

## ПСИХОЛОГІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ ТА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

УДК 159.942

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.2/15>

**Чорна І.М.**

Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка

### ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНЕ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ, УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ЯК ФАКТОР ПРОФІЛАКТИКИ ПТСР

*У статті науково обґрунтовано актуальність проблеми психолого-педагогічної підготовки майбутніх офіцерів Збройних сил України, учасників бойових дій. Розкрито значення психологічної підготовки для профілактики посттравматичного стресового розладу. Проаналізовано досвід країн світу із наслідків впливу посттравматичного стресового розладу на якість життя демобілізованих військовослужбовців. Обґрунтовано необхідність активізації роботи з планомірної, цілеспрямованої психологічної підготовки майбутніх офіцерів Збройних сил України, учасників бойових дій до участі у воєнних діях. Проаналізовано переваги та недоліки досвіду створення проєктів, курсів, центрів реабілітації та волонтерських груп які допомагають бійцям.*

*Розкрито зміст поняття психологічна реабілітація учасників бойових дій. Диференційовано зміст понять профілактика, діагностика, психологічний супровід, реабілітація УБД. Обґрунтовано особливості, зміст та застереження щодо умов психологічної реабілітації діючого військовослужбовця. Розкрито зміст емоційно-вольової стійкості. Проаналізовано сучасні наукові дослідження проблеми психологічної реабілітації учасників бойових дій; діагностики та психокорекції психоемоційних станів; формування емоційно-вольової стійкості. Здійснено порівняльний аналіз досліджень психоемоційного стану УБД. Визначено вплив психологічного супроводу, формування емоційно-вольової стійкості на психоемоційний стан УБД; основні завдання для ефективної організації та здійснення психологічної реабілітації УБД. Прокоментовано визначення психологічної стійкості військовослужбовця в Україні та США. Проаналізовано результати експериментальних досліджень стану тривожності УБД, які отримували психологічний супровід та продовжують службу в ЗСУ у 2018 та 2022 роках.*

*Встановлено, що завдяки психологічному супроводу, спрямованому на формування емоційно-вольової стійкості, вдалось знизити рівень тривожності УБД. Встановлено що завдяки психологічному супроводу, спрямованому на формування емоційно-вольової стійкості, вдалось покращити показники емоційного стану УБД. Проведено порівняльний аналіз емоційної стійкості УБД. Встановлено стабілізацію та суттєве зростання показників емоційно-вольової стійкості УБД, які отримували психологічний супровід.*

**Ключові слова:** емоційно-вольова стійкість, майбутні офіцери Збройних сил України, УБД, психолого-педагогічна підготовка, психологічний супровід, ПТСР, профілактика, психологічна реабілітація, тривожність, формування емоційно-вольової стійкості.

**Постановка проблеми дослідження.** Дослідження психологічної травми як однієї із основних причин ПТСР та інших різних супроводжуючих його симптомів, які як згадку про себе залишає війна для тих, хто брав у ній участь, вчені досліджували ще в минулому столітті.

Психіатр, що досліджував людей, які пережили нацистські концтабори, Лео Айтінгер (Leo

Eitinger), писав у своїй праці болісний конфлікт між тими, хто був безпосередньо жертвою та тими, хто був лише свідком тих подій: «Війна та жертви є чимось, що спільнота хоче забути; все болоче та неприємне затягує серпанок забуття. Ми маємо дві протилежні сторони, поставлені лицем до лица; з одного боку – жертви, які можливо, хотіли б забути все, але не можуть,

а з іншого боку – всі ті, хто має сильне, часто несвідоме, бажання, забути та досягають успіху в цьому. Ця відмінність часто є надто болючою для обох сторін. І слабший залишається стороною, що програє в цій тихій та нерівній битві». Дана цитата, є неабияк актуальною і сьогодні, а цими жертвами є наші ветерани, люди, які пропустили кризь себе весь жах війни і повернулися додому, в мирне середовище [1].

Сучасна суспільно – політична ситуація в нашій державі вимагає суттєвого зростання уваги до засобів та методів діагностики, реабілітації та психологічної допомоги бійцям. Адже після перебування в осередку бойових дій їм потрібна не лише медична, а і науково-обґрунтована психологічна допомога. На даний час в Україні активними темпами розвивається створення різних проєктів, курсів, центрів реабілітації та волонтерських груп які допомагають бійцям. Проте, досвід не завжди позитивний, адже ініціаторами створення проєктів інколи виступають особи без психологічної освіти.

Розв'язання проблеми психологічної та соціальної реабілітації бійців вкрай необхідно, адже теорія і практика розробки даної проблеми не відповідає зростаючій нагальній потребі. Очевидною є потреба у науково – прикладному осмисленні особливостей соціально-психологічної реабілітації учасників бойових дій [2].

**Постановка проблеми.** На основі волонтерської практики надання психологічної допомоги УБД АТО, у 2015 році ми прийшли до висновку, що під широким поняттям психологічна реабілітація УБД слід розуміти комплексну систему заходів, а саме: профілактики, діагностики, психологічного супроводу (дистанційного і безпосереднього) та власне реабілітації учасників бойових дій.

Профілактика – це комплекс заходів, спрямований на формування психологічної готовності та ефективної адаптації призовників строкової служби та військовослужбовців за контрактом до умов бойових дій.

Діагностика – це комплекс заходів, спрямований на виявлення рівня психологічної готовності, – придатність до військової служби. Психодіагностика УБД.

Психологічний супровід – це комплекс заходів, спрямований на невідкладне надання психологічної допомоги УБД. Дистанційно – в телефонному режимі, соцмережах, за умови строгого дотримання правил секретності та безпеки. Безпосередньо – психологічна консультація наживо.

Реабілітація УБД – це комплекс заходів, спрямований на надання психологічної допомоги УБД засобами психодіагностики, психокорекції, стабілізації психічного стану, ресоціалізації (при потребі).

Зауважимо, що кінцеву ланку, психологічну реабілітацію у її класичному розумінні можна здійснювати лише для звільнених у запас та демобілізованих УБД. Психологічна реабілітація діючого військового призведе до його ресоціалізації та пониження рівня його боєздатності. Для діючих військових дозволяється лише психологічний супровід (дистанційний, безпосередній) [3].

Важливим аспектом профілактики ПТСР є формування емоційно-вольової стійкості бійця. Як зазначає Є. М. Потапчук, емоційно-вольова стійкість – здатність протистояти реальній небезпеці, виявляти психічну витривалість і стійкість, вольовими зусиллями долати негативні почуття та психічні стани – виробляється у військовослужбовців у процесі психологічної підготовки.

**Аналіз останніх досліджень.** Проблему психологічної реабілітації учасників бойових дій досліджували: Г. Акімов, М.Бедюк, В.Березовець, В. Гічун, Р. Грінкер, В. Ковтун, О. Коржиков, С. Мироносець, В. Осьодло, Є.М. Потапчук, В. Стасюк, О. Тимченко, І. Чорна, С. Яковенко, інші.

Проблема діагностики та психокорекції психо-емоційних станів стала предметом досліджували: Н.А. Агаєв, О.О.Буряк, Дж. Герман, М.І. Гіневський, Г.Л. Катеруша, О.М. Кокун, І.О. Пішко, Д.Д. Романовська, О.В. Ілашук, інші.

Проблему формування емоційно-вольової стійкості досліджували: Л. Березовська, О.А. Блінов, В. Богайчук, В.В.Клочков, С. Костів, В.М. Мороз, Є.М. Потапчук, інші.

**Формулювання цілей статті.** Здійснити порівняльний аналіз досліджень психоемоційного стану УБД. Визначити вплив психологічного супроводу, формування емоційно-вольової стійкості на психоемоційний стан УБД.

**Виклад основного матеріалу.** У 2018 році на Всеукраїнській науково-практичній конференції в місті Маріуполь ми озвучили основні завдання для ефективної організації та здійснення психологічної реабілітації УБД:

1. Створення науково-методичних лабораторій для розробки методології, протоколів психологічної допомоги УБД.

2. Оперативно розробити, апробувати та затвердити протоколи для здійснення: профілактики, діагностики, психологічного супроводу (дистанційного і безпосереднього) та реабілітації учасників бойових дій в зоні АТО.

3. Чітко визначити межі, умови взаємодоповнюваності, чи компенсаторні можливості 4 видів супроводів та реабілітацій: психологічного, медичного, соціального та духовного. Здійснювати державний та громадський контроль за недопущенням їх підміни, що має ознаки корупційних дій.

4. Розробити системи роботи по: медичному (військові лікарі), психологічному (військові психологи), духовному (військові капелани), соціальному (соціальні працівники) супроводу бійців АТО, що знаходяться в зоні військових дій.

5. Розробити системи роботи по: медичному (лікарі), психологічному (практичні психологи), духовному (священники), соціальному (соціальні працівники) супроводу бійців АТО, що знаходяться в зоні миру.

6. Розробити системи роботи по: медичній (лікарі), психологічній (практичні психологи), духовній (священники), соціальній (соціальні працівники) реабілітації демобілізованих бійців АТО, що знаходяться в зоні миру.

7. Оперативно розробити, апробувати та затвердити протоколи для здійснення профілактики, діагностики, психологічного супроводу (дистанційного і безпосереднього) та реабілітації членів сімей учасників бойових дій в зоні АТО.

8. Розробити вимоги до кадрового, функціонального, науково-методичного, матеріально-технічного забезпечення центру психологічної реабілітації УБД.

9. Вдосконалити протокол психодіагностики та посилити відповідальність психологів призовних комісій військкоматів за прийняття висновку про психологічну готовність, – придатність до військової служби.

10. Оперативно розробити, апробувати та затвердити програми для формування психологічної готовності та ефективної адаптації призовників строкової служби та військовослужбовців за контрактом до умов бойових дій.

11. МЗС України видати наказ про заборону на постачання та вживання алкогольних напоїв у військових підрозділах.

12. Створювати на базі наркодиспансерів реабілітаційні відділення медико - психологічної, духовної та соціальної допомоги УБД та членам їх сімей.

13. Налагоджувати співпрацю наркологічних диспансерів із духівниками різних конфесій для надання духовної складової реабілітаційної допомоги УБД.

14. Активізувати в церквах пропаганду здорового способу життя. Рекомендувати відновлення в церквах ведення «Золотої книги тверезості».

15. Активізація просвітницької роботи в навчальних закладах по формуванню психологічної готовності до захисту Вітчизни, профілактиці шкідливих звичок.

16. Створити мережу консультативно-просвітницьких центрів для профілактики пияцтва, наркоманії та допомоги залежним від алкоголю та наркотиків УБД.

17. Активізувати проведення науково-практичних конференцій по проблемі психологічної реабілітації, профілактики та лікування алкогольної та наркозалежності УБД.

18. Поєднувати зусилля науковців медиків, психологів, соціальних працівників, духовенства у забезпеченні ефективної реабілітації УБД та членів їх сімей [3].

На даний час проблема психологічного супроводу, реабілітації УБД стала ще більш актуальною і потребує ґрунтовних наукових досліджень та практичної реалізації.

Підтримання психологічної стійкості та бойової активності особового складу підчас бойових дій забезпечується психологічно обґрунтованою організацією професійної підготовки та практичної діяльності, створенням сприятливих соціально-психологічних умов та використанням спеціальних методів психологічної регуляції. Відтак психологічну роботу офіцерів структур морально-психологічного забезпечення необхідно спрямувати на розвиток адапційних навичок, навичок асертивності та стресостійкості, вироблення конструктивних механізмів адекватної поведінки, опрацювання психотравмуючих ситуацій психофізіологічними і психотерапевтичними методами, оскільки зазначена робота є невід'ємною і обов'язковою частиною підтримання психічного здоров'я і психологічного супроводу військовослужбовців, які беруть участь у бойових діях. У той час як соціально-психологічну профілактичну роботу та психолого-педагогічні заходи впливу необхідно спрямовувати на зміцнення та стабілізацію психічної стійкості військовослужбовців загалом, яка є свого роду «щепленням» проти різних форм девіантної поведінки [4].

Відповідно до наказу Головнокомандувача Збройних Сил України від 18.10.2021 р. № 305 «Про затвердження Інструкції з організації психологічного забезпечення особового складу Збройних Сил України», психологічна стійкість визначена, як здатність особи підтримувати необхідний рівень психологічної готовності протягом визначеного часу у конкретних умовах обстановки та швидко відновлювати свій психоемоційний стан після екстремальних (кризових) ситуацій [5].

Психологічна стійкість в армії США розуміється як розумова, фізична, емоційна та поведінкова здатність протистояти та долати труднощі, адаптуватися до змін, відновлюватися, вчитися та рости після невдач [6].

На думку вчених, при достатній психологічній стійкості військовослужбовців і володінні ними прийомами і методами психічної саморегуляції більше половини вражених можуть бути повернені в стрій через 1-3 доби. Психологи США прогнозують, що в сучасній війні до 50 % всіх втрат можуть скласти психогенні [7].

Нами проведено порівняльне дослідження стану тривожності УБД, які отримували психологічний супровід та продовжують службу в ЗСУ у 2018 та 2022 роках (Табл. 1).

За допомогою шкали самооцінки рівня тривожності Ч.Д. Спілберга – Ю.Л. Ханіна, встановлено, що завдяки психологічному супроводу, спрямованому на формування емоційно-вольової стійкості, вдалось знизити рівень тривожності УБД.

Дослідження трьох основних складових функціонального психоемоційного стану УБД, які отримували психологічний супровід та продовжу-

ють службу в ЗСУ у 2018 та 2022 роках (Табл. 2).

За допомогою методики САН встановлено що завдяки психологічному супроводу, спрямованому на формування емоційно-вольової стійкості, вдалось покращити показники емоційного стану УБД.

Нами проведено порівняльний аналіз емоційної стійкості УБД (Табл. 3).

За допомогою методики визначення емоційної стійкості (В.Л.Марішук, Ю.Я.Кісельов) встановлено стабілізацію та суттєве зростання показників емоційно-вольової стійкості УБД, які отримували психологічний супровід.

**Висновки.** В результаті проведеного дослідження встановлено, що проблема формування емоційно-вольової стійкості стала предметом дослідження ряду провідних науковців, психологів. Високий рівень емоційно-вольової стійкості учасників бойових дій, майбутніх офіцерів Збройних сил України, виступає вагомим фактором підвищення бойового духу та боєздатності бійців; ефективним засобом психоемоційної стабілізації, збереження та профілактики розвитку посттравматичного стресового розладу. Із практики психологічної реабілітації

Таблиця 1

Рівень тривожності УБД

Роки	2018				2022			
	Шкала реактивної тривожності		Шкала особистісної тривожності		Шкала реактивної тривожності		Шкала особистісної тривожності	
Рівень тривожності	А. к.	у %	А. к.	у %	А. к.	у %	А. к.	у %
Низький	3	15	1	5	5	25	7	35
Середній	13	65	13	65	14	70	10	50
Високий	4	20	6	30	1	5	3	15
Всього:	20	100	20	100	20	100	20	100

Таблиця 2

Емоційний стан УБД

Роки	2018						2022					
	Самопочуття		Активність		Настрій		Самопочуття		Активність		Настрій	
Рівень	А.к.	%	А.к.	%	А.к.	%	А.к.	%	А.к.	%	А.к.	%
Низький	3	15	11	55	1	5	2	10	1	5	1	5
Середній	12	60	8	40	11	55	12	60	10	50	7	35
Високий	5	25	1	5	8	40	6	30	9	45	12	60
Всього:	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100	20	100

Таблиця 3

Емоційна стійкість УБД

Роки	2018		2022	
	А.к.	%	А.к.	%
Низький	9	45	3	15
Середній	8	40	5	25
Високий	3	15	12	60
Всього:	20	100	20	100

УБД встановлено, що високий рівень розвитку емоційно-вольової стійкості бійця сприяє мінімалізації ризиків розвитку ПТСР. Ефективним засобом для формування емоційно-вольової стійкості УБД, майбутніх офіцерів Збройних сил України є психологічний супровід, психоло-

гічна підготовка та формування психологічної готовності до участі у бойових діях.

**Перспективи подальших досліджень** вбачаємо у необхідності розробки практичного курсу для студентів спеціальності 053 Психологія з основ психологічної допомоги учасникам бойових дій.

#### Список літератури:

1. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання. Львів: Видав. Старого Лева, 2015. 416 с.
2. Бедюк М. В. Особливості реалізації програми «психологічна допомога бійцям АТО та їхнім сім'ям». Збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету. Рівне: РДГУ, 2016. Вип. 6: *Психологія: реальність і перспективи*. С. 18–21.
3. Чорна І. М. Особливості організації психологічної реабілітації учасників АТО та членів їх сімей. *Психосоціальна підтримка осіб з травмою війни: міжнародний досвід та українські реалії*: зб. матеріалів, доповідей Всеукраїнської наук. – практ. конф. Маріуполь, 2018. С. 274–277.
4. Клочков В.В. Сучасні погляди на проблему формування психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій. *Вісник Національного університету оборони України* 3 (67). Київ, 2022. С. 71–79.
5. Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 18.10.2021 р. № 305 «Про затвердження Інструкції з організації психологічного забезпечення особового складу Збройних Сил України».
6. Deshields T, Heiland M, Kracen A, Dua P. Resilience in adults with cancer: development of a conceptual model. *Psychooncology*. 2015; 25(1): 11–18.
7. Грицевич Т. Л., Гузенко І. М., Капінус О. С., Мацевко Т. М., Романишин А. М. Психологія бою : навч. посіб. / ред. А. М. Романишина. Львів : Видавництво «Астролябія», 2017. 352 с.

#### **Chorna I.M. PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL FORMATION OF EMOTIONAL AND VOLITIONAL RESISTANCE OF FUTURE OFFICERS, PARTICIPANTS OF MILITARY OPERATIONS AS A FACTOR OF PTSD PREVENTION**

*The article scientifically substantiates the relevance of the problem of psychological and pedagogical training of future officers of the Armed Forces of Ukraine, participants of military operations. The importance of psychological training for the prevention of post-traumatic stress disorder is revealed. The experience of the countries of the world on the effects of post-traumatic stress disorder on the quality of life of demobilized servicemen is analyzed. The necessity of intensification of work on planned, purposeful psychological training of future officers of the Armed Forces of Ukraine, participants of military operations to participate in hostilities is substantiated. The advantages and disadvantages of the experience of creating projects, courses, rehabilitation centers and volunteer groups that help fighters are analyzed. The meaning of the concept of psychological rehabilitation of participants of military operations is revealed. The content of the concepts of prevention, diagnosis, psychological support, rehabilitation of participants of military operations is differentiated. The specifics, content and caveats regarding the conditions of psychological rehabilitation of an active serviceman are substantiated. The content of emotional and volitional stability is revealed. Modern scientific research on the problem of psychological rehabilitation of participants of military operations is analyzed; diagnostics and psycho-correction of psycho-emotional states; formation of emotional and volitional stability. A comparative analysis of studies of the psycho-emotional state of the participants of military operations was carried out. The influence of psychological support, the formation of emotional and volitional stability on the psycho-emotional state of participants of military operations is determined; main tasks for effective organization and implementation of psychological rehabilitation of participants of military operations. The definition of psychological stability of a military serviceman in Ukraine and the USA is commented. The results of experimental studies of the state of anxiety of participants of military operations, who received psychological support and continue to serve in the Armed Forces in 2018 and 2022, were analyzed. It was established that thanks to psychological support aimed at the formation of emotional and volitional stability, it was possible to reduce the level of anxiety of participants of military operations. It was established that thanks to the psychological support aimed at the formation of emotional and volitional stability, it was possible to improve the indicators of the emotional state of participants of military operations. A comparative analysis of the emotional stability of participants of military operations was carried out. Stabilization and a significant increase in indicators of emotional and volitional stability of participants of military operations, which received psychological support, were established.*

**Key words:** emotional and volitional stability, future officers of the Armed Forces of Ukraine, participants of military operations, psychological and pedagogical training, psychological support, PTSD, prevention, psychological rehabilitation, anxiety, formation of emotional and volitional stability.