

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я  
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ  
О.О. БОГОМОЛЬЦЯ

ПЕРША ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ В  
БОЙОВИХ (ЕКСТРЕМАЛЬНИХ) УМОВАХ

(методичні рекомендації)

Київ-2022

### **Установа-розробник:**

Національний медичний університет імені О.О. Богомольця

### **Укладачі:**

Матяш М.М., д.м.н., професор, завідувач кафедри загальної і медичної психології Національний медичний університет імені О.О. Богомольця

Ільїн М.В., к.п.н., викладач кафедри загальної і медичної психології Національний медичний університет імені О.О. Богомольця

Сонов В.М., майор, старший офіцер відділення морально-психологічного забезпечення бригади ТРО ЗСУ

Становських З.Л., к.п.н., доцент кафедри загальної і медичної психології Національний медичний університет імені О.О. Богомольця

**Матяш М.М., Ільїн М.В., Сонов В.М., Становських З.Л. Первинна психологічна допомога військовослужбовцям в екстремальних умовах (методичні рекомендації). – К., Вид-во, 2022. – 54 с.**

Метою методичних рекомендацій є розробка алгоритмів психодіагностичної роботи та способів першої психологічної допомоги в ситуаціях гострих реакцій на стрес, яку важливо своєчасно проводити в екстремальних (бойових) умовах з військовослужбовцями. Використання протоколів психологічної допомоги не потребує професійної підготовки від помічника, а тому вони можуть бути рекомендовані до використання всім військовослужбовцям, військовим психологам, бойовим медикам, добровольцям, волонтерам, соціальним працівникам – всім хто зустрічається в своїй діяльності в екстремальних ситуаціях з реакціями гострого стресу.

### **Контакти для зворотного зв'язку:**

e-mail: [drmatyash@gmail.com](mailto:drmatyash@gmail.com)

Затверджено на засіданні кафедри загальної та медичної психології Національного медичного університету імені О.О. Богомольця (протокол № 21 від 27.06.2022 р.).

## ЗМІСТ

Вступ.

1. Основні терміни та поняття.
2. Розлади психіки, що виникають в бойових (екстремальних) умовах та принципи надання першої психологічної допомоги.
3. Психодіагностика особистості військовослужбовця в екстремальних умовах. ~
4. Протоколи та особливості надання першої психологічної допомоги в бойових (екстремальних) умовах.

Рекомендована література.

Додатки.

## Вступ.

Екстремальні (надзвичайні) ситуації – це події, які виходять за рамки звичного життя людини і загрожують її фізичній, психічній цілісності, призводять до руйнування соціальної структури громад і суспільного порядку [4]. Екстремальні ситуації мають різні масштаби за територією свого поширення, за кількістю осіб, які зазнали впливу надзвичайних ситуацій, за розмірами економічних втрат тощо.

Війни та збройні конфлікти посідають особливе місце серед усіх видів екстремальних ситуацій, оскільки завжди призводять до людських втрат, переміщень, стресів, економічних потрясінь у житті багатьох людей. Ситуації, події та обставини, які виникають в умовах збройних конфліктів і можуть негативно впливати на людей, пов'язані переважно з такими чинниками: перебування в зоні бойових дій (як військових, так і цивільних осіб), під обстрілами, в зоні масового ураження; перебування в полоні (зокрема викрадення, утримання в заручниках); наявність травм, поранень, що становлять загрозу для життя; раптова насильницька смерть (наприклад, убивство, свідком якого була людина); вимушене переселення з місця постійного проживання; втрата контактів із близькими людьми і страх за свою безпеку та безпеку рідних і близьких; голод або загроза голоду; раптова втрата майна і турбота про те, як вижити. Усе це впливає на фізичне та психічне благополуччя людей.

На сьогодні у світі дедалі більше визнають, На сьогодні у світі дедалі більше визнають, що надання своєчасної якісної психологічної допомоги людині в екстремальній ситуації має велике значення не тільки для окремих осіб, які потрапили під вплив військових подій, а й для життя груп, громад. Психологічними наслідками дії екстремальних ситуацій є їхній вплив на різні рівні психічного функціонування – емоційний стан, поведінку, взаємовідносини. Вони можуть бути пов'язані з: 1) проблемами, що існували раніше (психічні розлади, зловживання алкоголем або іншими хімічними речовинами); 2) проблемами, які виникли внаслідок дії надзвичайної ситуації (непатологічний дистрес, психічні розлади: депресія, ПТСР, тривожні розлади, розлади адаптації); 3) проблем, які виникли

внаслідок дії надзвичайної ситуації (руйнування сімейних зв'язків, порушення соціальних мереж, знищення структури та ресурсів громади, зниження рівня довіри, збільшення проявів гендерно зумовленого насильства тощо.

Незважаючи на те, що екстремальні ситуації впливають на все населення, особливої підтримки потребують військовослужбовці, всі учасники безпосереднього збройного конфлікту.

Масштабне військове вторгнення 24 лютого 2022 року Росії на територію України, характер бойових дій, величина фронту, уразливість будь-якої ділянки території країни до ракетних ударів, особливості забезпеченості військовою технікою, від якої залежить театр воєнних дій призвели до великої кількості втрат як матеріальних, так і людських ресурсів, поранених з обох сторін, заручників з числа військових та цивільного населення. Особи, що приймають участь в бойових діях, враховуючи постійне удосконалення військової техніки і тактики ведення боїв, психологічного тиску маніпуляцій «гібридної війни», знаходяться в найбільшому ризику збереження фізичного та психічного здоров'я.

Все це ставить нагальну задачу спеціальної психологічної підготовки з основ військової психології всіх учасників бойових дій. Вчені та психологи-практики готові запропонувати максимально доступні алгоритми первинної психологічної допомоги військовослужбовцям в екстремальних (бойових) умовах, які є швидкими засобами допомоги в ситуаціях гострих стресових реакцій і не потребують від помічника спеціальної професійної підготовки.