

*Василенко С. В.* кандидат психологічних наук,  
доцент, Національний університет оборони  
України імені Івана Черняхівського  
<https://orcid.org/0000-0002-5318-9172>

## НЕЙТРАЛІЗАЦІЯ НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ БОЙОВОГО ТА ОПЕРАТИВНОГО СТРЕСУ НА ОСОБОВИЙ СКЛАД ВІЙСЬКОВИХ ЧАСТИН (ПІДРОЗДІЛІВ) ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

*У статті висвітлені сучасні погляди щодо змісту та організації психологічного забезпечення особового складу військових частин (підрозділів) Збройних Сил України. За результатами дослідження уточнено та конкретизовано зміст та порядок проведення заходів з контролю бойового (оперативного) стресу в процесі психологічного забезпечення військ (сил) Збройних Сил України в загальній системі морально-психологічного забезпечення. Напрямок подальших досліджень полягає в удосконаленні існуючих методів діагностики проявів бойового (оперативного) стресу та підвищенні якості надання психологічної допомоги учасникам бойових дій за рахунок удосконалення існуючої системи психологічної реабілітації особового складу Збройних Сил України.*

**Ключові слова:** психологічне забезпечення; психологічна підготовка; психологічний супровід; бойовий стрес; оперативний стрес; посттравматичний стресовий розлад; психологічна реабілітація; психологічна декомпресія.

**Вступ.** Специфіка проходження служби особовим складом військових частин (підрозділів) Збройних Сил України висуває особливі вимоги до їх психіки, особливостей реагування, характеру поведінки, емоційно-вольової стійкості та індивідуальних психологічних якостей особистості.

Умови, в яких особовий склад виконує завдання за призначенням, характеризуються постійними нервово-психічними та фізичними перенавантаженнями, дефіцитом часу для реагування на ситуації, що виникають, та, безперечно, підвищеним вітальним ризиком. Невідповідність між складними професійними завданнями та здатністю особистості з ними впоратися призводить до виникнення професійного стресу та ряду негативних психічних реакцій та станів як під час виконання завдань, так і після їх завершення. Психологічна травматизація військовослужбовців стає причиною зниження ефективності виконання бойових завдань, збільшення небойових втрат, підвищення рівня проявів суїцидальної активності тощо. Сучасні бойові дії, як правило, спричиняють підвищений

стресогенний вплив на психіку особового складу військових частин (підрозділів).

**Мета статті.** Уточнення та конкретизація змісту та порядку проведення заходів щодо контролю бойового (оперативного) стресу в процесі психологічного забезпечення особового складу військових частин (підрозділів) Збройних Сил України в сучасних умовах (в системі психологічного забезпечення).

### **Завдання статті.**

1. Уточнити зміст нормативно-правової бази з визначеної проблематики.

2. Конкретизувати завдання з контролю бойового (оперативного) стресу під час здійснення психологічного забезпечення особового складу Збройних Сил України та уточнити порядок їх реалізації в сучасних умовах.

**Теоретичне підґрунтя.** Психологічне забезпечення особового складу Збройних Сил України – це цілеспрямована діяльність органів військового управління, командувачів, командирів (начальників), службових осіб структур морально-психологічного забезпечення з метою психологічного відбору, формування, підтримання і відновлення в

## Питання психології

особового складу військ (сил) психологічної готовності до виконання завдань, емоційно-вольової стійкості до негативних психологічних чинників у будь-яких умовах обстановки, зниження психогенних втрат та збереження психічного здоров'я військовослужбовців [1].

Психологічне забезпечення особового складу Збройних Сил України організується відповідно до чинного законодавства України, зокрема законодавчих та інших нормативно-правових актів, наказів і директив Міністерства оборони України, Головнокомандувача Збройних Сил України, Генерального штабу Збройних Сил України.

Загальне керівництво та організація психологічного забезпечення особового складу Збройних Сил України покладається на Головне управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України. Окремі завдання покладаються на Центр морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України та Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України.

В Інструкції з організації психологічного забезпечення особового складу Збройних Сил України [1] визначено наступні терміни, що є визначальними для організації психологічного забезпечення особового складу Збройних Сил України:

бойовий стрес – багаторівневий процес адаптаційної активності організму людини в умовах екстремальної бойової обстановки, який супроводжується напруженням механізмів реактивної саморегуляції та закріпленням специфічних пристосувальних психофізіологічних змін;

оперативний стрес – це стійка психологічна реакція військовослужбовця, що виникає внаслідок виконання ним службових обов'язків за посадою (військовою спеціальністю);

контроль бойового (оперативного) стресу – це цілеспрямована діяльність командирів (начальників), психологів щодо запобігання, виявлення і подолання негативних наслідків психологічних реакцій особового складу, викликаних екстремальними подіями під час

бойової (навчально-бойової, повсякденної) діяльності.

В Положенні про пункти психологічної допомоги у Збройних Силах України наводиться наступне визначення: пункт психологічної допомоги – визначене місце, призначене для надання психологічної допомоги військовослужбовцям військових частин Збройних Сил України під час виконання завдань за призначенням (поза пунктами постійної дислокації) [2].

В Інструкції з організації психологічної декомпресії військовослужбовців Збройних Сил України визначено, що декомпресія – це комплекс психологічних та медико-психологічних заходів, які здійснюються після виведення військової частини (підрозділу) з району виконання завдань за призначенням для відновлення психофізіологічного стану та реадaptaції військовослужбовців [3].

Основними елементами психологічної декомпресії є: медичний огляд; психологічне діагностування (скринінг); психологічна едукація (просвіта); психоемоційне розвантаження та відновлення психологічної безпеки особистості; психофізіологічне розвантаження; соціальна реадaptaція. Термін проведення заходів психологічної реабілітації (психологічної декомпресії) може складати від трьох до семи діб (з урахуванням досвіду армій провідних країн світу).

Згідно рішення Головнокомандувача Збройних Сил України, основними завданнями структур морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України в 2022 навчальному році з питань психологічного забезпечення визначені: організація роботи у військових частинах пунктів психологічної допомоги; проведення декомпресії особового складу військових частин (підрозділів) після їх виведення з районів виконання завдань за призначенням; організація психологічної реабілітації військовослужбовців за результатами проведення декомпресії [4].

Провідними вітчизняними вченими встановлено, що стрес, який виник під впливом умов бойової обстановки,

## Питання психології

поділяється на дві групи – невисокої і підвищеної інтенсивності. Бойовий стрес невисокої інтенсивності, як правило, ефективно долається більшістю військових і на початковому етапі може навіть сприяти підвищенню їхньої бойової активності. Надалі бойовий стрес невисокої інтенсивності або стає звичним для учасників бойових дій, або переходить у бойовий стрес підвищеної інтенсивності [5, 34].

Участь у бойових діях – це одна з найважчих травматичних подій, які може пережити людина. Приблизно 30% чоловіків і 27% жінок з числа ветеранів В'єтнаму були свідками посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у певний момент служби, і для багатьох він став постійним та інвалідизуючим. Цей розлад, пов'язаний з попереднім бойовим досвідом, у США назвали “пост’єтнамським синдромом” [5, 86].

Бойовий стрес включає всі різновиди психологічного й емоційного стресу і виникає як наслідок небезпек і вимог виконання завдань бойових та інших військових операцій. Контроль бойового та оперативного стресу (COSC – combat and operational stress control) в Армії США визначений як розроблені програми й діяльність військових керівників у підрозділах, спрямовані на запобігання, ідентифікацію та управління небезпечною поведінкою у стані бойового стресу (COSC – combat and operational stress behavior). Ці програми мають на меті: оптимізувати виконання завдань; зберегти бойову силу; запобігти шкідливим впливам реакцій бойового стресу (COSR – combat and operational stress reaction) на солдатів, на їхнє фізичне, психологічне, інтелектуальне й соціальне здоров'я чи мінімізувати ці впливи. COSC – це одна з десяти медичних систем, які діють на полі бою [6, 123].

Як зазначає вітчизняний вчений М. Саппа, станом на грудень 2012 року військові операції «Непохитна свобода» в Афганістані (початок 2001 р.) та «Іракська свобода» в Іраку (початок 2003 р.) призвели до розгортання близько 2,2 мільйона військовослужбовців США (за даними відкритих джерел, помітна частина з них були

членами Національної гвардії та резервістами). Міністерство оборони США визнало, що воно крім травм, які військовослужбовці отримують в результаті своєї служби, несе відповідальність і за допомогу військовослужбовцям та їх родинам, в яких розвиваються різні психічні та поведінкові проблеми. Такі проблеми включають посттравматичні стресові розлади (далі-ПТСР), наслідки травм головного мозку, зловживання наркотиками (включаючи зловживання алкоголем), насильство з боку партнера у інтимних відносинах і жорстоке поводження з дітьми, а також суїцидальні прояви. У зв'язку з цим Міністерство оборони звернулось за допомогою до Національної академії наук США для оцінки медичних потреб, з якими повертаються додому з Афганістану і Іраку військовослужбовці та їх сім'ї. В рамках попередньої оцінки члени Комітету Інституту Медицини (МОМ) заслухали діючих військовослужбовців Армії США, ветеранів та їх сім'ї, дослідивши широке коло потреб, в тому числі в освіті, реабілітації, професійній підготовці, у охороні психічного здоров'я та інші послуги фізичного здоров'я. Було також вказано на необхідність розробки програм для військовослужбовців та ветеранів, які страждають від розладів психічного здоров'я, таких як ПТСР, важка депресія і токсикоманія [7, 35-36].

Нові дослідження американських психологів свідчать, що неодноразова участь особового складу у військових операціях викликає зростання числа самогубств. На їх думку, єдиний спосіб перешкодити цьому - скоротити кількість перебувань кожного солдата в «гарячій точці» і продовжити так званий час для життя, тобто збільшити тривалість перебування в родині між відправками у зону бойових дій. [8].

За визначенням В. Осьодла та І. Сулятицького, травматичний стрес – це переживання особливого роду, результат особливої взаємодії людини і навколишнього світу; це нормальна реакція на ненормальні обставини, стан, що виникає у людини, яка пережила щось, що виходить за межі звичайного людського досвіду. Отже, ПТСР –

## Питання психології

це непсихотична відстрочена реакція на травматичний стрес, який здатний викликати - психічні порушення практично у будь-якої людини [9, 44]. О. Блінов зазначає, що бойовий стрес – це стан психічного напруження військовослужбовців у процесі їх адаптації до умов бойової діяльності з використанням ресурсного потенціалу. Бойовий стрес може спонукати до розвитку гострих і посттравматичних стресових розладів, деформації особистості [10, 3].

**Методи дослідження.** Для досягнення мети дослідження автором використано теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел на підставі вивчення емпіричних даних за визначеною проблематикою.

**Основні результати дослідження.** Інтенсивність переживання військовослужбовцями бойового стресу залежить від взаємодії двох основних чинників: сили і тривалості впливу на психіку військовослужбовця бойових стресорів; особливостей реагування військовослужбовця на їх вплив.

Різні бойові стресори поділяються на специфічні та неспецифічні для бойової обстановки. Перші володіють підвищеним рівнем стресогенності і включають: ситуації, що загрожують життю і фізичній цілісності військовослужбовця; поранення, контузії, каліцтва та дози опромінення; загибель близьких людей і товаришів по службі; жахливі картини смерті і людських мук; випадки загибелі товаришів по службі, мирних громадян, відповідальність за які військовослужбовець приписує собі; події, внаслідок яких постраждали честь і гідність військовослужбовця.

До другої групи належать стресори, що виникають як у бойовій обстановці, так і в інших стресових ситуаціях: підвищений рівень перманентної потенційної загрози для життя та здоров'я особового складу військ (сил); тривала сенсорна депривація; раптові зміни умов служби та життєдіяльності; несприятлива екологічна ситуація в районах виконання завдань за призначенням; відсутність контактів з рідними та близькими;

неможливість змінити умови свого існування; інтенсивні і тривалі внутрішньогрупові та міжособистісні конфлікти; підвищена відповідальність за наслідки власних дій (бездіяльності); реальна можливість загинути, отримати поранення або потрапити в полон.

Реакція особового складу на умови бойової обстановки залежить як від їх значущості для конкретного учасника бойових дій, так і від особливостей поведінки військовослужбовців. Значущість впливу на психіку військовослужбовців тих чи інших бойових стресорів визначається індивідуально-психологічними і характерологічними властивостями особистості, психологічною та професійною готовністю до застосування зброї та ведення бойових дій, характером і рівнем бойової мотивації, особливостями сприйняття суспільно та особистісне значущої мети бойових дій (бойового застосування) військ (сил). Відповідно, якість виконання функціональних обов'язків військовослужбовця залежить від рівня його бойової активності, спрямованої на протидію негативному впливу стрес-факторів бойової обстановки; характеру використовуваних ним способів подолання дестабілізуючого впливу бойових стресорів на психіку, поведінку і життєдіяльність в цілому; наявності у військовослужбовця попереднього бойового досвіду тощо.

Можливо виокремити наступні характеристики умов професійної діяльності військовослужбовців, що впливають на інтенсивність виникнення та проявів бойового стресу: ступінь бойової активності конкретного військовослужбовця визначається, як правило, за кількістю бойових завдань, що супроводжувалися реальною загрозою для його життя та здоров'я, у виконанні яких військовослужбовець брав безпосередню участь; значимість бойових дій, в яких брав участь військовослужбовець, для виконання більш масштабних бойових завдань; ступінь напруженості і характер участі у бойових діях (особливе значення надається участі військовослужбовця у бойових зіткненнях із переважаючими силами противника, в умовах

## Питання психології

вимушеного відступу, в оточенні тощо); кількість бойових втрат в частині (підрозділі), де проходив службу військовослужбовець, а також сприйняття цим військовослужбовцям їх доцільності і зумовленості об'єктивними умовами виконання завдань за призначенням.

Особливий вплив на виникнення та рівень прояву бойового стресу у особового складу військових частин (підрозділів) мають наступні об'єктивні обставини: кількість перенесених поранень, контузій, отриманих травм, доз опромінення; обставини взяття в полон, тривалість і умови перебування в полоні тощо.

Поряд з наведеними окреслимо також соціальні, етнічні, релігійні, родинні та інші чинники, що додатково сприяють інтенсифікації проявів бойового стресу у військовослужбовців. Залежно від ступеня інтенсивності впливу зазначених негативних чинників визначимо наступні показники проявів бойового стресу: інтенсивність (від стану підвищеної психічної напруженості до психічних розладів); переважаючий рівень прояву: фізіологічний, психофізіологічний, психологічний; ступінь усвідомлення власного психічного стану самим військовослужбовцем; переважаючим проявом тієї чи іншої сфери особистості військовослужбовця: мотиваційної, емоційної, когнітивної, вольової, поведінкової; ступінь самоконтролю; тривалість прояву; характер впливу на якість виконання функціональних обов'язків за штатною посадою тощо.

Встановлено, що найбільш психотравматичним є бойовий стрес підвищеної інтенсивності. Наслідки психотравмуючого бойового стресу виявляються в різноманітних формах, які ще повністю не вивчені. Як свідчить реальний досвід, вони найчастіше проявляються у: втраті сенсу життя; відчутті нереальності власного існування; виникненні відчуття наближення катастрофічних змін у житті, швидкої смерті тощо; неадекватному заниженні або завищенні самооцінки; в раптових і несподіваних для самого військовослужбовця змінах сприйняття власного Я; втраті почуття самоідентичності,

відчутті внутрішньо-особистісної дезінтеграції; виникненні почуття безпорадності або, навпаки, у неадекватній переоцінці власних можливостей; постійному прагненні переосмислити власний досвід участі у бойових діях та змоделювати сценарій поведінки у психотравматичних ситуаціях; підвищеній тривожності або, навпаки, неадекватному реальній ситуації нехтуванні небезпекою; підвищенні емоційної чутливості, сентиментальності або, навпаки, у зниженні емоційної сензитивності і уникненні близьких емоційних контактів з оточуючими; підвищеній дратівливості, запальності і агресивності в поведінці; суїцидальних думках (настроях) тощо.

На психофізіологічному рівні наслідки психотравмуючого бойового стресу зазвичай супроводжуються: виникненням головного болю і запаморочень; больовими або неприємними відчуттями в області серця, шлунку; підвищеною пітливістю; різким зниженням або підвищенням апетиту, статевої активності; відчуттям розбитості; неконтрольованим тремтінням рук, ніг, голови, повік та інших частин тіла, а також загостренням наявних раніше соматичних захворювань.

Враховуючи перманентний негативний психологічний вплив умов проходження служби (виконання завдань за призначенням) на психіку військовослужбовців, спостерігається явище невідповідності ресурсних адаптаційних можливостей організму ступеню впливу зовнішніх стресорів. На поведінковому рівні це може проявлятися в підвищеній агресивності, тривожності, небажанні йти на службу, а потім повертатися додому, з часом стають частими випадки зловживання алкоголем, на службі спостерігаються випадки порушення дисципліни та несумлінного виконання поставлених завдань тощо.

Зазначимо, що після звільнення у запас у військовослужбовців спостерігаються пролонговані прояви посттравматичних стресових розладів. Зміна умов життєдіяльності є досить потужним стресовим фактором, що поєднується з

## Питання психології

наявними “непропрацьованими” психотравмами та спричиняє “накопичення” стресових розладів.

Під психологічним супроводом на теперішній час розуміється комплекс заходів з підтримання оптимального стану психологічного здоров'я військовослужбовців під час виконання ними службово-бойових завдань шляхом формування їх психологічної стійкості до впливу стресових чинників, психологічної готовності до виконання завдань за призначенням та запобігання виникненню негативних психічних станів.

Відповідно, рекомендовано включати військовослужбовців, що зазнали негативного впливу бойових стресорів, до групи посиленої психологічної уваги. Це передбачає застосування системи комплексних заходів психологічного характеру, що здійснюються стосовно визначених осіб (групи осіб), які потребують першочергової психологічної допомоги (підтримки) у зв'язку з особливостями їх реагування на стресогенні фактори службово-бойової діяльності.

До основних завдань з контролю бойового (оперативного) стресу в системі психологічного забезпечення належать: аналіз впливу психологічних чинників бою (бойових дій) на морально-психологічний стан та поведінку особового складу військ (сил); виявлення психологічних особливостей майбутніх бойових дій (операцій), врахування їх вимог до емоційно-вольових та психофізіологічних якостей військовослужбовців, злагодженості та згуртованості особового складу військ (сил); забезпечення та створення соціально-психологічних умов для ефективного виконання особовим складом своїх службових обов'язків, налагодження та підтримка взаємодії з органами державної влади та місцевого самоврядування, громадськими (волонтерськими) організаціями з питань практичної реалізації соціальних та правових гарантій військовослужбовців та членів їх сімей; сприяння в організації та проведенні заходів соціально-психологічної та професійної адаптації і реабілітації військовослужбовців;

виявлення осіб з нервово-психічною нестійкістю та застосування до них відповідних психопрофілактичних і психокорекційних заходів; прогнозування можливих бойових психогенних втрат особового складу; планування, організація та проведення заходів психологічної підготовки (загальної, спеціальної, цільової) особового складу військових частин (підрозділів) до виконання бойових завдань у конкретних (суспільно-політичних, природно-кліматичних, географічних, ергономічних, екстремальних) умовах обстановки; навчання особового складу психологічним методам надання само- та взаємодопомоги; вжиття заходів психологічного відбору особового складу для комплектування, доукомплектування, поповнення підрозділів та військових частин; відновлення та збереження психічного здоров'я особового складу.

Зазначені завдання психологічного забезпечення реалізуються шляхом проведення ряду заходів. Під час відновлення боєздатності військ (сил) проводяться:

психологічна діагностика і професійна орієнтація кандидатів на військову службу та військовослужбовців в системі професійно-психологічного відбору;

організація та проведення психологічної підготовки особового складу до виконання завдань у конкретних умовах обстановки, з урахуванням призначення військових частин (підрозділів), особливостей діяльності виду (роду) військ (сил);

оцінювання психологічного змісту занять з бойової підготовки, динаміки зміни психічних станів військовослужбовців під час їх проведення, надання рекомендацій керівникам занять щодо застосування ефективних психологічних рекомендацій, технологій та методик;

вивчення і аналіз індивідуально-психологічних особливостей військовослужбовців і соціально-психологічних характеристик підрозділів, тенденцій їх змін у ході підготовки, відновлення боєздатності та повсякденної діяльності, опрацювання та реалізації

## Питання психології

пропозицій щодо забезпечення виконання визначених завдань;

надання психологічної допомоги особовому складу;

проведення психологічного консультування військовослужбовців та, за зверненнями, працівників, членів сімей військовослужбовців;

здійснення психологічного аналізу причин та умов девіантної поведінки військовослужбовців, підготовка рекомендацій щодо їх запобігання;

навчання курсантів, сержантів, офіцерів формам і методам психологічного вивчення особистості, соціальних груп та прийомам психолого-педагогічної корекції;

вивчення та аналіз індивідуально-психологічних особливостей військовослужбовців і соціально-психологічних характеристик підрозділів, тенденцій їх змін в ході підготовки та під час ведення бойових дій;

проведення заходів психологічної декомпресії військовослужбовців після виконання бойових завдань, надання рекомендацій щодо психологічної реабілітації особового складу;

участь в організації направлення військовослужбовців

на медико-психологічну реабілітацію.

Під час застосування військ (сил) проводяться:

виявлення, аналіз, прогнозування бойових психогенних втрат особового складу, організація заходів щодо їх недопущення та відновлення психологічної готовності особового складу до виконання завдань застосування військ (сил);

психологічне діагностування військовослужбовців, аналіз їх психологічної готовності до виконання визначених бойових завдань;

забезпечення оптимального режиму функціонування психіки військовослужбовців в екстремальних умовах застосування військ (сил), підвищення їх психологічної готовності і стійкості;

надання психологічної допомоги особовому складу з урахуванням умов обстановки.

Посадові особи пункту психологічної допомоги:

проводять заходи психологічного діагностування (скринінг), визначають необхідний обсяг психологічної допомоги, оптимальних форм і методів її надання;

здійснюють безперервний (цілодобовий) моніторинг психологічного стану особового складу;

надають невідкладну психологічну допомогу особам, які перебувають у кризових психоемоційних станах;

виявляють осіб з ознаками психічних розладів, направляють їх до медичного пункту військової частини для подальшої допомоги;

здійснюють комплекс заходів психоемоційного та психофізіологічного розвантаження військовослужбовців, відновлення їх психологічної безпеки;

проводять індивідуальне (кризове) психологічне консультування психотравмованих військовослужбовців;

проводять заходи психологічної просвіти (психоедукації) військовослужбовців;

навчають військовослужбовців вправам саморегуляції, надання психологічної самопомоги;

направляють та супроводжують до медичного пункту військової частини військовослужбовців, психологічний стан або боездатність яких не поновлюється протягом визначеного терміну;

дотримуються конфіденційності та не допускають необґрунтованого поширення отриманої від військовослужбовців особистої інформації;

готують рекомендації командирам підрозділів щодо подальшого надання психологічної допомоги (лікування) особовому складу, його службового використання або направлення до стаціонарних лікувальних закладів, або повернення до підрозділів;

узагальнюють досвід роботи з психотравмованими військовослужбовцями;

## Питання психології

здійснюють облік проведеної психологічної роботи з особовим складом на пунктах психологічної допомоги.

Для застосування на пунктах психологічної допомоги рекомендовані наступні психодіагностичні методики: методика шкалової самооцінки психофізіологічного стану О.М. Кокуна; первинний скринінг посттравматичного стресового розладу (ПТСР); шкала депресії А.Т. Бека; госпітальна шкала тривоги і депресії (HADS); опитувальник визначення рівня невротизації та психопатизації (РНП); опитувальник Міні-мулт.

Для проведення декомпресії формується робоча група з числа офіцерів – психологів (психологів) структур морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України, військових капеланів та медичної служби командувань видів (оперативних командувань) військових частин у кількості, пропорційній кількості особового складу військової частини (підрозділу), яка проходить декомпресію.

Декомпресія проводиться в пунктах постійної дислокації військових частин, обладнаних військових містечках загальновійськових полігонів, санаторно-курортних закладах Міністерства оборони України. Відповідно, якісна організація та проведення заходів психологічного супроводження в районах відновлення боєздатності, базових таборів, лікувальних закладах, центрах психологічної реабілітації можливі лише за умови залучення центральних органів виконавчої влади, сприяння органів державної влади і місцевого самоврядування та волонтерських організацій.

Психологічне діагностування (скринінг) поточного психологічного стану військовослужбовців проводиться психологами з метою виявлення у військовослужбовців ознак бойового стресу та якісного проведення у подальшому заходів психологічного супроводу та допомоги.

Для діагностики посттравматичних стресових розладів у військовослужбовців, що виконували завдання в районах проведення антитерористичної операції та операції

Об'єднаних сил, рекомендовано використовувати Міссісіпську шкалу посттравматичного стресового розладу, розроблену в 1987 році Кеапе Т.М. зі співавторами на основі ММРІ та Шкалу оцінки впливу травматичної події (Impact of Event Scale (IES-R)).

Враховуючи актуальність порушеної проблеми, можливо також запропонувати для широкого використання у практичній діяльності опитувальник бойового стресу, розроблений та апробований вітчизняним дослідником Олегом Бліновим. Зазначений опитувальник може бути рекомендований для використання службовими особами структур морально-психологічного забезпечення та фахівцями медичної служби [10].

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** За результатами дослідження можливо сформулювати обґрунтований висновок про те, що психотравмуючими факторами діяльності військовослужбовців є не лише екстремальні ситуації та події, які викликають менший за інтенсивністю стрес і поступово виснажують людські ресурси, але й такі, які в результаті накопичення та поєднання повсякденних ситуацій професійного стресу з травмуючим екстремальним досвідом спричиняють виникнення так званої “кумулятивної” психотравми.

Відповідно, на підставі аналізу чинної нормативно-правової бази з визначеної проблематики автором уточнено та конкретизовано зміст та порядок проведення заходів щодо контролю бойового (оперативного) стресу в процесі психологічного забезпечення особового складу військових частин (підрозділів) Збройних Сил України в сучасних умовах (в системі психологічного забезпечення).

Напрямок подальших досліджень полягає в удосконаленні існуючих методів діагностики проявів бойового (оперативного) стресу та підвищенні якості надання психологічної допомоги учасникам бойових дій за рахунок удосконалення існуючої системи психологічної реабілітації особового складу Збройних Сил України.



## Питання психології

### Список використаних джерел

1. Про затвердження Інструкції з організації психологічного забезпечення особового складу Збройних Сил України: Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 18.10.2021 р. № 305. URL: <http://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-holovnokomanduvacha-zs-ukrainy-vid-18-10-2021-305-pro-zatverdzhennia-instruktsii-z-orhanizatsii-psykholohichnoho-zabezpechennia-osobovoho-skladu-zbroynykh-syl-ukrainy/#more-2201> (дата зверення: 04.12.2021).
2. Про затвердження Положення про пункти психологічної допомоги у ЗС України: Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 28.07.2020 № 99 URL: <http://dovidnykmpz.info/zagalni/nakaz-holovnokomanduvacha-zs-ukrainy-vid-28-07-2020-99-pro-zatverdzhennia-polozhennia-pro-punkty-psykholohichnoi-dopomohy-u-zs-ukrainy/#more-1766>. (дата зверення: 04.12.2021).
3. Про затвердження Інструкції з організації психологічної декомпресії військовослужбовців Збройних Сил України: Наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 27.12.2018 № 462. URL: <http://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-heneralnoho-shtabu-zbroynykh-syl-ukrainy-vid-27-12-2018-462-pro-zatverdzhennia-instruktsii-z-orhanizatsii-psykholohichnoi-dekompresii-viyskovosluzhbovtziv-zbroynykh-syl-ukrainy> (дата зверення: 04.12.2021).
4. Організаційно-методичні вказівки щодо організації морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України у 2022 р. Затверджені Головнокомандувачем Збройних Сил України 08.11.2021 р.
5. Гічун В.С., Кириченко А.Г., Корнацький В.М., Мясников Г.В., Найда С.А., Осьодло В.І., Стеблюк В.В., Швець А.В. Стрес-асоційовані розлади здоров'я в умовах збройного конфлікту: монографія. Дніпро: Акцент ПП, 2019. 324 с.
6. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / пер. з англ. Тетяна Семігіна, Ірина Павленко, Євгенія Овсяннікова [та ін.]. К.: Наш формат, 2017. том 1.568 с.
7. Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України: Матеріали V всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Харків, 29 листопада 2019 року). Х.: Національна академія НГУ, 2019. 120 с.
8. Романишин А.М., Мацевко Т.М., Капінус О.С., Гузенко І.М., Неурова А.Б. Профілактика відхильної поведінки у військовослужбовців: навч.-метод. посіб. Львів: НАСВ, 2017. 322 с.
9. Психолого-корекційний практикум травм війни: навч. посібник / Іван Сулятицький, Катерина Островська, Василь Осьодло та інші. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2019. 396 с.
10. Опитувальник бойового стресу Блінова О. А. (ОБСБ): наук.-метод. видання / О.А. Блінов. – К.: – Талком, 2019. – 36 с.

### References

1. Pro zatverdzhennia Instruksii z orhanizatsii psykholohichnoho zabezpechennia osobovoho skladu Zbroynykh Syl Ukrainy: Nakaz Holovnokomanduvacha Zbroynykh Syl Ukrainy vid 18.10.2021 r. № 305. [About claim of Instruction from organization of the psychological support of personnel of Armed Forces of Ukraine: Order of Commander-in-Chief of Armed Forces of Ukraine from 18.10.2021 № 305.] URL: <http://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-holovnokomanduvacha-zs-ukrainy-vid-18-10-2021-305-pro-zatverdzhennia-instruktsii-z-orhanizatsii-psykholohichnoho-zabezpechennia-osobovoho-skladu-zbroynykh-syl-ukrainy/#more-2201> (data zvernennia: 04.12.2021). (in Ukrainian).
2. Pro zatverdzhennia Polozhennia pro punkty psykholohichnoi dopomohy u ZS Ukrainy: Nakaz Holovnokomanduvacha Zbroynykh Syl Ukrainy vid 28.07.2020 r. № 99. [About claim of Statute about the points of psychological help in Armed Forces of Ukraine: Order of Commander-in-Chief of Armed Forces of Ukraine from 28.07.2020 № 99] URL: <http://dovidnykmpz.info/zagalni/nakaz-holovnokomanduvacha-zs-ukrainy-vid-28-07-2020-99-pro-zatverdzhennia-polozhennia-pro-punkty-psykholohichnoi-dopomohy-u-zs-ukrainy/#more-1766>. (data zvernennia: 04.12.2021). (in Ukrainian).
3. Pro zatverdzhennia Instruksii z orhanizatsii psykholohichnoi dekompresii viyskovosluzhbovtziv Zbroynykh Syl Ukrainy: Nakaz Heneralnoho shtabu Zbroynykh Syl Ukrainy vid 27.12.2018 № 462. [About claim of Instruction from organization of psychological decompression of personnel of Armed Forces of Ukraine: Order of the General staff of Armed Forces of Ukraine from 27.12.2018 № 462.] URL: <http://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-heneralnoho-shtabu-zbroynykh-syl-ukrainy-vid-27-12-2018-462-pro-zatverdzhennia-instruktsii-z-orhanizatsii-psykholohichnoi-dekompresii-viyskovosluzhbovtziv-zbroynykh-syl-ukrainy> (data zvernennia: 04.12.2021). (in Ukrainian).

## Питання психології

4. Orhanizatsiino-metodychni vказivky shchodo orhanizatsii moralno-psykholohichnoho zabezpechennia Zbroinykh Syl Ukrainy u 2022 r. Zatverdzeni Holovnokomanduvachem Zbroinykh Syl Ukrainy 08.11.2021 r. [The Organizationally-methodical pointing in relation to organization of the moral and psychological support of Armed Forces of Ukraine in 2022. Ratified by Commander-in-Chief of Armed Forces of Ukraine in 08.11.2021. (in Ukrainian).
5. Hichun V.S., Kyrychenko A.H., Kornatskyi V.M., Miasnykov H.V., Naida S.A., Osodlo V.I., Stebliuk V.V., Shvets A.V. Stres-asotsiovani rozlady zdorovia v umovakh zbroinoho konfliktu: monohrafiia. [Associate with stress disorders of health in the conditions of the armed conflict]. Dnipro: Aktsent PP, 2019. 324 s. (in Ukrainian).
6. Okhorona psykhiichnoho zdorovia v umovakh viiny: u 2 t. [Combat and operational behavioral health]. / per. z anhl. Tetiana Semyhina, Iryna Pavlenko, Yevheniia Ovsiannikova [ta in.]. — K. : Nash format, 2017. — 1 tom. — 568 s (in Ukrainian).
7. Aktualni aspekty psykholohichnoho zabezpechennia profesiinoi diialnosti syl bezpeky ta oborony Ukrainy: Materialy V vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii [Actual aspects of the psychological providing of professional activity of Forces of safety and defensive of Ukraine] (m. Kharkiv, 29 lystopada 2019 roku). - Kh. : Natsionalna akademiia NHU, 2019. - 120 s. (in Ukrainian).
8. Romanyshyn A.M., Matsevko T.M., Kapinus O.S., Huzenko I.M., Neurova A.B. Profilaktyka vidkhylnoi povedinky u viiskovoslužhbovtiv: navch.-metod.posib. [Prophylaxis of behavior deviation of servicemen]. Lviv : NASV, 2017. 322 s. (in Ukrainian).
9. Psykholoho-korektsiyni praktykum travm viiny: navch. posibnyk [Psychological and correctional practical work of war traumas] (Educational text-book). / Ivan Suliatytskyi, Kateryna Ostrovska, Vasyl Osodlo ta inshi. – Lviv : LNU imeni Ivana Franka., 2019. – 396 s (in Ukrainian).
10. Opytuvalnyk boiovoho stresu Blinova O. A. (OBSB): nauk.-metod. vydannia [Questionnaire of combat stress by O. Blinov] (Scientific and methodical edition). / O.A. Blinov. – K.: – Talkom, 2019. – 36 s (in Ukrainian).

### Резюме

*Василенко С.* кандидат психологических наук, доцент, Национальный университет обороны Украины имени Ивана Чернышевского

### НЕЙТРАЛИЗАЦИЯ НЕГАТИВНОГО ВЛИЯНИЯ БОЕВОГО И ОПЕРАТИВНОГО СТРЕССА НА ЛИЧНЫЙ СОСТАВ ВОИНСКИХ ЧАСТЕЙ (ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ) ВООРУЖЕННЫХ СИЛ УКРАИНЫ

*В статье раскрыты современные взгляды относительно содержания и организации психологического обеспечения личного состава воинских частей (подразделений) Вооруженных Сил Украины. По результатам исследования уточнено и конкретизировано содержание и порядок проведения мероприятий по контролю боевого (оперативного) стресса в процессе психологического обеспечения войск (сил) Вооруженных Сил Украины в общей системе морально-психологического обеспечения. Направление дальнейших исследований заключается в усовершенствовании существующих методов диагностики проявлений боевого (оперативного) стресса и повышении качества предоставления психологической помощи участникам боевых действий за счет усовершенствования существующей системы психологической реабилитации личного состава Вооруженных Сил Украины.*

**Ключевые слова:** психологическое обеспечение; психологическая подготовка; психологическое сопровождение; боевой стресс; оперативный стресс; посттравматическое стрессовое расстройство; психологическая реабилитация; психологическая декомпрессия.

### Summary

*Vasilenko S.* candidate of psychological sciences, Associate professor National Defence University of Ukraine named after Ivan Chernyashovskiy

### NEUTRALIZATION OF NEGATIVE INFLUENCE OF BATTLE AND OPERATIVE STRESS ON PERSONNEL OF MILITARY UNITS (SUBDIVISIONS) OF ARMED FORCES OF UKRAINE

*Introduction* Specific of serving the personnel of military units (subdivisions) of Armed Forces of Ukraine special requires approaches to their mental, features of reacting, pattern of behaviour, to emotional and volitional

## Питання психології

*firmness and individual psychological peculiarities of personality. Influence of extreme (special) conditions that follow of tasks on purpose requires a rapid orientation and decisive actions, causes strong traumatic influence on the mental of personnel and results in development of various mental disorders.*

*Terms of serving the personnel of military units (subdivisions) of Armed Forces of Ukraine are characterized by permanent neuropsychic and physical overloads, by the deficit of time for reacting on situations that arise up, and, indisputably, by the increased congratulatory risk. Disparity between difficult professional tasks and ability of personality with them to manage results in the origin of professional stress and row of negative psychical reactions and states both during implementation of tasks and on their completion.*

**Purpose** *An aim of the article is clarification and specification of maintenance and order of realization of measures in relation to control of battle (operative) stress in the process of the psychological providing of personnel of soldiery parts (subdivisions) of Armed Forces of Ukraine in modern terms (in the system of the psychological providing).*

**Methods.** *For gaining aim of research there where used theoretical analysis and generalization of literary sources on the basis of study of empiric data after the certain range of problems.*

**Originality** *On research results the features of terms of professional activity of Ukrainian soldiery are specified; objective and subjective factors that cause origin of neuroses and mental disorders and also order of determination of level of combat psychological stress, are specified.*

*Accordingly, on the basis of analysis of operating normatively and legal base from the certain range of problems maintenance and order of realization of measures are specified an author and specified in relation to control of battle (operative) stress in the process of the psychological providing of personnel of soldiery parts (subdivisions) of Armed Forces of Ukraine in modern terms (in the system of the psychological providing).*

**Conclusions** *On results of research it could be justified a reasonable conclusion, that the mental traumatic factors of activity of personnel are not only extreme situations that cause less after intensity stress and gradually exhaust "human capitals" but also such that as a result of accumulation and combination of daily situations of professional stress with traumatic extreme experience cause the emersion of so-called "cumulative psychological trauma".*

*Direction of further researches consists in the improvement of existent methods of diagnostics of displays of battle (operative) stress and upgrading of grant of psychological help Powers of Ukraine to the participants of battle actions due to the improvement of the existent system of psychological rehabilitation of personnel of Armed Forces of Ukraine*

**Key words:** *psychological providing; psychological preparation; psychological accompaniment; battle stress; operative stress; posttraumatic stress disorder; psychological rehabilitation; psychological decompression.*

Recelved/Поступила: 22.12.21.