



МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ
НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ЦЕНТР

АКТУАЛЬНІ АСПЕКТИ
ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ
ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ
СИЛ БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ

Матеріали
VI всеукраїнської науково-практичної конференції
01 грудня 2020 року

Харків

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ
НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ЦЕНТР**

**“АКТУАЛЬНІ АСПЕКТИ
ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ
ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СИЛ
БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ”**

**Матеріали VI всеукраїнської науково-
практичної конференції**

01 грудня 2020 року

Харків

членів колективу, заснована на спільності інтересів, цінностей, норм поведінки. Єдність поведінки означає злагодженість дій членів колективу при виконанні спільних завдань і реалізації загально колективних цілей і виступає однією з умов психологічної безпеки військовослужбовців.

Ми прогнозуємо на наступному етапі дослідити таку складову психологічної сумісності, як соціально-психологічний клімат. Соціально-психологічний клімат визначає цілісний стан колективу (групи), його (її) внутрішню динаміку, відносно стійкий і типовий емоційний настрій, що відображає реальну ситуацію службової діяльності (характер, умови, організацію праці) і характер міжособистісних стосунків.

Список посилань:

1. Балашова С.П., Васильєв С.П., Дубровинський Г.Р. Практичний курс військової психології: Навчальний посібник. К.: Київський національний університет імені Тараса Шевченка, 2013. 172 с.

2. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности: учебное пособие для вузов. М. : ПЕРСЭ, 2001. 511 с.

3. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений. Киев: Изд-во Лыбидь, 1990. 192 с.

4. Парыгин Б.Д. Социально-психологический климат коллектива: пути и методы изучения. Спб., “Наука”, 2006. С. 32 -45.

5. Перевалов В.Ф. Воинский коллектив динамика отношений. М.: Воениздат, 1991. С.111.

Калашченко С.І., старший викладач кафедри МНС і ТМ, Національний медичний університет імені О.О.Богомольця (м. Київ)

Гринзовський А.М., доктор медичних наук, професор, завідуючий кафедри МНС і ТМ, Національний медичний університет імені О.О.Богомольця (м. Київ)

Приходько І.І., доктор психологічних наук, професор, начальник науково-дослідного центру службово-бойової діяльності Національної гвардії України, Національна академія Національної гвардії України (м. Харків)

Психофізіологічна оцінка та превентивна реабілітація як шлях покращення стану здоров'я кандидатів на службу до сил безпеки та оборони України

В наш час оптимізація всіх ланок медичної служби є вкрай важливим заходом для збереження здоров'я людей працездатного віку, в тому числі потенційно здорових осіб. Зважаючи на скрутну економічну та соціально-політичну ситуації в країні відбір кандидатів до вступу у вищі військові навчальні заклади (ВВНЗ) є необхідною умовою не тільки з огляду на вимоги законодавства, а саме Наказу Міністерства охорони здоров'я України і Державного Комітету України по нагляду за охороною праці від 23.09.1994 № 263/121 “Про затвердження Переліку робіт, де є потреба у професійному доборі” [1], але й на стандарти НАТО [2], що спрямовані на донологічну діагностику здоров'я та превентивну реабілітацію військовослужбовців з метою подовження терміну, протягом якого вони зможуть

виконувати свої професійні обов'язки та працювати за фахом.

За визначенням, даним в Наказі Міністерства оборони України від 09.12.2015 № 702 “Про затвердження Положення про психологічну реабілітацію військовослужбовців Збройних Сил України, та Державної спеціальної служби транспорту, які брали участь в антитерористичній операції, здійснювали заходи із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації у Донецькій та Луганській областях чи виконували службові (бойові) завдання в екстремальних умовах” [3], під поняттям превентивної реабілітації (ПР) розуміють відновлення резервів здоров'я практично здорового військовослужбовця до “безпечного” рівня з використанням немедикаментозних засобів (НЗ).

Враховуючи вищесказане, ПР при донозологічних та пограничних станах має проходити в декілька етапів: підготовчий, основний та заключний. Підготовчий етап має включати в себе діагностику психічного стану та мотивацію кандидата на навчання у ВВНЗ при проведенні професійно-психологічного відбору [4]. Діагностика повинна проходити з використанням психологічних, психофізіологічних та інструментальних методів. Для проведення психологічного та психофізіологічного досліджень доцільно використовувати автоматизовані психодіагностичні комплекси, які скорочують час на збір та обробку даних [5].

Психодіагностичні методики спрямовані на оцінку особистісного адаптаційного потенціалу, інших індивідуально-психологічних особливостей, копінг-стратегій та мотивації при виборі професії. Психофізіологічні методики складаються з оцінки врівноваженості нервових процесів, короткочасної пам'яті, стійкості до впливу стресів, схильності до ризику та функціональної рухливості нервових процесів.

До інструментальних методів відноситься методика вимірювання варіабельності серцевого ритму (ВСР), яке має використовуватися тричі (на початку дослідження, під час його проведення та наприкінці). Показники ВСР будуть відображати зміни в психофізіологічних показниках кандидатів на вступ до та після ПР, а саме показники індексу напруження, SDNN, %LFI %HF і давати загальну характеристику вихідного функціонального резерву людини.

Беручи до уваги особливості професії військовослужбовця, в основний етап НЗ входять засоби, що спрямовані на психічну та фізичну регуляцію суб'єкта. Підбір НЗ відбувається з урахуванням тривалості застосування, кратності та доступності засобів протягом терміну реабілітації. Під доступністю мається на увазі самостійне використання засобів ПР після проходження попереднього короткого навчання чи інструктажу.

Психічна регуляція суб'єкта виконується поєднанням методик прогресивної нервово-м'язової релаксації по Джекобсону та формування копінг-стратегій. За часом прогресивна нервово-м'язова релаксація займає до 20 хв. (почергове тренування чотирьох блоків м'язів), тривалість курсу залежить від виявлених відхилень психологічних та психофізіологічних показників від норми. Для формування копінг-стратегій реагування особистості в стресовій ситуації рекомендовано надавати перевагу просоціальному напряму, прямій та активній

поведінці згідно COR-теорії Хобфолла.

Для фізичної регуляції доцільно використовувати методику кросфіту, яка складається з дозованого фізичного навантаження та містить в собі комплекс вправ, що не потребує спеціального спортивного обладнання чи тренажерів [6]. Прикладами вправ, що використовуються при крос фіті, є: планка, вистрибування “Бурпі”, присідання за тридцять секунд та виконання високоінтенсивного комплексу (стрибки вгору з місця, степ-тест, одночасне піднімання тулуба та ніг з положення лежачи на спині, човниковий біг тощо). Тривалість одного тренування складає в середньому 20 хв., кратність - три-чотири рази на тиждень.

Заключний етап ПР складається оцінки ефективності проведених заходів та повторного психологічного, психофізіологічного та інструментального дослідження за алгоритмом, що був наведений вище.

Отже, для покращення стану здоров'я кандидатів на вступ до ВВНЗ та на службу до сил безпеки та оборони України слід використовувати комплексну психофізіологічну оцінку та превентивну реабілітацію для підвищення стресостійкості людини, подовження професійного довголіття та зменшення економічних витрат на підготовку нових фахівців замість тих, хто достроково мусить залишити службу із-за виникнення психосоматичних розладів, хронічних захворювань та професійного вигорання.

Список посилань:

1. Наказ Міністерства охорони здоров'я України і Державного Комітету України по нагляду за охороною праці від 23.09.1994 № 263/121 “Про затвердження Переліку робіт, де є потреба у професійному доборі” (із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства охорони здоров'я № 102/85 від 06.06.95). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0018-95#Text>

2. List of Current NATO Standards. URL: <https://nso.nato.int/nso/nsdd/listpromulg.html>.

3. Наказ Міністра оборони України від 09.12.2015 № 702 “Про затвердження Положення про психологічну реабілітацію військовослужбовців Збройних Сил України та Державної спеціальної служби транспорту, які брали участь в антитерористичній операції, здійснювали заходи із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації у Донецькій та Луганській областях чи виконували службові (бойові) завдання в екстремальних умовах” (із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства оборони № 629 від 11.12.2019). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0237-16#Text>.

4. Наказ Командувача НГУ від 31.03.2017 № 196 “Про деякі питання організації психологічного забезпечення у Національній гвардії України”. К. : ІВЦ НГУ, 2017. 69 с.

5. Автоматизований психодіагностичний комплекс визначення професійної придатності кандидатів на військову службу у внутрішні війська МВС України і навчання у вищі військові навчальні заклади МВС України: монографія. Х.: Акад. ВВ МВС України, 2012. 297 с.

6. Kolomiitseva O., Prykhodko I., Prikhodko A., Anatskyi R., Turchynov A.,

Всеукраїнська VI науково-практична конференція, Національна академія Національної гвардії України

01 грудня 2020 року, м. Харків

Fishev S., Hunbina S., Garkavyi O. (2020). Efficiency of Physical Education of University Students Based on the Motivation Choice of the CrossFit Program. *Physical Activity Review*, 8(1), 26-38. doi: 10.16926/par.2020.08.04.

Керницький О.М., кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри військово-соціального та психологічного забезпечення, Національна академія Національної гвардії України (м. Харків)

Залежна поведінка військовослужбовців як викривлена форма адаптації до несприятливих явищ дійсності

В умовах залучення військових частин та підрозділів Національної гвардії України (НГУ) до відбиття збройної агресії Російської Федерації питання психологічної готовності особового складу до виконання службово-бойових завдань є вагомим та домінантним, і не менш важливим, ніж володіння військовослужбовцями зброєю та військовою технікою.

Статистика втрат за час проведення Антитерористичної операції та операції об'єднаних сил на території Донецької та Луганської областей вказує на гостру проблему своєчасного виявлення, діагностики та попередження будь-яких проявів відхильної поведінки [1].

Одним з різновидів девіантної поведінки, що викликає занепокоєння командування НГУ та суспільства, стала залежна поведінка – порушення поведінки, що виникають у результаті зловживання речовинами, які змінюють психічний стан людини (алкоголь, наркотики, токсичні речовини), та ігрова залежність.

Залежна поведінка виражається у прагненні військовослужбовця уникнути дійсності шляхом свідомої зміни свого психічного стану за допомогою прийому певних речовин чи зосередженості на певних видах діяльності, що супроводжується сильними, суб'єктивно приємними емоційними переживаннями.

У різноманітних проявах залежна поведінка в основному є викривленою формою адаптації, подолання тривожності, соціальної невизначеності, намаганням до самоствердження, і вважається реакцією на несприятливі умови виконання службово-бойових завдань, життєві труднощі та особисті негаразди.

Сьогодні визначальну роль серед чинників, які сприяють формуванню залежної поведінки, займають фактори, що впливають на психофізіологічний стан, дії та поведінку військовослужбовця НГУ, а саме: інтенсивні навантаження під час виконання службово-бойових завдань; тривалі несприятливі життєві умови, ситуації, труднощі; систематичні конфлікти в родині; незадовільні матеріально-побутові умови сім'ї; вплив антисоціальної групи та ін. Все це може призвести до порушення ціннісно-нормативної сфери, прагнення відгородитися від травматичної дійсності, аморального способу життя, емоційно-вольових порушень (імпульсивність, дратівливість тощо), систематичного застосування насильства у родині тощо.

Поширеною формою залежної поведінки у середовищі військовослужбовців є