допомогу. Дослідники виділяють при цьому від 3 до 4 компонентів. Особливу увагу нами було звернено на професійну компетенцію, що дозволяє(опанувати) комплексно проаналізувати ситуацію, вичленити проблему, обрати найбільш доцільні форми роботи для впливу на ситуацію, а також емоційно-вольову компетенції, що становить основу

саморегуляції та виконання професійних функцій у нестійких, кризових ситуаціях. Отже, психологічною основою реалізації професійних функцій військовими офіцерами-психологами є професійно-психологічна готовність і професійна компетентність.

Висновки до розділу 1

Психологічна служба є досить затребуваним явищем у силових структурах, Основним її призначенням є надання психологічної допомоги контингенту осіб, що загалом переслідує дві мети: найбільш ефективно виконання представниками силових структур військових завдань за призначенням, а також турбота щодо підтримання психологічного здоров'я. Станом на сьогодні психологічна служба функціонує при Національній гвардії України, Національній поліції, Державній прикордонній службі України, при різних родах військ ЗСУ. В умовах військової агресії попит на психологічну допомогу зріс і значно почали розширюватися проблеми, з якими звертаються військовослужбовці. При цьому основна форма надання психологічної допомоги психологом – використання різних технологій, що поєднують у собі діагностичні, інтерпретаційні й корекційні складові.

Основою успішної фахової діяльності офіцера-психолога є наявність у нього певних професійно важливих якостей. Доведено, що особистісні якості офіцера-психолога сприяють успішному виконанню ним професійної діяльності, оскільки вони безпосередньо залежать від тих обставин, складнощів що супроводжують його в надзвичайних умовах. Серед важливих особистісних рис представлені відповідальність, розвинена емпатія військового психолога, самооцінка, толерантність, його фаховий етикет, організованість і зорієнтованість на виконання професійних обов'язків. Важливим у цьому сенсі є імідж військового психолога, тобто своєрідна установка щодо сформованості необхідних професійних рис у фахівця, які трансформуються у його свідомості, сприяють активізації особистісних ресурсів. В умовах практичної фахової діяльності саме імідж офіцера психолога є основою набуття професіоналізму у плані добору найбільш дієвих форм роботи.

Психологічна готовність до професійної діяльності військового психолога розглядається як комплексне утворення в структурі особистості, що визначає налаштованість на виконання фахових функцій і зобов'язань. Це свого роду емоційний стан впевненості у своїх силах і можливостях у виконанні

професійних завдань, викликів, що диктує сьогодення. Головними утвореннями у структурі є мотиви, ціннісні орієнтації, а також важливі у психологічному сенсі риси особистості. Зазвичай дослідники виділяють п'ять елементів у цьому феномені й розрізняють психологічну готовність із професійно-психологічною. Остання відображає прикладну спрямованість на певний фах. Одним із напрямків такої спрямованості є компетентність фахівця. Компетентність військового психолога розглядається як цілісний феномен, що дозволяє ефективно діяти у екстремальних ситуаціях, надаючи при цьому кваліфіковану допомогу. Особливу увагу нами було звернено на професійну компетенцію, що дозволяє комплексно проаналізувати ситуацію, вичленити проблему, обрати найбільш доцільні форми роботи для впливу на ситуацію, а також емоційно-вольову компетенції, що становить основу саморегуляції та виконання професійних функцій у нестійких, кризових ситуаціях.

РОЗДІЛ 2. ІННОВАЦІЙНІ ФОРМИ РОБОТИ ВІЙСЬКОВОГО ПСИХОЛОГА У АСПЕКТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ОРІЄНТУВАННЯ У СИЛОВИХ СТРУКТУРАХ

2.1. Форми роботи психолога в силових структурах.

Загалом функції психолога при силових структурах покладено на офіцерів – психологів, які мають діяти в єдиному напрямі спільно з командирами підрозділів початкової ланки . Так у нормативному документі [3], що потрібно достатньо ефективно організувати надання першої психологічної допомоги, оскільки її позитивний результат сприятиме досягненню бойовим підрозділом поставлених цілей. Разом із тим, така допомога (форма) зорієнтована на: а) переборення силовиками кризових психічних станів; б) приведення до нормальних показників емоційної стабільності, витривалості та стійкості військових щодо дії стресових факторів під час бойових дій (екстремальної ситуації); в) приведення в норму психологічної готовності військовослужбовців для виконання ними поставлених завдань. При цьому означена форма допомоги(першої) відбувається на основі трьох етапів. Зокрема перший спрямований на те, щоб з'ясувати теперішній стан військового, тобто діагностувати . Другий – наданні первинної психологічної допомоги. Третій етап передбачає надання психологічної допомоги та здійснення супроводу окремого силовика або групи.

Також у цьому документі зазначено, що психологічна допомога має нести комплексний характер інструктивно-методичних матеріалах зазначено про необхідність організації психологічної підготовки військовослужбовців. Зокрема вказано, що основна мета такої діяльності офіцера психолога передбачає виховання найбільш досконалих рис у військовослужбовців у відповідності із сучасними бойовими діями [3]. Також у документі зазначено, що психологічна підготовка реалізується через: форми навчання і форми власне підготовки (психологічної). При цьому відмічено, що ці означені форми

доповнюють одна одну у процесі бойової підготовки військовослужбовців. Психологічна підготовка бійців й офіцерів у контексті психологічного забезпечення військ спрямована на набуття силовиками (військовими) необхідного досвіду, взаєморозуміння у підрозділах, що в цілому сприяють формуванню готовності до участі в бойових діях, прояву стійкості до чинників стресу в реальному бою, а також і інших факторів негативного плану [36].

Основними формами підготовки військовослужбовців у контексті психологічної підготовки до військових дій вважаються психологічна просвіта та заняття, які пов'язані з предметами бойової підготовки. Так психологічна просвіта передбачає поширення серед особового складу знань із практичної психології, щоб останні зрозуміли суть поведінки в екстремальних умовах, усвідомили можливі способи саморегуляції під час бойових дій, а також і можливість надати психологічну допомогу іншим. Натомість заняття, як форма психологічної підготовки, передбачає використання тренінгу, прийомів саморегуляції, технік релаксації, а також і діагностику психологічного здоров'я і поведінки. Також методами означених форм можуть бути лекції, у яких відкрито демонструють як надавати першу допомогу (психологічно), різного роду тренінги, елементами яких можуть бути вміння самодопомоги або саморегуляції, а також різні етапи групової терапії.[25]

Зокрема важливою особливістю психологічної просвіти є її спрямованість на запити певного контингенту та донесення до нього найбільш актуальних знань із психології, що загалом сформує стійку потребу їх засвоєння та використання. Так, З. Кісарчук зазначає, що психологічна просвіта для Збройних сил України визначається наступними завданнями: виховання цікавості до знань військової психології; збагачення знань військовослужбовців про стосунки у колективі, про психологічний клімат у спільноті (підрозділі), про можливості особистості та її психічні риси, властивості, а також здатність до саморегуляції. При цьому важливими є також знання про психологічні стани та способи їх подолання. При цьому дослідник зазначає, що на основі просвіти у військових має сформуватися стійка потреба їх використовувати для своєї

безпеки. Разом із цим авторка акцентує увагу, що у ЗС можна скоротитися для просвітницької діяльності цілою низкою форм, зокрема лекціями, семінарами, бесідами, консультаціями, а також і тренінгами. Означені форми за своїм характером є груповими[53].

Натомість В. Поливанюк, О. Сворт схильні практикувати психологічну підготовку військовослужбовців більш широко. Зокрема в означене поняття вони включають три основні напрями: робота, яка дозволяє військовим адаптуватися до бойових умов, тобто сприймати всі складові, чинники, як звичні та знайомі; опанування особовим складом практичними вміннями й навичками, які дозволяють переносити психологічні навантаження у ситуації бою, формування у військових вмінь легко переключатися та підлаштовувати(перебудовувати) власну психіку до певної ситуації (бій, розвідка) [36].

Разом із тим дослідники розділяють форми психологічної підготовки на три види, зокрема на психологічну просвіту, на заняття із певних предметів підготовки бійців до ведення бою, на спеціальні форми. При цьому вони вказують і на спрямування означених форм. Так психологічна просвіта має забезпечити орієнтування військових у бойовій обстановці та можливостях свідомої регуляції своєї поведінки у цих умовах. Натомість заняття з предметів, які становлять основу бойової підготовки особового складу передбачають розвиток найбільш необхідних рис і психологічних станів. Спеціальні форми містять у собі низку складових, які дозволяють закріплювати вміння та навички, досвід на особистісному рівні, зокрема це психологічні вправи, навички емоційної і вольової саморегуляції, консультування з різних питань. [3]

Також психологічна підготовка поділяється на три види, зокрема на загальну, спеціальну й цільову. [67] При цьому у першому виді акцентується увага на загальних морально-психологічних властивостей особового складу всіх родів військ, спеціальна акцентує увагу на найбільш специфічних властивостях певного роду військових сил, які зумовлюють функціонування довготривалої

готовності до ведення бойових дій. Натомість цільова підготовка формує ті якості, яких потребує виконання конкретного завдання.

Також дослідники вносять рекомендації: якими саме методами здійснювати означені види підготовки. Акцент робиться на наступні способи: переконання (різновидами яких є логічні й психологічні доведення, перші апелюють до факторів, а другі до почуттів, мотивів), заохочення, покарання або осуду і метод ідеомоторного тренування (що дозволяє довести рухи до автоматизму, що також дозволяють діяти в екстремальних умовах).

Просвіта реалізується в контексті підготовки командирів і особового складу, розділу, підрозділу до бойових дій, а також може відбуватися і в ході звичної життєдіяльності. Його зміст може реалізуватися у формі бесід, лекцій, різноманітних практикумів, тренінгів, групового консультування осіб, які звернулися з приводу окремих питань. Також формами психологічної просвіти можуть бути різні виставки, демонстрування кінофільмів з психологічною тематичною, а також соціально- психологічний або психофізіологічний тренінг.

Проте, основною складовою діяльності психолога у силових структурах є надання ним психологічної допомоги військовослужбовцям. Так, психологічна допомога у науці розглядається як комплекс заходів, які зорієнтовані на профілактику або подолання різних психологічних ускладнень, кризових станів у військовослужбовців, членів їх родин, на розв'язання психологічних проблем окремо взятої особи [21]. Разом із цим означений напрям діяльності військового психолога є найбільш складним. У ході надання такої допомоги можуть вирішуватися низка завдань. Зокрема робота з кризовими станами військовослужбовців, підтримання найбільш оптимальної готовності до дій, до виконання завдань в будь-якому моменті, служби, а також психологічна реабілітація військових під час військових дій після отримання бойової травми. Варити відмітити, що станом на сьогодні, найбільш затребуваною є саме цей напрям – надання психологічної допомоги.

Так А. Романишин, А. Неурова зауважують, що власне психологічна допомога є впорядкованою системою, яка передбачає використання сукупності

форм і методів, які спрямовані на відновлення у військовослужбовців функції, що були порушені, психоемоційного стану, а також здійснення моніторингу психологічного й психофізіологічного в особового складу (експертизи), щоб з'ясувати їх теперішній стан [39, с.213] .

Також, здійснюючи дослідження існуючої психологічної системи допомоги військовослужбовців, дослідники вважають її основою наступні дії (функції): з'ясування тих солдатів, у яких є ознаки психотравми; сприяння отриманню ними самопомоги та взаємопідтримки; за необхідності надання домедичної допомоги; спрямування осіб до медичного пункту, у яких психологічний стан швидко не відновлюється; особи з більш тяжкими ураженнями направляються при цьому до шпиталю. Також фахівці наголосити, що при цьому має бути досягнуто якнайшвидшого відновлення, нормалізації психологічного стану, що дозволить військовослужбовцям повернутися до виконання функцій у своєму підрозділі [23, с.71].

Функціонування системи психологічної допомоги, на думку сучасних дослідників, передбачає її організацію від найменших військових підрозділів до більших за кількістю . При цьому і міра допомоги психологічного характеру буде різнитися. Так на рівні найменшого підрозділу використовуються такі форми як самопомога та взаємодопомога, яку надають або самі собі військові, або ж підтримують свого побратима психологічно. У якості засобів тут використовуються когнітивні вправи, що дозволяють зняти напруження, заспокоїти дихання, розслабити м'язи, а також допомога при гострому стресі. Більш спеціалізована допомога реалізується вже на рівні роти, а основною її формою організації є індивідуальна . Надаючи її, особи () можуть скористатися психоедукацією, просвітницькою діяльністю, дебрифінгом, або використати окремі елементи психодіагностики (нескладні тести). Ще більш ускладнюється психологічна допомога на рівні батальйону оскільки використовуються як групові, так і індивідуальні форми робіт. Активно використовується консультування, певні спеціалізовані форми психокорекції, а також має місце психодіагностичний супровід. Все це практично реалізовує військовий психолог

батальйону. На рівні бригади також основними є індивідуальна й групова робота, що виконуються бригадним психологом. При цьому основними її формами є проведення психодіагностики, психотерапії, психокорекції, а також і заходи реабілітації. На більш вищих рівнях психологічна допомога надається персоналом стаціонарного шпиталю, а суто психологічні форми доповнюються психіатричними формами роботи.

Дослідники вважають, що організація психологічної допомоги ґрунтується на її постійності, яка дозволяє зберегти цілісність заходів, а також і своєчасність [с. 215]. Також означена система психологічного забезпечення має бути реалізованою спільними зусиллями командного складу, медичної служби, військових психологів, що загалом має сприяти попередженню психологічних втрат серед військовослужбовці. Важливим моментом у цій системі є самопомога, що є первинною складовою у цьому ланцюжку, оскільки самі військові мають володіти певними техніками, які дозволять стабілізувати психологічний стан і за необхідності мають допомогти своєму побратимові.

У цьому контексті зростають вимоги щодо психологічної просвіти військовослужбовців. Так Н. Лозінська, В. Остапчук наголошують, що означена форма допомоги має бути достатньо поширеною серед військовослужбовців, а її зміст має містити інформацію про особливості поведження в умовах стресу, способи керівництва (саморегуляції) власним психічним станом, вміння та навички надання самопомоги й взаємодопомоги військовим, а також і про відкритість до отримання кваліфікованої допомоги. Означений зміст сприятиме формуванню практичних вмінь і навичок у підтриманні чи оптимізації психоемоційного стану в різних умовах несення служби військовими [1, с.11]

Також варто наголосити, що психологічна допомога українських збройних сил формується і цьому, на думку Н. Кабусь, У. Мартинюк, Т. Погребняк сприятиме досвід зарубіжних країн, зокрема США й Ізраїлю. Зокрема у США на рівні дивізії підрозділ психологічної допомоги очолює психіатр, у розпорядженні якого діють офіцери – психологи з магістерським ступенем психологічної освіти. При цьому вони планують заходи щодо контролювання

бойового стресу, користуючись при цьому всіма способами його профілактики (первинним, вторинним, третинним), а також надають допомогу у реабілітації особовому складу, консультують командний склад у питаннях психологічного здоров'я військовослужбовців, взаємодіють з капітанами й медиками у процесі супроводу особового складу у процесі психологічного забезпечення, використовуючи при цьому найбільш нові й дієві технології для подолання порушень різного характеру [23, с.41] . Дослідники при цьому стверджують, що означені підрозділи забезпечують при цьому такі напрямки діяльності як: забезпечення психологічної стійкості й готовності й готовності особового складу до виконання завдань в умовах війни, локальних конфліктів; спрямування бійців на формування у себе навичок і вмінь саморегуляції, навичок формування конструктивних думок і дій за стресових обставин; формування у військових впевненості в собі, ефективно й швидко здійснювати аналіз ситуації і приймати конструктивні рішення.

При цьому дещо іншу систему допомоги має Ізраїль. Зокрема структуру її утворюють чотири підрозділи. Зокрема перший з яких займається виключно діагностикою; другий – питаннями визначення профпридатності, спеціалізації військових, а також і профорієнтацією у збройних силах; третій – виключно питаннями надання психологічної підтримки військовослужбовцям; четвертий – піклується питаннями воїнів, які демобілізувалися, сприяє їх соціальній адаптації; п'ятий – проблеми підтримки населення у стресових ситуаціях; шостий займається виключно проблемами сімей, які постраждали від терактів, військових дій тощо. Отже, психологічні служби означених країн діють системно, мають певну диференціацію щодо різних напрямів і сприяють цілісній підтримці психологічного здоров'я всіх можливих учасників і потерпілих в екстремальній ситуації.

Також використовують протокол ICOVER між Урядом України та Урядом Ізраїль., про взаємне застосування та діяльність інформаційно-культурних Центрив. Який містить 20 статей, та діє з 1995 року.

Так В. Стасюк акцентує увагу на наданні психологічної допомоги й реабілітації військовослужбовцям(проведенні). При цьому разом із В. Дикун підкреслюють, що означені явища мають місце у контексті морально - психологічного забезпечення особового складу військ і має забезпечитися командним складом, вихователем (офіцер - вихователь) і психолог. При цьому, за твердженням авторів, ці особи мають чітко розуміти мету своїх дій у плані попередження втрат психогенного характеру й проведення заходів психологічної допомоги й реабілітації військовослужбовців. Разом із тим, офіцери- вихователі, психолог і командування повинні з'ясувати основні завдання означених заходів, оцінювати (моніторити морально - психологічний стан військовослужбовців, враховувати ймовірні психологічні чинники супротивника, аналізувати вплив бойових дій на поведження військових, можливість отримання психологічної травми, порушення у психіці, особливості проведення заходів психологічної допомоги у ході бойових дій (або екстраординарних обставин), забезпечувати її якість , своєчасність розгортання, функціонування й ефективність [36, с.479-481]. Також автори звертають увагу на те, що власне реабілітація військовослужбовців здійснюється на основі комплексу дій, зокрема фізіологічного характеру (здоровий і тривалий сон, відпочинок, харчування), аутогенних тренувань (саморегуляція, аутотренінг В. Шульца тощо), вживання медикаментів за призначенням лікаря, організація режиму та його дотримання військовими, психотерапевтичних дій(лікування засобами психотерапії різних напрямів.

Таким чином, форми роботи психолога у силових структурах залежать від змісту самої професійної діяльності та завдань, які було поставлено. Власне психологічна допомога в ЗСУ знаходиться на даний час у процесі її становлення, зокрема й форм. При цьому психологічна допомога надається у всіх підрозділах (від меншого до більшого) й має властивість посилення (зростання). Основними видами психологічної допомоги на даний момент є самодопомога, взаємодопомога, психологічна допомога медиків і медичних інструкторів, кваліфікована допомога офіцера психолога (бригада, полк),

кваліфікована психологічна допомога військових психологів і психіатрів у військових госпіталях. Разом із тим основними формами психологічної допомоги є психологічна просвіта й заняття, які можуть відбуватися у вигляді міні-лекцій, консультування, психокорекції, психотерапії тощо. Означені форми мають бути спрямовані на забезпечення якісної психологічної, морально - психологічної стійкості військовослужбовців, швидкого їх відновлення психологічної готовності до ведення бойових дій. Форми психологічної допомоги забезпечують комплексний вплив на військовослужбовців, сприяючи опануванню ними спеціальними вміннями й навичками психологічної саморегуляції, знання психологічної напруженості, формування стійкості морально - психологічного плану, а також і готовність до отримання психологічної допомоги. Також доцільним у плані поліпшення вивчити досвід існуючих моделей психологічної допомоги у найбільш розвинених держав у цьому відношенні, зокрема США та Ізраїлю.

2.2. Інноваційні форми надання психологічної допомоги військовослужбовцям у даний відрізок часу

Варто наголосити, що останнім часом відбувається достатньо активний пошук інноваційних форм роботи військового психолога в умовах війни. Розглянемо найбільш поширені з них, зокрема Л. Царенко основою будь-яких форм вважає психологічну просвіту у роботі з військовослужбовцями. При цьому вона радить використовувати цикл бесід групового характеру, тематика яких передбачає повідомлення інформації про особливості реакцій на травматичну подію, її розгортання, ознаки переживання екстремальних ситуацій у групах, колективах, чинники розгортання психотравмуючої ситуації, заборона алкоголю в психотравмуючих ситуаціях, покращення психологічного здоров'я, самопочуття військових, профілактика ПТСР, адаптація до бойових дій. Разом із тим науковець до інноваційних форм роботи психолога відносить моніторинг, серед яких вона вказує на мобілізаційний релаксаційний, з

елементами тілесного лікування (самопочуття). Також авторка вказує на велику групу технік, що отримала гештальт-терапії, що покращують основи саморегуляції, стійкості, самопочуття. Загалом за твердженням авторки всі означені форми (міні - тренінги) ґрунтуються на використанні тілесних відчуттів для осмислення думок, емоцій, внаслідок чого покращується настрій і відбувається звільнення від негативних і, водночас, нав'язливих думок [9 с.48].

Наразі в Україні набув найбільшого поширення комплексний підхід до надання психологічної допомоги військовим і цивільним, що здійснюється у формі консультування. При цьому воно здійснюється спільними зусиллями військового психолога (психотерапевтом, психіатром), реабілітолога, медика, цивільними особами, що діють, на думку авторки, у чотирьох вимірах: тілесному, психічному соціальному й онтологічному. При цьому дослідниця акцентує, що четвертий, онтологічний вимір забезпечувати можуть як психологи, так і філософи, священнослужителі, волонтери, побратими й будь-хто. Така комплексна форма допомоги сприяє появі високого рівня мотивації одужання. За твердженням авторки, таке консультування є відображенням особливої форми надання допомоги бійцям і цивільним особам, яка по суті є біо- психо- соціо- онтологічною моделлю[58].

М. Садова, Р. Соколовський, І. Нізамутдінов надали аналітичний огляд інноваційних форм роботи, що наразі використовувалися в Україні. На думку авторів їх найбільш доцільно буде використовувати у процесі реабілітації. Серед таких інноваційних форм: індивідуальна психотерапія (включає психотерапевтичне навчання), групова психотерапія, а також сімейна та подружня, а також така форма як соціально - історична корекція. Так, дослідники відмічають, що в ході індивідуальної психотерапії відбувається навчання з метою досягнення клієнтом, зокрема військовослужбовцем, розуміння сутності свого стану, емоційних переживань і причин, які дозволили (сприяли) їм з'явитися. Її основою є опанування техніками релаксації. У груповій психотерапії основний акцент робиться на відновленні почуття контролю над власною особистістю (власним станом), що сприятиме

подоланню проблем пов'язаних з безпорадністю, безсиллям, відчуженістю, агресивністю. У ході сімейної психотерапії відбувається робота з членами родини військовослужбовців, а основною метою є їх інформування про характер психотравми, її протікання і найбільш продуктивні способи поведінки та підтримки таких осіб у родинному колі. Натомість подружня психотерапія основною метою передбачає надання допомоги, яка сприятиме розумінню основних проблем і змін в структурі особистості, що допоможе в цілому адаптуватися одна до одного. Соціально - історична корекція передбачає допомогу суть якої полягає навчанні стійкості у сфері соціально-правових відносин, оскільки громадська думка не завжди схвалює ті події, у яких брали участь військовослужбовці [57, с.33] .

Також дослідники стверджують, що ще однією з інноваційних форм роботи психолога є НЛП- техніки, що дозволяють розпізнати й усвідомити травматичний досвід із різних позицій, зокрема з боку постраждалого, з боку свідка (можливо співрозмовника), а також і з позиції взагалі стороннього спостерігача. Із цією метою використовуються конкретні вправи, які передусім спрямовані на подолання бурхливих емоційних переживань, розслаблення та заспокоєння, що дозволяє налаштуватися на продуктивну поведінку [44]. Означена форма вимагає наявності кваліфікованого спеціаліста поряд із особами , які постраждали внаслідок травмуючої події. При цьому можлива як індивідуальна, так і групова робота[43]

Натомість інші дослідження акцентують увагу на інших формах роботи. Так, такою формою є « подвійне терапевтичне посилення, що передбачає з одного боку підтримання основної онтологічної потреби у людини, а з іншого боку – фрустрацію негативної форми її задоволення. Внаслідок таких дій відбувається зниження тривоги та з'являється мотивація і здатність щодо знаходження внутрішніх ресурсів, які допоможуть опрацювати конфлікт, кризу глибинного порядку у військовослужбовців або постраждалих цивільних. Ще однією з форм роботи , які автори [4] вважають інноваційною є метод КПІ (кататимно імагінативна психотерапія, де основними мотивами є пошук

(уявлення) про місце безпеки (де мені добре), спокою, подарунка, які також дозволяють активізувати внутрішні особистісні резерви людини й мотивувати на зцілення.

Набула також поширення й технологія відновлення зовнішніх і внутрішніх ресурсів особистості, в основі якої закладені здобутки вітчизняної і зарубіжної психотерапії. Вона спрямована на відновлення психологічного здоров'я переважно в осіб, що мали відношення до бойових дій з якими був отриманий травматичний досвід. В основі означеної техніки покладено етапи й психологічні вправи, форми психологічного впливу. В основному означена технологія має форму соціально-психологічного тренінгу, а основними формами роботи у ньому є емпатичне інтерв'ю, елементи (засоби) психодіагностики, психоедукація, Когнітивно-поведінкова (КПТ) терапія, стрес менеджмент тощо. Означені форми спрямовані на подолання симптомів травми. У когнітивному, емоційному, поведінковому та соціально-психологічному планах. Всі вони впливають на особистість з метою покращення базової довіри, покращення розуміння та функціонування фізичного Я, вдосконалення когнітивних і емоційних способів осмислення й реагування на травматичну подію, опанування навичками саморегуляції, аутогенного тренування, позитивної сугестії. Автори означеної технології передусім підтримують її мультимодальний вплив на особистість, як результат, відновлення цілісності особистості за рахунок взаємодії зовнішніх і внутрішніх ресурсів [53, с.67].

Т. Титаренко наголошує, що загалом технології соціально-психологічної реабілітації спрямовані, на покращення само сприйняття, розвиток комунікативної компетентності, а також формування власної само-ефективності й власної цілісності (єдності смислів). Також дослідниця надає визначення означених технологій, зокрема що їх сутність полягає комплексних впливах на особистість, які відновлюють і вдосконалюють цілісність, врівноваженість, можливості саморегуляції, досвід комунікації то дозволяють людині знову планувати (проектувати) власне майбутнє. Власне технології розглядаються у чотиривимірній площині (особистісний, інструментальний,

просторовий часовий рівні або складники) й реалізуються три етапи: підготовчому, основному та підтримувальному. В основу покладені конкретні методи та техніки, що комплексно діють на особистість воїна. При цьому – це відновлювальні технології на думку авторки, що здатні й у подальшому чинити опір психотравмуючим фактором війни [58, с. 77-78]

Т. Ларіна, ґрунтуючись на ідеях Т. Титаренко, пропонує технологію як форму роботи, у якій зусилля сфокусовані на реконструкції основних особистісних ресурсів, що визначають життєздатність особи. На думку авторки основними її складниками мають бути засоби відновлення основних реабілітаційних потенціалів у людини, а також засоби, що дозволяють відновити основні вміння та навички забезпечення власної безпеки людиною, Внаслідок використання окресленої форми роботи актуалізується мотивація самоцілення, що у свою чергу дозволяє розблокувати соціальну підтримку й відновити процеси конструювання власного життя людини, її майбутнього [58, с. 122].

Також дослідники пропонують використовувати у роботі психодіагностичний інструментарій, зокрема той, що дозволить виявити симптоми порушень. Більшою мірою акцентують увагу на певних коротких шкалах, зокрема для з'ясування інтенсивності бойового досвіду (перебування військовослужбовців в умовах бойових дій), стислу методик на визначення тривоги, депресії й ПТСР , що дозволяє швидко моніторити перелічені ознаки у осіб, що мають психотравматичний досвід. Окремо також пропонується анкетувальник, який дозволяє здійснити моніторинг ПТСР у військовослужбовців і цивільних осіб. Автори відмічають надійність цих методик і відзначають, водночас, їх ефективність у сучасних умовах, що дозволяє дослідникам розмістити їх у категорії інноваційних форм роботи у сучасних умовах [25, с.151].

Разом із тим, дослідники пропонують методик, що дозволяє в цілому оцінити стійкість військовослужбовців щодо психотравматичних чинників. При цьому вони (автори) вказують, що ця методика дозволяє швидко діагностувати

рівень основної якості як у окремого бійця, так і у всього підрозділу загалом. В її основу закладені 24 показники, що згруповані за шістьма компонентами психологічної стійкості, зокрема морально-психологічному мотиваційному, когнітивно-оцінному, емоційному, вольовому, індивідуально-особистісному. Означений метод дозволяє швидко й досить ефективно оцінити рівень бойового духу (морально-психологічного стану) та прийняти щодо виявлених особливостей певні міри [1, с. 122]

Н. М.Кривоконь вважає, що інноваційними методами, що дозволяють надавати соціально-психологічну допомогу (підтримку, термін автора) є індивідуальне консультування, організація спеціальних бесід (щодо вживання горя, кризових ситуацій) групового характеру, соціально-психологічних тренінгів (в основі яких закладено екзистенційні проблеми, а також організація і проведення дебрифінгу (інша назва психологічного де брифінгу). Психологічний де брифінг вважається особливою формою групової дискусії, який дозволяє особам, що відчули на собі вплив стресогенних чинників, у тому числі й бойових умов, своєрідним чином зреагувати на ці події [29, с. 369] Означений спосіб подолання кризових явищ дозволяє в умовах психологічного комфорту й нерозголошення (конфіденційності) певним чином поділитися своїми враженнями інциденту. При цьому, поки всі особи, з якими проводиться дебрифінг, висловлюються про свої відчуття і переживання, то має з'явитися полегшення стану напруги (зниження), оскільки виявляється, що всі члени мали подібні реакції, а тому вони (реакції) не можуть бути ненормальними (тобто унікальними для окремого військовослужбовця). Це перший момент, а другий полягає у зниженні ризиків розвитку ПТСР в особового складу. При цьому в дебрифінгу досягається розв'язання цілей низки завдань, зокрема стабілізувати враження, емоції, почуття, знизити рівень особистої(індивідуальної) і групової напруженості; знизити відчуття ненормальності чи паталогічності власних реагувань ; мобілізувати групову підтримку, солідарність, взаєморозуміння у групі, здійснити підготовку щодо можливих проявів певних симптомів ,інформувати про можливе отримання

допомоги(якої саме,за яких умов). Варто також відмітити, що ця форма вимагає присутності двох осіб, що мають такий досвід, а також тут не повинно бути сторонніх осіб, тобто тих,що не мають взагалі ніякого відношення до події.

А. Єна розглядає психологічний дебрифінг у якості одного досить ефективного шляхів екстреної допомоги бійцям, що за своєю сутністю є соціально-психологічним засобом впливу у групі. Дослідниця відмітила, що його організація є доцільною упродовж перших трьох днів після психотравмуючої події. Окрім обмежень по часу й кількість осіб під час його проведення варто зауважити, що тут відбувається достатньо інтенсивне та потужне опрацювання пережитого досвіду, що вимагає(сприяє) достатньо сильному прояву емоційних реакцій, оскільки більшість осіб перебуває у стані гострого стресу[20,с.73] .

О. Хуртенко при цьому доповнює, що означена форма допомоги не допускає використання оцінних суджень, критичних висловлювань. При цьому авторка відмітила, що у ході дебрифінгу основою є те, що особа має прийняти психологічно правду щодо подій, у яких вона брала участь, а своєрідним фоном такого сприйняття є обставини ситуації у яких перебуває нині (групова відверта дискусія) емоційний комфорт, висловлювання схожих думок, реакцій у відвертій формі. Разом із тим дослідниця наголошує, що в цілому позитивний вплив на військовослужбовця визначається зміною його ставлення до власної відповідальності, прийняття рішень, задіяння особистісних ресурсів [64,с.12]

Ще один із нюансів, що передбачає проведення дебрифінгу поля час у необхідності проведення постдебрифінгу. При цьому наголошується [38, с.8], що така робота відбувається приблизно через півгодини після основної частини, а її її завдання полягають: а) у приділені уваги особам які виглядають надто збудженими або пригніченими; б) обговорення особливостей перебігу самої групової дискусії, визначивши при цьому найбільш проблемні моменти; в) визначення для модераторів(ними ж) шляхів профілактики вторинної травматизації. Разом із тим, автори відмічають, що модератори(ведучі) дебрифінгу мають бути готовими до використання у його процесі й інших

психологічних засобів, зокрема способів досягнення угоди, до доброзичливості, збереження репутації співрозмовників, а також взаємне доповнення, уникнення дискримінації та ін. Загалом же у самому безпосередньому обговоренні учасники знайомляться із правилами взаємодії (участі), повідомляють всі факти про подію, висловлюють свої думки та слухають інших, діляться власними переживаннями, проговорюють зі всіма симптоми, які зараз спостерігають у себе, узагальнюють і порівнюють з іншими, отримують інформацію щодо подальших дій у тому випадку, коли симптоматика посилюється.

Ще один із методів, який може достатньо активно використовуватися психологом у роботі з військовослужбовцями – це соціально-психологічний тренінг. У своїй сутності тренінг є груповою формою роботи, що використовується переважно для набуття якогось певного досвіду [22]. При цьому його підгрунття становить використання групової дискусії, а також і рольових ігор. У ході проведення тренінгу можуть вирішуватися різного роду завдання, зокрема таких, що стосуються поведінки (поведінковий тренінг), чутливості (тренінг чутливості, стресостійкості, сформованості почуття єдності). За правильної організації отримується максимальний зворотній зв'язок із учасниками, формується вміння бачити себе з іншого ракурсу, набувається необхідність знання й в оптимальному темпі формуються необхідні вміння і практичні навички [21]. Дослідники відмічають потенціал цієї форми роботи для військовослужбовців у плані підвищення взаєморозуміння у підрозділі, підвищується стресостійкість, опанування навичками комунікації, налаштованість на виконання завдань у різних умовах, зокрема і в бойових [67]. Отже, означена форма роботи також за своєю сутністю є інноваційною і, водночас, активною формою навчання військовослужбовців.

Таким чином, інноваційні форми психологічної допомоги у найбільшій мірі сприяють досягненню завдань, що постають перед психологом військового підрозділу. Зокрема вони забезпечують постійність і системність у наданні психологічної допомоги, сприяють супроводу (психологічному) військовослужбовців, а також надання допомоги при кризових станах (ГСР,

ПТСР). Найбільш звичними формами психологічної допомоги є психологічна просвіта та спеціальні заняття психологічного контексту. Проте дослідники стверджують, що у сучасних умовах (війна, військовий стан) більш ефективною формою просвіти є психоедукація, завдяки якій стисло повідомляються необхідні психологічні знання як в індивідуальній так і в груповій бесіді. Разом із тим достатній потенціал мають діагностичні методи, зокрема стислі форми опитувальників, анкет, що дозволяють швидко й мобільно з'ясувати стан і налаштованість військовослужбовців, а також їх схильність до певних дій у умовах дії стресорів. Проте особливим попитом, необхідністю стали групові форми роботи, що дозволяють підвищити морально – психологічну стійкість особового складу, практичним вмінням надати самопомогу, взаємодопомогу, отримання навичок комунікації у бойових умовах . Разом із тим активними(інноваційними) формами психологічної допомоги є індивідуальне або групове консультування, психотерапевтичні сесії різних напрямів, зокрема КПТ (когнітивно-поведінкова терапія, травмофокусована КПТ), комплексні технології підтримки, подвійне терапевтичне посилення, технологія відновлення зовнішніх і внутрішніх ресурсів особистості та ін. Проте найбільшим попитом користується дебрифінг, соціально-психологічний тренінг, що дозволяють надати допомогу у кризових ситуаціях

Висновки до розділу 2

Основними видами психологічної допомоги військовим на даний момент є самодопомога, взаємодопомога, психологічна допомога медиків і медичних інструкторів, кваліфікована допомога офіцера психолога (бригада, полк), кваліфікована психологічна допомога військових психологів і психіатрів у військових госпіталях. Разом із тим основними формами психологічної допомоги є психологічна просвіта й заняття, які можуть відбуватися у вигляді міні-лекцій, консультування, психокорекції, психотерапії тощо. Означені форми мають бути спрямовані на забезпечення якісної психологічної, морально - психологічної стійкості військовослужбовців, швидкого їх відновлення психологічної готовності до ведення бойових дій. Форми психологічної допомоги забезпечують комплексний вплив на військовослужбовців, сприяючи опануванню ними спеціальними вміннями й навичками психологічної саморегуляції, знаття психологічної напруженості, формування стійкості морально-психологічного плану, а також і готовність до отримання психологічної допомоги.

Інноваційні форми психологічної допомоги у найбільшій мірі сприяють досягненню завдань, що постають перед психологом військового підрозділу. Зокрема вони забезпечують постійність і системність у наданні психологічної допомоги, сприяють супроводу (психологічному) військовослужбовців, а також надання допомоги при кризових станах (ГСР, ПТСР). Найбільш звичними формами психологічної допомоги є психологічна просвіта та спеціальні заняття психологічного контексту. Проте дослідники стверджують, що у сучасних умовах більш ефективною формою просвіти є психоедукація, завдяки якій стисло повідомляються необхідні психологічні знання як в індивідуальній так і в груповій бесіді. Разом із тим достатній потенціал мають діагностичні методи, зокрема стислі форми опитувальників, анкет, що дозволяють швидко й мобільно з'ясувати стан і налаштованість військовослужбовців, а також їх схильність до певних дій умовах дії стресорів. Проте особливим попитом, необхідністю стали групові форми роботи, що дозволяють підвищити морально-психологічну

стійкість особового складу, практичним вмінням надати самопомогу, взаємодопомогу, отримання навичок комунікації у бойових умовах . Разом із тим активними(інноваційними) формами психологічної допомоги є індивідуальне або групове консультування, психотерапевтичні сесії різних напрямів, зокрема КПТ (когнітивно-поведінкова терапія, травмофокусована КПТ), комплексні технології підтримки, подвійне терапевтичне посилення, технологія відновлення зовнішніх і внутрішніх ресурсів особистості та ін. Проте найбільшим попитом користується дебрифінг, соціально-психологічний тренінг, що дозволяють надати допомогу у кризових ситуаціях

РОЗДІЛ 3.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ФОРМ РОБОТИ ВІЙСЬКОВОГО ПСИХОЛОГА В СУЧАСНИХ УМОВАХ

3.1. Методика та організація дослідження інноваційних форм роботи військового психолога в сучасних умовах

З метою вивчення інноваційних форм роботи військового психолога нами було проведено емпіричне дослідження, основна мета якого полягала у розробці діагностичного інструментарію та отриманні даних про використання офіцером-психологом інноваційних форм роботи у військовій частині. Для того, щоб досягнути поставленої мети нами було сформульовано основні завдання дослідження, зокрема:

1. Розробити методику дослідження форм роботи військового психолога в сучасних умовах війни.
2. Сформувати вибірку досліджуваних та провести з ними відповідні діагностичні компоненти емпіричної методики дослідження.
3. Опрацювати отримані результати та зробити висновки та узагальнення щодо використання форм роботи військового психолога.
4. Розробити рекомендації щодо використання інноваційних форм роботи військовим психологом у сучасних умовах.

Разом із тим, проведення емпіричної частини дослідження відбувалося у формі констатувального експерименту, що передбачало дотримання певних етапів: підготовчого, основного (емпіричного), обробки даних, формулювання висновків і результатів. Розглянемо означені етапи більш детально.

Так, перший етап – підготовчий передбачав формулювання мети та завдань дослідження, підбір діагностичних методів та створення методики дослідження, формування вибірки досліджуваних. Оскільки мета й завдання констатувального експерименту вже означені вище розглянемо основні діагностичні методи, що склали основу нашої методики дослідження. Так,

спершу нами було розроблено структуроване інтерв'ю для командного складу військової частини. Метод інтерв'ю у психологічній науці розглядається як форма бесіди, яка дозволяє достатньо оперативно ставлення з'ясувати осіб до певної проблеми.

Сутність інтерв'ю як методу сучасної психології полягає у безпосередній взаємодії дослідника з респондентом і є індивідуальним за своїм спрямуванням. У своїй основі має декілька запитань, які спрямовані на виявлення у відповідях дослідження його оцінного ставлення щодо подій або діяльності з обов'язковою фіксацією наданих відповідей [14; 47]. *Основна мета* нашого інтерв'ю передбачала виявлення ставлення командного складу військової частини до форм діяльності офіцера-психолога.

У структурі інтерв'ю було 8 основних запитань. Так, перше з них стосувалося частоти взаємодії командного складу з військовим психологом, оскільки під час таких зустрічей психолога реалізує свої функції, використовуючи певні методи роботи. Також за допомогою цього запитання можна з'ясувати, чи є психолог у даній військовій частині. Наступне запитання інтерв'ю передбачало з'ясування факту розуміння призначення психолога у військах і виконання їх (можливо різної якості). Наступне, третє запитання інтерв'ю стосувалося факту налаштованості військовослужбовців і командного складу на взаємодію з психологом, а основним критерієм тут слугує корисність діяльності психолога у конкретному підрозділі.

Четверте запитання стосується форм роботи психолога (командним складом, військовослужбовцями), зокрема чи обізнаний у них командний склад частини. Наступне, п'яте запитання інтерв'ю стосується ефективності впливу використовуваних форм роботи психолога на військовослужбовців підрозділу. Запитання інтерв'ю під шостим номером передбачало з'ясування факту часу зустрічей психолога із військовослужбовцями (напередодні завдання чи після їх виконання), а також ефекту від таких зустрічей.

Наступні два запитання інтерв'ю, заключні стосувалися бачення командного складу перспектив взаємодії з військовим психологом (або спроб

здіяння психолога у певних заходах), а також з'ясування ділових якостей фахівця, які, на думку командного складу, дозволяють ефективно психологу використовувати різні форми роботи.

Отже, в інтерв'ю ми мали з'ясувати зорієнтованість командного складу у функціях психолога, використовуваних фахівцем форм роботи й певної оцінки їх ефективності. Означене інтерв'ю було розроблено самостійно, згідно мети дослідження, і є авторським.

Наступним діагностичним методом, яким ми скористалися у нашому дослідженні форм роботи військового психолога було анкетування. У психології означений метод використовується для отримання великого масиву даних і є одним із методів письмового опитування. Основним засобом анкетування є анкета, яку складає набір стандартизованих запитань. При цьому відповіді на запитання можуть бути як закритими (Так чи Ні, або мати певні заготовлені варіанти для відповідей), так і відкритими, що передбачають формулювання стислих думок, міркувань респондентами.

У нашому дослідженні найбільш доцільно було скористатися анонімною формою анкети, що дозволило отримати більш правдиві й об'єктивні відповіді респондентів на стандартизовані пункти запитань. У своїй основі анкета мала 17 запитань, як відкритого, так і закритого характеру в залежності від того, що варто було з'ясувати: тенденції чи думки досліджуваних. Перед початком анкетування нами було надано інструкцію досліджуваним, яка в узагальненій формі мала наступний вигляд: «Шановні військовослужбовці! Надайте, будь-ласка, відповіді на поставлені в анкеті запитання, що стосуються діяльності психологічної служби. Опитування є повністю анонімним. Особи, які візьмуть участь у дослідженні ідентифікувати неможливо! Відповідаючи на запитання, намагайтеся відповідати максимально відверто. Матеріали, які будуть отримані спрямовуватимуться на пошук найбільш ефективних методів надання психологічної допомоги військовослужбовцям».

Розглянемо пункти нашої анкети більш детально. Так, перше запитання мало на меті з'ясувати ставлення військовослужбовців до психологічної служби

в цілому, військового психолога зокрема. Цим пунктом анкети були передбачені варіанти відповідей (Так, Ні, Не можу визначитися), оскільки нас цікавили тут самі тенденції серед військовослужбовців щодо їх ставлення до існування самої форми психологічної допомоги. Друге запитання анкети також було закритим, оскільки передбачало з'ясування факту існування військового психолога у конкретному підрозділі й тому передбачало ствердження або заперечення того, що запитувалося.

Натомість третє запитання анкети було відкритим, оскільки нас цікавив власне спектр проблем психологічного ракурсу, які властиві цій категорії військовослужбовців. Воно було сформульовано наступним чином: Якої психологічної допомоги потребуєте на даний час. З нашої точки зору, відповіді на дане запитання дозволять з'ясувати, які методи надання психологічної допомоги були б найбільш ефективними, доцільними.

Наступні пункти анкети стосувалися самого факту взаємодії військового із практичним психологом у мирний час (Чи мали ви досвід спілкування із психологом у мирний час?) і у період військового стану (Чи мали ви досвід взаємодії із психологом під час війни, військових дій?). Третій пункт стосувався методів, якими скористався практичний психолог (Якщо такий досвід був, які методи для цього було обрано? Відмітьте їх, якщо це один метод, та вкажіть його, якщо це були декілька, відмітьте їх). При цьому для зручності відповідей нами були представлені варіанти відповідей для військовослужбовців, щоб уникнути можливих тавтологій. Перелік варіантів складалі наступні форми: тестування, анкетування, співбесіда (індивідуальна), співбесіда (групова), груповий тренінг, консультування, де брифінг та міні-лекція.

Також серед переліку варіантів був варіант «інші методи», який уможливив надання військовими додаткової інформації, оскільки існує достатньо велика кількість методів і форм роботи психолога серед військових. При цьому наступний, п'ятий пункт анкети, мав на меті з'ясувати, що саме розуміли військовослужбовці під іншими методами (Якщо відповідь була «інші

методи» назвіть їх (коротко, якщо не знаєте назви опишіть). Даний пункт анкети був за своїм характером відкритий.

Наступне запитання передбачало з'ясувати думку військовослужбовців щодо найбільш ефективного методу психологічної допомоги під час бойових дій (війни, військового стану). При цьому означений пункт анкети містив низку психологічних форм роботи, які були як звичайними, так і інноваційними. Зокрема серед їх переліку: тестування, анкетування, співбесіда (індивідуальна), співбесіда (групова), груповий тренінг, консультування, дебрифінг, міні-лекція, мотивування у груповому тренінгу до певних дій, моніторинг «бойового стресу». Кількість варіантів для обрання відповіді не обмежувалася.

Наступні три пункти анкети були представлені у вигляді оціночної шкали й стосувалися оцінки важливості психологічної допомоги під час війни (Оцініть по шкалі, на вашу думку, наскільки потрібна психологічна служба в умовах сучасних військових дій, де 0 взагалі необов'язкова, а 10 надзвичайно обов'язкова.), очікування психологічної допомоги (Оцініть ваші очікування від психологічної служби (у плані отримання психологічної допомоги), де 1 – це нічого гарного не вийде із цього, а 10 дуже гарні результати), а також суб'єктивну задоволеність від отриманої психологічної допомоги, якщо така була (Оцініть власний досвід отримання психологічної допомоги (якщо він був) за шкалою незадоволений - задоволений, де 1 мінімальна задоволеність 10 максимальна). Означені пункти анкети, згідно наших уявлень, стосувалися суб'єктивної оцінки діяльності військового психолога (на цей момент).

Наступний пункт анкети стосувався діяльності військового психолога, його здатності надати психологічну допомогу, зокрема через оцінку особистістю своїх вагань (Що вам заважає (заважало) у зверненні до психолога? Відмітьте декілька варіантів: соромитеся проблем, які вас турбують; переживаєте, що скажуть інші; думаю, що це не до часу; вважаю, що впораюся із своїми проблемами сам; впишіть інший варіант, якщо він є) з приводу конфіденційності.

Останнє запитання анкети стосувалося форм роботи психолога у військовому підрозділі, які, на думку військових, мають домінувати під час війни (На вашу думку, які методи мають домінувати у сучасної психологічної служби? Оберіть одну, у крайньому випадку дві відповіді: групові (бесіди, тренінги); індивідуальні (консультування, бесіда); як групові, так й індивідуальні).

Отже, анкета містить 13 основних пунктів, що спрямовані на з'ясування особливостей взаємодії військовослужбовців із військовим психологом їх підрозділу, а також оцінювання ними форм роботи, які фахівець-психолог використовує у своїй професійній діяльності, зокрема й інноваційні.

Наступний метод, який було використано у дослідженні – це самооцінка психологом власної діяльності, зокрема форм роботи з військовослужбовцями. З цією метою нами було використано бесіду, у якій основними питаннями для обговорення стали наступні: що визначає, на вашу думку, ефективність діяльності психолога з військовослужбовцями, які наразі у вас стосунки з особовим складом підрозділу, як часто до вас звертаються за допомогою, якими формами роботи ви переважно користуєтесь, наскільки вони є ефективними, чи розширюєте арсенал форм роботи з клієнтами, з якою метою.

Загалом підготовчий етап дослідження завершувався укомплектуванням вибірки респондентів, до складу якої входили: командний склад у кількості 3 осіб, військовослужбовці у кількості 34 осіб, а також військовий психолог.

Наступні етапи констатувального експерименту, збір даних (емпіричний) і обробка результатів представлені у наступній частині роботи.

Таким чином, з метою емпіричного дослідження інноваційних форм роботи військового психолога було проведено констатувальний експеримент, який відбувався у три етапи. Зокрема на першому етапі було розроблено методику дослідження й укомплектовано вибірку досліджуваних. Методику дослідження складала структуроване інтерв'ю з командним складом, анкета для військовослужбовців, бесіда з військовим психологом. Внаслідок проведення в інтерв'ю мали з'ясувати зорієнтованість командного складу у функціях психолога, використовуваних фахівцем форм роботи й певної оцінки

їх ефективності. На основі анкети передбачалося з'ясування оцінки військових форм роботи психолога, які він використовує у своїй професійній діяльності, зокрема й інноваційні. Бесіда з військовим психологом носила рефлексивний характер і стосувалася форм взаємодії військового психолога з особовим складом підрозділу.

3.2. Аналіз отриманих результатів дослідження

Розглянемо результати інтерв'ю, що було проведено з командним складом військової частини у кількості з офіцерів. Зокрема було з'ясовано, що командири підрозділу достатньо рідко контактують з психологом, оскільки в даній частині немає такої посади. Натомість психологічну допомогу все ж отримують від психолога іншої частини. Зафіксовано, що ніяких особливих форм роботи з командирами психолог не проводить, а при зустрічі цікавиться самопочуттям.

Разом із тим, опитані вказали, призначення психолога вбачають у роботі над морально-вольовими якостями особового складу, надання кваліфікованої психологічної допомоги бійцям після виконання ними бойових завдань, зняття емоційного напруження. Опитані відмітили, що саме над розв'язанням цих питань і працює військовий психолог. Також респонденти відмітили, що ніяких зауважень з приводу означених напрямів роботи вони не мають, оскільки вони й спостерігали за проведенням групової роботи психолога з бійцями, які повертаються із завдань. Також опитані командири відмітили, відповідаючи на наступне запитання, що бійці не зовсім охоче контактують з військовим психологом у свій вільний час (коли він знаходиться у частині). З іншого боку, зазначили опитані, що більшість військовослужбовців намагаються бути на групових заняттях після бойових виходів, і вони також, оскільки на них працюють над урівноваженням психічного стану.

Відповідаючи на наступне запитання, що стосується форм роботи психолога з командним складом, військовослужбовцями, то опитані зізналися,

що їм бажано було б краще на цьому розумітися. Також серед форм роботи психолога з особовим складом вони назвали бесіду, тренінг і дебрифінг, оскільки це називав психолог під час спільної роботи з особовим і командним складом. Також опитані відмітили, що відчули на собі позитивний вплив цих форм роботи: «не такий гнітючий настрій став», «значно полегшало дихати».

При цьому опитані командири сказали що їм не доводилося бачити зустрічі військового психолога із військовослужбовцями напередодні завдання, проте вони вважають, що фахівець може сприяти й мотивації особового складу на виконання завдань, а не лише після виконання знімати емоційну напругу. Тому вони виявили налаштованість просити про це психолога.

Серед ділових якостей психолога вони відмітили організованість, привітність, зосередженість на справі та комунікабельність. Проте відмітили, що має бути б ще якась якість, яка б схилила особовий склад до більш кращого контакту.

Отже, внаслідок проведення інтерв'ю, було з'ясовано, що військового психолога як окремої штатної одиниці у даній військовій частині немає. Проте, питання психологічної допомоги вирішується через відвідування психологом іншого підрозділу. Як правило, він з'являється після бойових завдань, щоб працювати з військовослужбовцями, а також і з командним складом. При цьому фахівці відмічають ефективність таких зустрічей, оскільки після них певною мірою знижується емоційно-психологічна напруженість. Також досліджувані підкреслили, що психолог використовує груповий тренінг, дебрифінг. Разом із тим, військові мають наміри залучати психолога для мотивації (налаштування) на виконання завдань.

Проаналізуємо результати проведеного анкетування особового складу військової частини. Так, відповідаючи на перше запитання, переважна більшість опитаних військовослужбовців відмітили, що позитивно ставляться до психологічної служби та до військового психолога. Так, 94 % респондентів схиляються до такої думки. Натомість не надали чіткої відповіді 6 % опитаних. Отже це та категорія, яка вагається щодо необхідності психологічної допомоги

у військах, зокрема у їх частині. На основі другого запитання анкети було з'ясовано, що 64,7% військовослужбовців вважають, що у частині функціонує психологічна служба. Напроти, 36,3% опитаних відмітили, що у їх частині такого немає. Тут варто пригадати результати інтерв'ю, у якому командири відмітили, що не всі військовослужбовці охоче йдуть на контакт із психологом, що навідується до них з іншої частини. Отже, можемо вважати, що близько третини опитаних не довіряють психологу або мають інші причини нехтувати його присутністю.

У третьому пункті анкети були відповіді досліджуваних щодо проблем психологічного ракурсу, які властиві саме їм. Відповідаючи на означене запитання, військовослужбовці мали змогу обрати декілька пунктів. Виявилось, що на цей момент найбільш затребуваними є наступні запити: зняття психоемоційного напруження є актуальним для 76, 5% осіб, зняття стресу – 53 %, підвищення стресостійкості – 53 %. Отже, на першому місці стоять проблеми зняття стресу, підвищення стресостійкості, зняття психологічної напруги. Варто також відмітити, що означені проблеми у відсотках мають значення вище 50 %.

Разом із тим, бійців турбують також питання мотивації до виконання завдання – 41 %, виховання морально-вольових якостей – 17,6 %. При цьому інші проблеми військовослужбовців набрали менш ніж 20 % і це питання, пов'язані із стосунками 19 %. Тут варто відмітити, що дані анкети певною мірою співпадають із результатами інтерв'ю командирів: психолог більше працює над зняттям емоційного напруження (так воно і є, оскільки є такий запит); проте бажано також і мотивувати бійців на виконання завдань (планують до цього залучити психолога, а отже ця проблема дійсно існує). Також потрібно відмітити, що військовий психолог правильно визначив напрям своєї роботи у даному підрозділі, тому обрані методи й діють (за свідченням командирів).

Також варто відмітити, що мали місце й категорія «інших проблем», серед яких вказали на стосунки з командирами та стосунки між самими військовими, рядовими особами. Таких відповідей було 17,6 %.

Відповідаючи на запитання мали досвід взаємодії із практичним психологом у мирний час, близько 52 % опитаних надали стверджувальні відповіді. Натомість мали звернення до психолога у період військового стану 41 % військовослужбовців. Отже, збільшилася кількість тих осіб, які під час війни не звертаються до психолога (хоча різниця не зовсім висока –12 %).

Наступним був пункт, що стосувався методів, якими при цьому скористався практичний психолог (Якщо такий досвід був, які методи для цього було обрано?). При цьому досліджувані військовослужбовці надали наступні відповіді: тестування (17,6 %), анкетування (17,6 %), міні-лекція (11,8 %), консультування (5,9 %) мають найнижчі показники. Співбесіда групова (29,4 %) й груповий тренінг (23,5 %) мають дещо вищі показники популярності серед військовослужбовців. Проте найвищі показники має індивідуальна співбесіда, яка серед опитаних ототожнюється як індивідуальна консультація – 76 %. Отже, найбільш використовуваними формами роботи були індивідуальні консультації, які, на нашу думку, мали місце ще до війни.

Варто відмітити, що серед переліку варіантів був варіант «інші методи», який уможливив надання військовими додаткової інформації у наступному п'ятому пункті анкети. Цей пункт анкети був за своїм характером відкритий. Тут мали місце відповіді, які стосувалися конфіденційності для військових під час спілкування із психологом, оскільки опитані відзначили, що «спілкування по анонімній телефонній лінії», «було б добре, коли б він був десь, не в частині», «краще самому із собою поспілкуватися». Отже, можна узагальнити, що такі відповіді свідчать про вагання військовослужбовців щодо звернення (з власної ініціативи) до психолога, оскільки бояться, з нашої точки зору, розголошення особистої інформації.

Відповіді на наступний пункт анкети надали змогу з'ясувати переконання військовослужбовців щодо більш ефективної (доцільної) форми психологічної

допомоги під час бойових дій (війни, військового стану). При цьому означений пункт анкети містив низку психологічних форм роботи, які були як звичайними, так і інноваційними. Варто відмітити, що тестування отримало у рейтингу 11,8 %, анкетування 0, співбесіда (індивідуальна) – 53 %, співбесіда (групова) – 6 %, груповий тренінг – 12 %, – 0, міні-лекція – 6 %, мотивування у груповому тренінгу до певних дій – 12 %. Решта форм роботи взагалі не є актуальною для даної частини, зокрема моніторинг «бойового стресу», дебрифінг. Отже, для більшості військовослужбовців найбільш затребуваною формою роботи є індивідуальна консультація або співбесіда, на другому місці груповий тренінг, який опитувані поділяють на мотиваційний і тренінг для зняття емоційного напруження. При цьому варто наголосити, що кількість варіантів для обрання відповіді не обмежувалася.

Цікавими виявилися дані наступних пунктів анкети, які були представлені у вигляді оціночних шкал і мали відношення до оцінки важливості психологічної допомоги під час війни (наскільки потрібна психологічна служба в умовах сучасних військових дій), очікування психологічної допомоги (очікування отримання психологічної допомоги), суб'єктивну задоволеність від отриманої психологічної допомоги, якщо така була (досвід отримання психологічної допомоги). Так, найвищі оцінки щодо необхідності психологічної допомоги надали 59 % опитаних. Натомість близько 41 % опитаних надали відповіді, що вказують на те, що важливість такої допомоги невелика (оцінки по шкалі 3,4, 5).

Оцінки по наступній шкалі, які вказують на очікування допомоги щодо себе, щодо своєї готовності отримати – 70 %. Натомість решта досліджуваних, близько третини не готові до прийняття таких форм допомоги (оцінки 1,2, 3). Остання шкала вказує на той факт, що загалом 41 % опитаних в цілому позитивно ставляться до наданої їм психологічної допомоги, натомість 59 % скоріше негативно, ніж позитивно.

Наступний пункт анкети стосувався стосунків опитаних із військовим психологом, в основі яких мають місце особистісні причини, а можливо й

вміння надати психологічну допомогу (що заважає (заважало) звернутися до психолога? Відповіді респондентів розподілилися наступним чином: варіантів: соромляться проблем, які турбують 23, 5 %; думаю, що це не до часу – 35, 3 %; вважаю, що впораюся із своїми проблемами сам – 58, 8 %. Отже, більшість респондентів воліють впоратися самостійно зі своїми психологічними проблемами, ще достатньо велика група намагається їх витіснити (або не зважати на них), найменша група, близько четверті, соромляться ділитися зі своїми проблемами з психологом.

Останнє запитання стосувалося форм роботи психолога у військовому підрозділі: які форми роботи є найбільш ефективними під час війни. Так, надані відповіді розподілилися наступним чином: близько 52 % опитаних вважає, що мають поєднуватися групові й індивідуальні методи; натомість 41 % осіб переконані, що найбільш ефективними є індивідуальні форми роботи; ще 7 % вибірки вважає, що найбільш цінними є групові форми роботи. Отже, як бачимо, думки опитаних розподілилися, проте відмічаємо достатньо велику групу досліджуваних, що переконані у дієвості індивідуальної форми роботи із військовим психологом.

Отже, проаналізувавши результати анкетування військовослужбовців частини можемо вказати, що вони достатньо неоднозначні. Варто відмітити, що проблеми, які мають місце серед військовослужбовців (зняття стресу, підвищення стресостійкості, зниження рівня емоційного напруження) достатньо чітко з'ясував військовий психолог, використовуючи для їх розв'язання групові інноваційні форми роботи. Проте військовослужбовці більшою мірою очікують індивідуальних форм роботи, а також тренінгу мотивації до виконання завдань за призначенням, яких наразі немає.

Порівняємо тепер результати, які було отримано за проведеною *бесідою із військовим психологом*. Так, відповідаючи на запитання, що саме визначає ефективність діяльності психолога з військовослужбовцями, досліджуваний зазначив, що ефективність його діяльності залежить від трьох аспектів: перший, це орієнтування у тих проблемах, які зараз відчуває більшість військових –

стрес, емоційне напруження, психологічна втома; другий, це своєчасний моніторинг означених проблем, з'ясування їх особливостей у конкретних осіб; по-третє, використання найбільш дієвих (ефективних) форм роботи з бійцями під час надання їм психологічної допомоги.

При цьому респондент відмітив, що найбільш ефективними є групові тренінги, проведення дебрифінгу після завдання, групове консультування, моніторинг бойового стресу. Також опитуваний підкреслив, що саме ці методи дозволяють йому ефективно виконувати свої функції.

Відповідаючи на запитання щодо стосунків із особовим складом підрозділу, на початку уточнив, з яким саме підрозділом. Після уточнення про яку саме військову частину йде мова, відповів, що у цій частині він не перебуває постійно, проте основні проблеми він знає і працює над їх розв'язанням. При цьому він зазначив, що командири частини просять його проводити мотиваційні тренінги, над змістом яких він працює зараз, оскільки тут достатньо делікатна особливість (специфіка) військових завдань.

Щодо стосунків, то військовий психолог визнав, що певною мірою військовослужбовці ставляться до нього з насторогою. Можливо, не довіряють йому, та як мало б бути, але він все одно з ними намагається встановити контакт.

Також у ході бесіди було з'ясовано, що індивідуальних звернень у цій частині не було, переважно вони спілкуються після виконання завдань за призначенням, використовуючи групові форми роботи. При цьому досліджуваний зазначив, що форми, якими він користується є дієвими, що доводить його практичний досвід роботи у військовій частині, який становить 6 повних років. За його словами, він, як фахівець, постійно вдосконалює себе як фахівця, опановуючи різні психологічні техніки, збагачуючи арсенал методів для більш продуктивної й ефективної роботи при наданні кваліфікованої психологічної допомоги.

Отже, здійснивши аналіз отриманих результатів за проведеною бесідою із військовим психологом частини, дійшли висновку, що фахівець чітко

орієнтується у сучасних проблемах, з якими мають справи військовослужбовці. При цьому намагається вирішувати найбільш нагальні питання за допомогою групових форм роботи, вважаючи їх найбільш ефективними у роботі з певною категорією військовослужбовців і працює над своїм самовдосконаленням. Також, він визнає, що можливо недостатньо використовує індивідуальні форми роботи, проте працює над запитамі, які надходять від командування частини та намагається встановити більш тісний контакт з особовим складом.

Таким чином, провівши констатувальний експеримент для з'ясування використання інноваційних форм роботи військового психолога, було з'ясовано, що військового психолога як окремої штатної одиниці у даній військовій частині немає. Проте, питання психологічної допомоги вирішується через відвідування психологом іншого підрозділу. Як правило, він з'являється після бойових завдань, щоб працювати з військовослужбовцями, а також і з командним складом. При цьому фахівці відмічають ефективність таких зустрічей, оскільки після них певною мірою знижується емоційно-психологічна напруженість. Також досліджувані підкреслили, що психолог використовує груповий тренінг, дебрифінг. Разом із тим, військові мають наміри залучати психолога для мотивації (налаштування) на виконання завдань. Варто відмітити, що проблеми, які мають місце серед військовослужбовців (зняття стресу, підвищення стресостійкості, зниження рівня емоційного напруження) достатньо чітко з'ясував військовий психолог, використовуючи для їх розв'язання групові інноваційні форми роботи. Проте військовослужбовці більшою мірою очікують індивідуальних форм роботи, а також тренінгу мотивації до виконання завдань за призначенням, яких наразі немає. Військовий психолог добре орієнтується у сучасних проблемах, з якими мають справи військовослужбовці. При цьому намагається вирішувати найбільш нагальні питання за допомогою групових форм роботи, вважаючи їх найбільш ефективними у роботі з певною категорією військовослужбовців і працює над своїм самовдосконаленням. Також, з'ясовано, що недостатньо використовує індивідуальні форми роботи, проте працює над запитамі, які надходять від

командування частини та намагається встановити більш тісний контакт з особовим складом психотерапевтичні сесії різних напрямів, зокрема КПТ (когнітивно-поведінкова терапія, травмофокусована КПТ), комплексні технології підтримки, подвійне терапевтичне посилення, технологія відновлення зовнішніх і внутрішніх ресурсів особистості та ін.

Висновки до розділу 3

Згідно мети дослідження було проведено констатувальний експеримент, що потребувало розроблення методики дослідження і комплектації вибірки досліджуваних. Методику дослідження складала структуроване інтерв'ю з командним складом, анкета для військовослужбовців, бесіда з військовим психологом. Внаслідок проведення в інтерв'ю мали з'ясувати зорієнтованість командного складу у функціях психолога, використовуваних фахівцем форм роботи й певної оцінки їх ефективності. Передбачалося з'ясування оцінки військовими форм роботи психолога, які він використовує у своїй професійній діяльності, зокрема й інноваційні. Бесіда з військовим психологом стосувалася форм взаємодії військового психолога з особовим складом підрозділу.

Було з'ясовано, що питання психологічної допомоги вирішується через відвідування психологом іншого підрозділу, що з'являється після бойових завдань, щоб працювати з військовослужбовцями, а також і з командним складом. При цьому фахівці відмічають ефективність таких зустрічей, оскільки після них певною мірою знижується емоційно-психологічна напруженість. Також досліджувані підкреслили, що психолог використовує груповий тренінг, дебрифінг. Разом із тим, військові мають наміри залучати психолога для мотивації (налаштування) на виконання завдань. Варто відмітити, що проблеми, які мають місце серед військовослужбовців (зняття стресу, підвищення стресостійкості, зниження рівня емоційного напруження) достатньо чітко з'ясував військовий психолог, використовуючи для їх розв'язання групові інноваційні форми роботи. Проте військовослужбовці більшою мірою очікують індивідуальних форм роботи, а також тренінгу мотивації до виконання завдань за призначенням, яких наразі немає. Військовий психолог добре орієнтується у сучасних проблемах, з якими мають справи військовослужбовці. При цьому намагається вирішувати найбільш нагальні питання за допомогою групових форм роботи, вважаючи їх найбільш ефективними у роботі з певною категорією військовослужбовців і працює над своїм самовдосконаленням. Також, з'ясовано, що недостатньо використовує

індивідуальні форми роботи, проте працює над запитамі, які надходять від командування частини та намагається встановити більш тісний контакт з особовим складом. психотерапевтичні сесії різних напрямів, зокрема КПТ (когнітивно-поведінкова терапія, травмофокусована КПТ), комплексні технології підтримки, подвійне терапевтичне посилення, технологія відновлення зовнішніх і внутрішніх ресурсів особистості та ін.

ВИСНОВКИ

Здійснивши дослідження проблеми інноваційних форм роботи військового психолога в аспекті професійного орієнтування, ми дійшли наступних висновків:

За першим завданням, було з'ясовано, що психологічна служба є досить затребуваним явищем у силових структурах, Основним її призначенням є надання психологічної допомоги контингенту осіб, що загалом переслідує дві мети: найбільш ефективно виконання представниками силових структур військових завдань за призначенням, а також турбота щодо підтримання психологічного здоров'я. Станом на сьогодні психологічна служба функціонує при Національній гвардії України, Національній поліції, Державній прикордонній службі України, при різних родах військ ЗСУ. В умовах військової агресії попит на психологічну допомогу зріс і значно почали розширюватися проблеми, з якими звертаються військовослужбовці. При цьому основна форма надання психологічної допомоги психологом –використання різних технологій, що поєднують у собі діагностичні, інтерпретаційні й корекційні складові.

За другим завданням, визначено, що особистісні якості офіцера-психолога сприяють успішному виконанню ним професійної діяльності, оскільки вони безпосередньо залежать від тих обставин, складнощів що супроводжують його в надзвичайних умовах. Серед важливих особистісних рис представлені відповідальність, розвинена емпатія військового психолога, самооцінка, толерантність, його фаховий етикет, організованість і зорієнтованість на виконання професійних обов'язків. Важливим у цьому сенсі є імідж військового психолога, тобто своєрідна установка щодо сформованості необхідних професійних рис у фахівця, які трансформуючись у його свідомості, сприяють активізації особистісних ресурсів. В умовах практичної фахової діяльності саме імідж офіцера психолога є основою набуття професіоналізму у плані добору найбільш дієвих форм роботи.

Психологічна готовність до професійної діяльності військового психолога розглядається як комплексне утворення в структурі особистості, що визначає налаштованість на виконання фахових функцій і зобов'язань. Це свого роду емоційний стан впевненості у своїх силах і можливостях у виконанні професійних завдань, викликів, що диктує сьогодення. Головними утвореннями у структурі є мотиви, ціннісні орієнтації, а також важливі у психологічному сенсі риси особистості. Зазвичай дослідники виділяють п'ять елементів у цьому феномені й розрізняють психологічну готовність із професійно-психологічною. Компетентність військового психолога розглядається як цілісний феномен, що дозволяє ефективно діяти у екстремальних ситуаціях, надаючи при цьому кваліфіковану допомогу. Особливу увагу нами було звернено на професійну компетенцію, що дозволяє комплексно проаналізувати ситуацію, вичленити проблему, обрати найбільш доцільні форми роботи для впливу на ситуацію, а також емоційно-вольову компетенції, що становить основу саморегуляції та виконання професійних функцій у нестійких, кризових ситуаціях.

За третім завданням, з'ясовано, що основними формами психологічної допомоги військових на даний момент є самодопомога, взаємодопомога, психологічна допомога медиків і медичних інструкторів, кваліфікована допомога офіцера психолога (бригада, полк), кваліфікована психологічна допомога військових психологів і психіатрів у військових госпіталях. Разом із тим основними формами психологічної допомоги є психологічна просвіта й заняття, які можуть відбуватися у вигляді міні-лекцій, консультування, психокорекції, психотерапії тощо. Означені форми мають бути спрямовані на забезпечення якісної психологічної, морально- психологічної стійкості військовослужбовців, швидкого їх відновлення психологічної готовності до ведення бойових дій. Форми психологічної допомоги забезпечують комплексний вплив на військовослужбовців, сприяючи опануванню ними спеціальними вміннями й навичками психологічної саморегуляції, знаття психологічної напруженості, формування стійкості морально-психологічного плану, а також і готовність до отримання психологічної допомоги.

За четвертим завданням, було визначено, що інноваційні форми психологічної допомоги у найбільшій мірі сприяють досягненню завдань, що постають перед психологом військового підрозділу. Зокрема вони забезпечують постійність і системність у наданні психологічної допомоги, сприяють супроводу (психологічному) військовослужбовців, а також надання допомоги при кризових станах (ГСР, ПТСР). Найбільш звичними формами психологічної допомоги є психологічна просвіта та спеціальні заняття психологічного контексту. Проте дослідники стверджують, що у сучасних умовах більш ефективною формою просвіти є психоедукація, завдяки якій стисло повідомляються необхідні психологічні знання як в індивідуальній так і в груповій бесіді. Разом із тим достатній потенціал мають діагностичні методи, зокрема стислі форми опитувальників, анкет, що дозволяють швидко й мобільно з'ясувати стан і налаштованість військовослужбовців, а також їх схильність до певних дій у умовах дії стресорів. Проте особливим попитом, необхідністю стали групові форми роботи, що дозволяють підвищити морально-психологічну стійкість особового складу, практичним вмінням надати самодопомогу, взаємодопомогу, отримання навичок комунікації у бойових умовах. Разом із тим активними(інноваційними) формами психологічної допомоги є індивідуальне або групове консультування, психотерапевтичні сесії різних напрямів, зокрема КПТ (когнітивно-поведінкова терапія, травмофокусована КПТ), комплексні технології підтримки, подвійне терапевтичне посилення, технологія відновлення зовнішніх і внутрішніх ресурсів особистості та ін. Проте найбільшим попитом користується дебрифінг, соціально-психологічний тренінг, що дозволяють надати допомогу у кризових ситуаціях

За п'ятим завданням, було експериментально досліджено експериментально, що військовий психолог добре орієнтується у сучасних проблемах, з якими мають справи військовослужбовці. При цьому намагається вирішувати найбільш нагальні питання за допомогою групових форм роботи, використовуючи при цьому дебрифінг, групові тренінги, вважаючи їх найбільш ефективними у роботі з певною категорією військовослужбовців і працює над

своїм самовдосконаленням. Також, з'ясовано, що недостатньо використовує індивідуальні форми роботи, проте працює над запитами, які надходять від командування частини та намагається встановити більш тісний контакт з особовим складом. психотерапевтичні сесії різних напрямів, зокрема КПТ (когнітивно-поведінкова терапія, травмофокусована КПТ), комплексні технології підтримки, подвійне терапевтичне посилення, технологія відновлення зовнішніх і внутрішніх ресурсів особистості та ін.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агаєв Н. А., Кокурн О. М., Герасименко М. В., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Досвід роботи в армії США та арміях інших країн щодо недопущення втрат особового складу з причин, не пов'язаних із виконанням завдань за призначенням. Методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2018. 156 с.
2. Агаєв Н. А., Кокурн О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В., Ткаченко В. В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
3. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України (методичні рекомендації) / Міністерство оборони України, Наук.-дослід. центр гуманітар. проблем Збройних Сил України: Н. А. Агаєв, О. Г. Скрипкін, А. Б. Дейко, В. В. Поливанюк, О. В. Еверт. Київ: НДЦ ГП ЗС України, 2016. 147 с.
4. Алещенко В. І., Сафін, О. Д., Потапчук Є. М. Організація забезпечення збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Київ: ВІКНУ. 2017. 254 с.
5. Алещенко В. Психологічні умови формування іміджумайбутнього офіцера Збройних Сил України. *Збірник наукових праць Національної Академії Державної Прикордонної Служби України. Серія «Психологічні науки»*. 2016. № 1(3). С. 1–6.
6. Берегова О. В., Коваль К. І. Діагностика та корекція посттравматичного стресового розладу у жителів країни, що перебуває у стані військового конфлікту. *Габітус. Випуск 42*. 2022. С. 113–118.
7. Білошицький В. І., Гангал А. В., Стукан С. О., Бех С. М. Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України: навч.-метод. посібн. 2-ге вид. Київ: НТУУ «КПІ імені Ігоря Сікорського», 2020. 138 с.
8. Блінов О. А. Психологія бойової психічної травми : монографія. – К.: Талком, 2016. 246 с.

9. Богомолець О. В., Пінчук І. Я., Ладик-Бризгалова А. К. Поширеність та структура посттравматичних психічних порушень в учасників бойових дій. *НейроNEWS*. 2017. № 4. С. 54–57.
10. Бойко-Бузиль Ю. Професійні завдання психологів в контексті викликів війн. *Психологія особистості фахівця в умовах воєнного часу та поствоєної реабілітації: Матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції (27 жовтня 2023)/ Укл. В. Бліхер*. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2023. С. 32–36.
11. Бочелюк В. Й., Панов М. С., Сербін Ю. В. *Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка». Серія «Психологія». Серія «Медицина»*. 2022. № 12 (17). С. 270–280.
12. Бриндіков Ю.Л. Теорія та практика реабілітації військовослужбовців учасників бойових дій в системі соціальних служб. дисерт. ...на здобуття наук. ступеня док. пед. н., 13.00.05. Хмельницький, 2018. 559 с.
13. Волошин П. В., Марута Н. О., Шестопалова Л. Ф. Посттравматичні стресові розлади та розлади адаптації в постраждалих унаслідок військового конфлікту. Київ: Агентство «Україна», 2015. 231 с.
14. Галян І. М. Психодіагностика: навч. посіб. К.: Академвидав, 2009. 464 с.
15. Горбунова В. В. Сприяння соціального оточення відновленню та зростанню особистості при посттравматичних станах та розладах. *Наука і освіта*. 2016. №5. С. 40-45.
16. Григоренко Т. Формування професійних компетентностей у психолога (спеціального, клінічного) у процесі навчання. Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Дисертація на здобуття ступеня вищої освіти доктора філософії за 016 Спеціальна освіта. Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2021 рік. 468с.
17. Диндина А. В. Особистість фахівця у галузі психології в умовах воєнного часу. *Психологія особистості фахівця в умовах воєнного часу та поствоєної реабілітації: Матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної*

- конференції (27 жовтня 2023)/* Укл. В. Бліхер. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2023. С. 101–105.
18. Діагностика, терапія та профілактика медико -психологічних наслідків бойових дій в сучасних умовах/ Укл. Волошин П. В., Марута Н. О., Шестопалова Л. Ф., Лінський І. В., Підкоритов В. С. Ліпатов І. І., Бучок Ю. С. Заворотний В.І. Харків, 2014. 67 с.
 19. Дуткевич Т.В., О. В. Савицька. Практична психологія. Вступ до спеціальності. Київ: Центр учб. літератури, 2007. 255 с.
 20. Єна А. І. Особливості післятравматичних стресових розладів у миротворців. Проблеми військової охорони здоров'я: збірник наукових праць УВМА. Київ: УВМА, 2005. Вип. 14. С. 72–75.
 21. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій: метод. посіб. / О. М. Кокун, В. В. Клочков, В. М. Мороз, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська. Київ-Одеса: Фенікс, 2022. 128 с
 22. Інформаційно-психологічна модель роботи психолога військової частини Національної гвардії України: монографія / М. С. Байда та ін. Харків: НА НГУ, 2022. 108 с.
 23. Кабусь Н. Д., Мартинюк І. М., Погребняк Т. Д. Зарубіжний досвід надання соціально-психологічної допомоги військовослужбовцям та цивільному населенню в зоні збройних конфліктів. *Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика : матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції (Харків, 20–21 травня 2022 р.) / за ред. Боярської-Хоменко А. В., Попової О. В.* Харк. нац. пед. ун-т імені Г. С. Сковороди. Харків, 2022. 40–44.
 24. Климчук В. О. Посттравматичне зростання та як можна йому сприяти у психотерапії. *Наука і освіта*. 2016. №5. С. 46-52.
 25. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Основи психологічних знань про психічні розлади для військового психолога. Методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ. 2018, 310 с.

26. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Олійник В.О., Хоружий С.М., Ларіонов С.О., Сириця М.В. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами : метод. посіб. Київ: 7БЦ, 2023. 175 с.
27. Кокун О. Психологія професійного становлення сучасного фахівця: монографія. Київ: ДП «Інформ.-аналіт. Агенство», 2012. 200 с.
28. Крайнюк В.М. Теорія та практика психологічної допомоги / В.М. Крайнюк. – К.: НАОУ, 2003. – 158 с.
29. Кривоконь Н. І. Соціально-психологічне забезпечення соціальної роботи : монографія / Н. І. Кривоконь. Харків, 2011. 480 с.
30. Крикля К. П. Психологічні особливості професійного становлення майбутнього психолога в умовах сучасного суспільства. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ 2 (1). 2012. С. 409–417.
31. Курова А. В. Науковий вісник Ужгородського національного університету Серія ПСИХОЛОГІЯ. 2022. Випуск 4. С. 15–18.
32. Лісовський П. М. Військова психологія: методологічний аналіз: навчальний посібник. Київ: Кондор, 2017. 290 с.
33. Марценюк М. О. Особливості професійної та особистісної готовності психолога до професійної діяльності. *Міжнародний науковий вісник: збірник наукових праць /ред. кол. І.В.Артёмов та ін. Ужгород: ДВНЗ «УжНУ», 2014. Вип. 2 (9). С. 366 -382.*
34. Мась Н. Характеристика структури професійної компетентності майбутніх військових психологів. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки. 2010. № 24–25. С. 114–120.*
35. Мельничук І. Я. Цапенко О.В. Психологічна допомога особистості з посттравматичним синдромом: методичні рекомендації для практичних психологів. Кіровоград, 2006. 52 с.
36. Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України: Підручник: у 2 ч. Ч.1. / за заг. ред. В.В. Стасюка. Київ: НУОУ, 2012. 682 с

37. Москальова А. С., Власенко А. А. Психологічні особливості професійної діяльності психолога – представника допомагаючої професії соціономічного типу. *Науковий огляд* 2018. № 4(47). С. 124–141.
38. Мульована Л. І. Психологічний дебрифінг як метод групової психологічної корекції посттравматичних стресових розладів в учасників бойових дій. *Проблеми соціальної роботи*. 2014. № 1(4). С. 64–69.
39. Олійник Ю. О., Романів А. С., Параняк Н. М. Домедична психологічна допомога в умовах війни. *Габітус*. 2022. Випуск 37. С. 174–179.
40. Організація та методика роботи з особовим складом: підручник / В. М. Петренко, М. М. Ляпа, І. В. Леганьков та ін. Суми : Сумський державний університет, 2020. 414 с.
41. Основи військової психології: навч. посібн./ Г. Бондарєв, П. Круть. Харків, 2020. 272 с.
42. Основи практичної психології / В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін.: підр. 3-є вид. К.: Либідь, 2006. 536 с.
43. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник/ За ред. Л. Царенко. Том 2. Київ, 2018. 240 с.
44. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник/ За заг ред. Л. Гридковець. Том 3. Київ, 2018. 236 с.
45. Основи роботи психолога внутрішніх військ МВС України: навч. посіб. / І.І. Ліпатов, І.І. Приходько, Ю.Б. Ірхін, В.І. Пасічник та ін. Харків: Акад. ВВ МВС України, 2008. 153 с.
46. Павелко І. І. Модель професійно-психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах військових розвідників та підрозділів спеціального призначення. *Військово-технічний збірник*. 2016. № 6. С. 146–152.
47. Палій А. А. Диференціальна психологія: навч. посіб. К.: Академвидав, 2010. 432 с.
48. Паршина Ю. Вивчення професійно важливих якостей психолога. *Практична психологія та соціальна робота*. 2008. № 5–6. С. 79–82.

- 49.Пилипенко Н. Психологічна допомога та підтримка постраждалим внаслідок війни в Україні. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 6 (70) С. 142–148.
- 50.Пов'якель Н. І. Професійна рефлексія психолога-практика. *Практична психологія та соціальна робота*. 1998. № 6–7. С. 3–6.
- 51.Приходько Ю.О. Практична психологія: введення в професію: навч. посібник. 2-е вид. Київ: Каравела, 2010. 232 с.
- 52.Пророк Н. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Київ: Organization for Security and Cooperation in Europe. 2018. 208 с.
- 53.Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник/ За ред. З. Г. Кісарчук. Київ: ТОВ «Логос». 207 с.
- 54.Психологічна енциклопедія / укл. О. М. Степанов. К.: Академвидав, 2006. 424 с.
- 55.Психологія екстремальної діяльності: навч. посіб./ І. І. Приходько. О. С., Колесніченко, О. В. Тімченко та ін. / За заг. ред. проф. І. І. Приходька. Харків: НА НГУ, 2016. 571 с.
- 56.Психологія і педагогіка військових колективів: навчальний посібник. / За ред. В. О. Ананьїна. ІСЗЗІ КПІ ім. Ігоря Сікорського, Київ: Політехніка, 2021. 274 с.
- 57.Сдова М. А., Соколовський Р. В., Нізамутдінов І. Ф. Впровадження інноваційних засобів медико-психологічної реабілітації військовослужбовців зони АТО у провідних країнах світу та в Україні. *Журнал про освіту, здоров'я і спорт*. 2016. 6 (7). С. 27–34.
- 58.Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій : практичний посібник/ За наук. ред. Т. М. Титаренко. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.

- 59.Сторожук Н. А., Гаврющенко В. В. Досвід використання кейс-методу при формування професійних компетентностей військового психолога. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. № 6 (64). С. 110–117.
- 60.Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу: монографія / за ред. З. Г. Кісарчук. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2020. 178 с.
- 61.Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості. К.: Марич, 2009. 232 с.
- 62.Томчук М. І. Методологічні засади дослідження формування психологічної готовності особистості до діяльності. *Психологія і суспільство*. 2010. № 4. С. 39–46.
- 63.Торічний В. Структура професійного іміджу прикордонника. *Вісник Національного університету оборони України*. 2011. Вип. 2. С. 238–243.
- 64.Хуртенко О. Дебрифінг як метод соціально-психологічної реабілітації учасників воєнних дій. *Психологічний журнал*. 2020. № 3. С. 91–104.
- 65.Чебикін О., Астрейко С. Імідж психолога та можливості його формування. *Наука і освіта*. 2010. Вип. № 8. С. 44–48.
- 66.Шумейко А. П. Формування іміджу офіцера-психолога: методологічно-дослідницький аспект. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 4. С. 207–213.
- 67.Ягупов В. В. Військова психологія: Підручник. Київ: Тандем, 2004. 256 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Інтерв'ю / структуроване/ для командирів

Мета: виявлення ставлення командного складу військової частини до форм діяльності офіцера-психолога

1. Наскільки часто ви взаємодієте із психологом військової частини (зважте, що часто – це кожен день (можливо декілька раз на день), періодично – це 3–5 разів на тиждень; рідко декілька разів на місяць). Чому?
2. Назвіть основні завдання (функції), які виконує психолог у військовому підрозділі. Наскільки добре він в них орієнтується?
3. Як ви вважаєте, наскільки корисною є його діяльність для вашого підрозділу? Як налаштовані військовослужбовці на взаємодію з ним.
4. Чи орієнтуєтесь у формах роботи, які використовує психолог у вашому підрозділі. Якщо зможете назвіть їх.
5. Наскільки ефективними є форми роботи психолога для військовослужбовців вашого підрозділу
6. Чи впливають форми роботи психолога з військовослужбовцями на виконання поставлених перед ними завдань, у тому числі й бойових (якщо був такий досвід)
7. До яких заходів ви хотіли б залучати психолога у вашому військовому підрозділі. Чи намагалися ви це реалізовувати?
8. Як ви вважаєте, які особистісні якості допомагають психологу реалізовувати на практиці його основні функції, зобов'язання

Додаток Б

Анкета для військовослужбовців

Інструкція. Шановні військовослужбовці надайте відповіді на запитання, які стосуються діяльності психологічної служби. Опитування є повністю анонімним. Особи, які візьмуть участь у дослідженні ідентифікувати неможливо!

Відповідаючи на запитання, намагайтеся відповідати максимально відверто. Матеріали, які будуть отримані спрямовуватимуться на пошук найбільш ефективних методів надання психологічної допомоги військовослужбовцям.

1. Як ви вважаєте, чи важливою є психологічна служба у військовій частині? Так; Ні; Не можу визначитися.
2. Чи є у вашій частині психологічна служба?
3. Якої психологічної допомоги потребуєте на даний час?
4. Чи мали ви досвід спілкування із психологом у мирний час? Так, Ні; Не хочу про це говорити
5. Чи мали ви досвід взаємодії із психологом під час війни, військових дій?
6. Якщо такий досвід був, які методи для цього було обрано? Відмітьте їх, якщо це один метод, та вкажіть його, якщо це були декілька, відмітьте їх: тестування, анкетування, співбесіда (індивідуальна), співбесіда (групова), груповий тренінг, консультування, дебрифінг, міні-лекція.
7. Якщо відповідь була «інші методи» назвіть їх (коротко, якщо не знаєте назви опишіть).
8. Як ви вважаєте, який і методів буде найбільш дієвим під час війни (відмітьте не більше трьох): тестування, анкетування, співбесіда (індивідуальна), співбесіда (групова), груповий тренінг, консультування, дебрифінг, міні-лекція, мотивування у груповому тренінгу до певних дій, моніторинг «бойового стресу».

9. Оцініть по шкалі, на вашу думку, наскільки потрібна психологічна служба в умовах сучасних військових дій, де 0 взагалі необов'язкова, а 10 надзвичайно обов'язкова.
10. Оцініть ваші очікування від психологічної служби (у плані отримання психологічної допомоги), де 1 нічого гарного не вийде із цього, а 10 дуже гарні результати
11. Оцініть власний досвід отримання психологічної допомоги (якщо він був) за шкалою незадоволений - задоволений, де 1 мінімальна задоволеність 10 максимальна.
12. Що вам заважає (заважало) у зверненні до психолога? Відмітьте декілька варіантів: соромитися проблем, які вас турбують; переживаєте, що скажуть інші; думаю, що це не до часу; вважаю, що впораюся із своїми проблемами сам; впишіть інший варіант, якщо він є.
13. На вашу думку, які методи мають домінувати у сучасній психологічній службі? Оберіть одну, у крайньому випадку дві відповіді: групові (бесіди, тренінги); індивідуальні (консультування, бесіда); як групові, так й індивідуальні.