



МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
АКАДЕМІЯ ВНУТРІШНІХ ВІЙСЬК МВС УКРАЇНИ

ОСНОВИ РОБОТИ ПСИХОЛОГА ВНУТРІШНІХ ВІЙСЬК МВС УКРАЇНИ

Навчальний посібник

Рекомендовано Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник для вищих навчальних закладів МВС України III-IV рівнів акредитації

Харків
2008

ББК 53.5

УДК 159.9 – 355.34

Основи роботи психолога внутрішніх військ МВС України: навч. посіб.
/ І.І. Ліпатов, І.І. Приходько, Ю.Б. Ірхін, В.І. Пасічник та ін. – Х.: Акад. ВВ
МВС України, 2008. – 153 с.

Розглянуто сутність, зміст, структуру, організаційно-методичні основи психологічної роботи у внутрішніх військах МВС України та особливості роботи психолога у підрозділах і частинах внутрішніх військ. Значна увага приділяється проведенню психодіагностичних досліджень особового складу, малих груп і військових колективів, висвітленню різноманітних аспектів надання психологічної допомоги військовослужбовцям. Теоретичні положення доповнено питаннями для самоконтролю.

Зміст посібника відповідає основним розділам навчальних програм з дисциплін “Психологічна робота у військах” і “Теорія і практика психологічної допомоги”, що викладаються на кафедрі оперативного застосування внутрішніх військ Академії внутрішніх військ МВС України.

Для викладачів, практичних психологів, ад’юнктів, магістрів, курсантів і студентів вищих військових навчальних закладів, а також слухачів курсів післядипломної освіти.

Авторський колектив: **І.І. Ліпатов**, кандидат психологічних наук, професор;
І.І. Приходько, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник;
Ю.Б. Ірхін, кандидат психологічних наук;
В.І. Пасічник, кандидат психологічних наук, доцент;
М.І. Товма;
М.І. Досяк;
І.Й. Ліпатов

Рецензенти: **О.В. Тімченко**, д-р психол. наук, професор, начальник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології (Університет цивільного захисту України);
Л.Ф. Шестопалова, д-р психол. наук, професор, завідувач відділу медичної психології (Державна установа “Інститут неврології, психіатрії та наркології АМН України”)

Рекомендовано Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник для вищих навчальних закладів МВС України III-IV рівнів акредитації (лист № 2/149 від 28.05.2008 року, протокол № 5 від 24 червня 2008 року рішення комісії Інституту інноваційних технологій і змісту освіти МОН України)

ISBN 978-966-8671-13-5

© Академія внутрішніх військ МВС України, 2008

ЗМІСТ

| | |
|---|----|
| Передмова | 5 |
| Вступ | 7 |
| Розділ I. Загальна характеристика психологічної роботи у внутрішніх військах МВС України..... | 8 |
| 1.1. Сутність та зміст психологічної роботи..... | 8 |
| 1.2. Структура психологічної роботи, основні принципи її організації та проведення..... | 9 |
| 1.3. Організаційно-методичні основи проведення психологічної роботи у внутрішніх військах..... | 14 |
| Розділ II. Організація та зміст роботи психолога в підрозділах внутрішніх військ..... | 18 |
| 2.1. Структура служби психологічного забезпечення внутрішніх військ, її основні завдання та функції..... | 18 |
| 2.2. Зміст та особливості професійної діяльності психолога внутрішніх військ..... | 22 |
| 2.3. Обов'язки психолога військової частини внутрішніх військ..... | 28 |
| 2.4. Професійно-етичні норми в роботі психолога..... | 31 |
| 2.5. Планування психологічної роботи у військовій частині та звітність про її результати..... | 33 |
| 2.6. Взаємодія психолога з посадовими особами військової частини внутрішніх військ..... | 42 |
| Розділ III. Психодіагностика особистості військовослужбовця та психологічне вивчення підрозділу внутрішніх військ МВС України..... | 48 |
| 3.1. Основні етапи, програма і методика вивчення психологічних особливостей військовослужбовців внутрішніх військ, малої групи та військового колективу..... | 48 |
| 3.2. Методи психологічного вивчення особистості військовослужбовців внутрішніх військ, малої групи та військового колективу. Результати та висновки проведеного обстеження..... | 53 |
| Розділ IV. Психологічна допомога військовослужбовцям внутрішніх військ МВС України..... | 73 |
| 4.1. Донозологічні негативні психічні реакції та стани, які можуть виникати у військовослужбовців внутрішніх військ МВС України під час виконання службово-бойових завдань..... | 73 |
| 4.2. Посттравматичні стресові розлади, які можуть виникати у військовослужбовців внутрішніх військ після виконання службово-бойових завдань..... | 79 |
| 4.3. Методи надання психологічної допомоги військовослужбовцям внутрішніх військ..... | 81 |
| 4.4. Організація та робота кімнати індивідуальної та групової психопрофілактичної роботи..... | 89 |
| 4.5. Особливості психологічного консультування та проведення психокорекційних заходів з особовим складом внутрішніх військ..... | 91 |

| | |
|---|-----|
| 4.6. Основи проведення соціально-психологічного тренінгу (СПТ)..... | 97 |
| Додаток 1. Типові плани роботи психолога внутрішніх військ МВС України на тиждень, місяць, рік..... | 99 |
| Додаток 2. Основні вимоги щодо роботи з групою посиленої психологічної уваги | 105 |
| Додаток 3. Типові звіти за результатами психологічної роботи у військовій частині внутрішніх військ МВС України..... | 114 |
| Додаток 4. Програми проведення соціометричного та психологічного дослідження індивідуально-психологічних особливостей військовослужбовців.... | 132 |
| Додаток 5. Способи швидкого зняття психоемоційного напруження..... | 136 |
| Додаток 6. Варіанти ігрових вправ соціально-психологічних тренінгів..... | 140 |
| Бібліографічний список..... | 145 |
| Предметний покажчик..... | 149 |

ПЕРЕДМОВА

Виконання завдань, які стоять перед внутрішніми військами, потребує вдосконалення виховного забезпечення та морально-психологічної роботи з особовим складом. Сучасний етап розвитку психологічної роботи у внутрішніх військах визначає необхідність певного вдосконалення системи психологічного забезпечення їх службово-бойової діяльності. Головна увага спрямовується на розробку нормативної бази, яка визначає функціонування самої служби психологічного забезпечення внутрішніх військ, поліпшення діяльності психологів, озброєння їх новітніми психодіагностичними засобами, психотехнологіями. Усе це дає змогу підвищити ефективність дій психологів у вирішенні службово-бойових завдань та забезпеченні належного рівня безпеки військовослужбовців у повсякденному житті і екстремальних ситуаціях, у здійсненні якісного відбору та психологічної підготовки військовослужбовців, що проходять військову службу за контрактом.

Важливість психологічної роботи у внутрішніх військах неодноразово наголошувалося на різних рівнях. Безперечно, що якісна трансформація внутрішніх військ, виховання сучасного військовослужбовця внутрішніх військ, здатного з честю виконати службовий обов'язок неможливі без активної участі в цьому процесі професіональних психологів.

За даними наукових досліджень заходи психологічного забезпечення впливають на підвищення продуктивності праці (залежно від галузі на 10-30 %), скорочення плинності кадрів (на 20-25 %), зниження травматизму та безповоротних втрат (на 30-45 %), продовження активного періоду працездатності (на 8-10 %), а також сприяють зниженню відрахувань слухачів і курсантів з освітніх закладів (у 3-4 рази).

З урахуванням вимог Указу Президента України "Про Концепцію виховної роботи у Збройних Силах та інших військових формуваннях України" від 4 вересня 1998 р., завдань, поставлених командувачем внутрішніх військ, проводиться значна робота з упровадження системи психологічного забезпечення в діяльність усіх підрозділів внутрішніх військ.

Заходи психологічного забезпечення сприяють цілеспрямованому розкриттю й розвитку здібностей військовослужбовців внутрішніх військ, зростанню їх професіоналізму, працездатності, збереженню здоров'я і самого життя при виконанні ними службово-бойових завдань.

Психолог повинен упроваджувати новітні досягнення психологічної науки не тільки в роботу з особовим складом, але й у вирішення повсякденних практичних завдань з охорони об'єктів, участі в охороні громадського порядку, посилення боротьби зі злочинністю, забезпечення профілактичних заходів, протидії явищам злочинності, позастатутним відносинам і зловживанням службовим становищем тощо.

Запропонований посібник спрямований на подальший розвиток концептуальних засад діяльності психологів внутрішніх військ, технології і методики роботи, орієнтацію їх на вирішення завдань, поставлених командувачем внутрішніх військ перед психологічною службою.

Цей посібник, безумовно, актуальний, своєчасний у наданні необхідної методичної допомоги не тільки психологам внутрішніх військ, але й при підготовці кадрів у навчальних закладах внутрішніх військ.

*Начальник управління виховної роботи Головного управління внутрішніх
військ МВС України
заслужений працівник культури України полковник В.С. Молдавчук*

ВСТУП

Командування внутрішніх військ, наукові та педагогічні колективи навчальних закладів Міністерства внутрішніх справ докладають значних зусиль для належного використання досягнень психологічної науки щодо підвищення ефективності службово-бойової діяльності особового складу, зміцнення його морально-психологічного стану, психологічної стійкості, посилення готовності та здатності до діяльності в особливих умовах.

Водночас психологи внутрішніх військ відчують нагальну потребу в оволодінні необхідним практичним інструментарієм, методичними основами технологій професійної діяльності, тобто актуальним є щодо створення сучасної навчально-методичної бази для їх професійного вдосконалення і це видання може зняти наявний дефіцит у цій сфері.

Метою навчального посібника є чітке визначення меж професійної діяльності психолога, його місця та ролі у виконанні різноманітних службово-бойових завдань, а також напрямів і форм взаємодії з різними посадовими особами.

Видання містить основні теми, які розглядаються в дисциплінах: “Психологічна робота у військах” і “Теорія і практика психологічної допомоги”.

У зв'язку з цим навчальний посібник “Основи роботи психолога внутрішніх військ МВС України” стане в нагоді тим, хто готується до практичного виконання професійних обов'язків, допоможе їм удосконалити свій науково-методичний рівень, поглибити психологічні знання та розширити кругозір з окресленого в ньому кола проблем.

При підготовці навчального посібника авторами використувався досвід роботи психологів у підрозділах Міністерства внутрішніх справ, Міністерства оборони України, праці вітчизняних і зарубіжних дослідників психологічного забезпечення службово-бойової діяльності та професійно-психологічної підготовки особового складу силових структур. При структуруванні змісту навчального посібника зроблено спробу узагальнити найактуальніші питання організації професійної діяльності психологів, реалізувати існуючу потребу в інформаційному забезпеченні процесу їх фахового самовдосконалення та досягти усвідомлення всіма суб'єктами психологічної роботи можливостей оптимального використання потенціалу психологічної служби у процесі вирішення завдань службово-бойової діяльності.

Значна увага приділяється висвітленню ролі психолога внутрішніх військ як фахівця, котрий забезпечує психологічне обґрунтування процесу виховної роботи й максимально ефективно використання можливостей кожного військовослужбовця внутрішніх військ у процесі службово-бойової діяльності.

Сподіваємося, що цей навчальний посібник стане у нагоді не тільки психологам внутрішніх військ, але й керівному складу підрозділів і частин, дозволить привернути їхню увагу до психологічних механізмів підвищення ефективності виконання службово-бойових завдань.

Розділ 1. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ У ВНУТРІШНІХ ВІЙСЬКАХ МВС УКРАЇНИ

1.1. Сутність і зміст психологічної роботи

Психологічна робота – це діяльність, яка проводиться в мирний і воєнний час командирами, офіцерами органів виховних структур, психологами та спеціально створеними структурами (підрозділами) і включає комплекс профорієнтаційних, психодіагностичних, психопрофілактичних і психокорекційних заходів, спрямованих на вивчення, формування й розвиток у військовослужбовців професійно важливих психологічних якостей і підтримання психічних станів, необхідних для успішного виконання службово-бойових завдань, та збереження психічного здоров'я.

Науково-теоретичною основою організації і проведення психологічної роботи у внутрішніх військах та інших військових формуваннях України є *військова психологія*, що узагальнює й конкретизує зміст інших галузей психології щодо умов військової діяльності.

Психологічна робота являє собою найважливіший елемент системи морально-психологічного забезпечення різних аспектів життєдіяльності військовослужбовців і здійснюється на оперативному й тактичному організаційних рівнях.

Необхідність психологічної роботи виникає з формуванням соціального замовлення на обґрунтований, (опирається на наукові психологічні знання), вплив на особовий склад, особливо в умовах виконання службово-бойових завдань. Її організаційне оформлення відбувалося поступово відповідно до досягнутого рівня розвитку психологічної науки і змін у практиці військової справи. Логіка розвитку вітчизняної системи психологічного забезпечення військової діяльності відбиває рух науки і практики від перших спроб (наприкінці ХІХ ст.) досліджувати бойову діяльність, визначати психологічні фактори її ефективності, виявляти і формувати вимоги щодо бойових якостей військовослужбовців до сучасного організаційного оформлення психологічної служби.

Психологічна служба – один із важливих елементів системи морально-психологічного забезпечення життєдіяльності внутрішніх військ, що являє собою мережу спеціалізованих органів, підрозділів і посадових осіб, об'єднаних у єдину організаційну структуру, зміст діяльності яких визначається поняттям "психологічна робота".

Виділення психологічної роботи в самостійний вид діяльності і її організаційне оформлення у вигляді психологічної служби тісно пов'язані з процесом реформування виховних структур внутрішніх військ, деідеологізацією теоретичних основ виховання й навчання військовослужбовців, потребою кваліфікованого психологічного впливу на особовий склад.

Значний внесок у розробку теоретичних основ проведення психологічної роботи у військах протягом останніх десятиріч внесли такі фахівці військової психології, як Д.О. Александров, В.Г. Андросюк, В.І. Барко, А.В. Барабаншиков, М.Й. Варій, М.І. Дяченко, Л.Ф. Желєзняк, Ю.Б. Ірхін, А.Г. Караяні, М.П. Коробейников, П.А. Корчемний, І.І. Ліпатов, В.С. Медведєв, О.М. Морозов,

К.К. Платонов, І.І. Приходько, А.М. Столяренко, О.В. Тімченко, М.Ф. Феденко, В.В.Ягупов, С.І. Яковенко і багато інших.

Сучасний етап становлення психологічної служби характеризується введенням штатних посад психологів (у внутрішніх військах – від окремого батальйону й вище), а також відкриттям центрів і пунктів психологічної допомоги і реабілітації (позаштатних), науково-дослідних підрозділів і центрів, що розробляють проблеми найбільш ефективного застосування потенціалу психології в умовах службово-бойової діяльності.

Сьогодні поняття “психологічне забезпечення” і “психологічна робота” включені в нормативні документи. Разом із тим одночасне введення в обіг на початку 90-х рр. ХХ ст. близьких за змістом термінів вимагає уточнення їх співвідношення.

Термін “психологічна робота” як більш широкий застосовується до діяльності відповідних фахівців як у мирний, так і у воєнний час, фіксуючи спрямованість на діяльність, завдання (*психологічне забезпечення*) і на людину, його психічне здоров’я (*психологічна допомога*).

Психологічне забезпечення – являє собою комплекс заходів щодо формування, підтримання та відновлення у особового складу психологічних якостей, які забезпечують високу психологічну стійкість військовослужбовців, готовність виконувати бойові завдання у будь-яких умовах обстановки. Психологічне забезпечення здійснюється посадовими особами військових частин і підрозділів у контексті службово-бойової діяльності з урахуванням її змісту.

Складовими психологічного забезпечення є прогнозування морально-психологічного стану особового складу військ, здійснення психологічної підготовки, психологічного супроводження бойової діяльності, психологічної реабілітації психотравмованих військовослужбовців.

Психологічну допомогу психологи надають особам, які її потребують з метою вирішення їхніх психологічних проблем. Професійні дії психолога зумовлені характером проблеми військовослужбовця. Психологічна допомога як складник психологічної роботи включає психологічне консультування, психотерапію і психокорекцію.

1.2. Структура психологічної роботи, основні принципи її організації та проведення

Структурно психологічна робота як система поєднує в собі такі елементи: *мета і завдання, суб’єкти, об’єкти, методи й засоби психологічної роботи.*

Загальна спрямованість психологічної роботи на виконання службово-бойових завдань обумовлюється необхідністю всебічного забезпечення бойової готовності внутрішніх військ, а також характером конкретних проблем, що мають негативний психологічний вплив на бойові можливості особового складу, його психічне самопочуття й ефективність військової діяльності. Зазначимо низку *основних психологічних проблем*, на розв’язання яких спрямована психологічна робота.

1. *Особистісні проблеми* – погіршують особистісний розвиток військовослужбовців, їх моральне і психічне здоров’я та самопочуття і

потенційні бойові можливості. У структурно-психологічному плані дані проблеми можна поділити на такі групи:

а) *мотиваційні проблеми* – відсутність стимулів щодо зразкового виконання службових обов'язків які відповідають сучасним завданням внутрішніх військ, прагнення до військово-професійного вдосконалення;

б) *професійно-кваліфікаційні* – непридатність або невідповідність певної частини військовослужбовців до виконання функціональних обов'язків;

в) *функціонально-психологічні* – негативні психофізіологічні стани військовослужбовців, що виникають безпосередньо в процесі діяльності.

Особистісні проблеми виявляються у труднощах соціально-психологічної адаптації військовослужбовця до умов військової служби у формі конфліктів, різних відхилень поведінки, відчутті тривоги, розгубленості, безвихідності тощо.

2. *Колективно-групові проблеми* – погіршують морально-психологічний клімат військового колективу. До них відносять різні види порушень і деформацій колективних зв'язків (моральних, ділових, особистих), розпад позитивних цінностей колективу, роз'єднаність військовослужбовців, різні форми психологічної несумісності, існування мікрогруп, що характеризуються негативним стійким прагненням до вибору помилкових, асоціальних та антиармійських цілей і орієнтирів.

3. *Діяльнісні проблеми* – властиві службово-бойовій діяльності військовослужбовців через невідповідність їх психологічних якостей об'єктивним вимогам військової служби і військової спеціальності. Дані проблеми виявляються у зниженні ефективності діяльності, помилках при виконанні службово-бойових завдань.

Виходячи з існування наведених проблем і необхідності їх першочергового вирішення, зміст психологічної роботи має *два основні напрямки*:

– удосконалення психологічних умов, що впливають на психіку військовослужбовців;

– формування й розвиток індивідуальних і групових психічних утворень, що є найважливішим фактором підвищення ефективності функціонування людини в різних видах військової діяльності.

Особливістю психологічної роботи в умовах діяльності внутрішніх військ є врахування того, що функціонування людини в розглядається як діяльність, спрямована на виконання службово-бойового завдання. Інтереси самої людини тут найчастіше не збігаються, а іноді й суперечать цілям і характеру здійснюваної діяльності. Тому на відміну від умов роботи цивільних психологів, де психіка клієнта розглядається як самодостатня у професійно-етичному плані цінність, в умовах внутрішніх військ психологічна робота повинна бути орієнтована й на інтереси діяльності, й на інтереси людини.

Психологічна робота організовується відповідно до чинного законодавства України, наказів і директив командувача внутрішніх військ, та у межах виділених напрямків *головними завданнями психологічної роботи* є:

– формування у військовослужбовців внутрішніх військ відповідних професійно важливих психологічних якостей, навичок безпечної поведінки,

уміння вирішувати свої психологічні проблеми й управляти конфліктними ситуаціями з урахуванням особливостей несення служби та категорій військовослужбовців;

- створення ефективної системи забезпечення психологічної готовності, стійкості і надійності особового складу;

- проведення поглибленого психологічного вивчення кандидатів на керівні посади управлінь територіальних командувань, з'єднань, військових частин і підрозділів внутрішніх військ, професійна орієнтація та професійно-психологічний відбір кандидатів на службу у внутрішні війська, кандидатів для навчання в Академії внутрішніх військ, на факультеті внутрішніх військ Навчально-наукового інституту з підготовки кадрів громадської безпеки та психологічної служби Київського національного університету внутрішніх справ та кандидатів до участі в миротворчих місіях ООН;

- вивчення соціально-психологічного клімату у військових колективах та надання допомоги командирам у формуванні необхідного рівня його сприйнятливості, створення обстановки високої вимогливості і взаємодопомоги;

- проведення психопрофілактичної роботи, спрямованої на зміцнення й відновлення соціально-психологічного благополуччя та здоров'я військовослужбовців, попередження виникнення соціально-психологічної та особистісної дезадаптації;

- проведення організаційних і методичних заходів щодо посилення впливу психологічного забезпечення для досягнення позитивних результатів службово-бойової діяльності внутрішніх військ;

- удосконалення організації роботи щодо підвищення престижу внутрішніх військ серед населення;

- виявлення за допомогою психологічних та соціологічних методів чинників, що сприяють виникненню соціально-психологічних проблем у службово-бойовій діяльності внутрішніх військ;

- психологічний аналіз причин та умов психологічного і фізичного травматизму, загибелі військовослужбовців внутрішніх військ під час виконання службових обов'язків та підготовка пропозицій до методичних рекомендацій щодо їх попередження;

- за впровадження новітніх психологічних технологій, зокрема за напрямками службово-бойової діяльності, у тому числі із застосуванням комп'ютерної поліграфної техніки, автоматизованих психодіагностичних комплексів для відбору, оцінки і прогнозування професійної діяльності військовослужбовців з'єднань і військових частин відповідно до вимог чинного законодавства України.

Вирішення цих завдань можливе за тісної взаємодії посадових осіб, які реалізують у своїй діяльності широкий арсенал методів і засобів психологічної роботи на двох **методичних рівнях** її організації і проведення:

1) на рівні застосування спеціалізованих методів і процедур психологічного вивчення і впливу, здійснюваних *кваліфікованими фахівцями*, які мають відповідну

психологічну освіту й досвід діяльності;

2) на рівні заходів, реалізованих *посадовими особами* в рамках традиційної організаторської діяльності, виховної роботи та навчання особового складу й на основі врахування інформації, отриманої від психолога.

Крім методичних рівнів, що відбивають специфіку застосування тих або інших засобів і прийомів психологічного вивчення і впливу на військовослужбовців, виділяються також *організаційні рівні*. Організаційні рівні психологічної роботи (стратегічний, оперативний, тактичний) поділяються за масштабом і специфікою завдань, розв'язуваних за допомогою даного виду діяльності.

До *суб'єктів психологічної роботи*, тобто осіб, які здійснюють прямий або опосередкований психологічний вплив на об'єкт, а також його психологічне вивчення, належать:

а) органи управління внутрішніх військ і посадові особи: командири й начальники всіх ступенів, штаби, органи виховної роботи, служби;

б) офіцери-психологи відділу (відділення, групи) виховної роботи військових частин та управлінь територіальних командувань, навчальних закладів, ГУВВ;

в) наукові підрозділи: науково-дослідні лабораторії, які створюються для дослідження актуальних проблем, пов'язаних із розвитком військової психології і практики психологічної роботи;

г) психологічний актив, громадські організації у військових частинах; родини і близькі родичі військовослужбовців.

Обов'язки суб'єктів психологічної роботи розробляються відповідно до масштабу і специфіки психологічних проблем і зумовлених ними завдань, змістовної специфіки взаємодії посадових осіб, що беруть участь у вирішенні цих завдань, їхньої професійної компетенції і професійної кваліфікації.

До числа *об'єктів психологічної роботи* належать:

- офіцери;
- військовослужбовці, які проходять військову службу за контрактом;
- військовослужбовці строкової служби: сержанти, солдати, курсанти;
- службовці (працівники) внутрішніх військ МВС України;
- кандидати на військову службу із числа цивільних громадян;
- родини та близькі родичі військовослужбовців та службовців (працівників) внутрішніх військ;
- групи й військові колективи.

Методи психологічної роботи являють собою сукупність процедур, прийомів і способів виявлення, опису, прогнозування динаміки психологічних характеристик військовослужбовців і видів військової діяльності, а також психологічно обґрунтованого впливу на них з метою оптимізації вихідного (виявленого) стану. Вони поділяються на *спеціалізовані* й *загальні*.

Засоби психологічної роботи включають сучасні апаратні засоби, устаткування, діагностичні й корекційно-розвиваючі методики, відповідні стимулюючий матеріал і інструментарій, схеми й наочне приладдя, наукову,

навчальну й навчально-методичну літературу, тренажери, приміщення, спорудження, навчальне озброєння й техніку, засоби імітації зовнішніх ознак службово-бойових завдань для:

- вимірювання й оцінки психологічних характеристик військовослужбовців і цивільного персоналу внутрішніх військ України;
- формування й розвитку у військовослужбовців психологічних якостей і станів, що визначають їхню професійну ефективність;
- зняття психічної напруженості, підтримання й відновлення психічного здоров'я;
- психологічної освіти;
- інформаційно-психологічної протидії.

Основною умовою ефективності психологічної роботи є вихідні базові положення – *принципи*, система яких включає досить широкий набір вимог до її організації і проведення.

Коротко зупинимося на змісті *основних принципів психологічної роботи*.

1. *Принцип професійної компетентності, правової й етичної правочинності* орієнтує всіх посадових осіб психологічної роботи на постійне підвищення власного рівня психолого-педагогічної компетентності. Реалізація спеціальних заходів психологічного впливу припускає наявність у осіб, що здійснюють дані впливи, спеціальної психологічної освіти й досвіду діяльності.

2. *Принцип комплексного підходу й професійного співробітництва* передбачає необхідність координації зусиль різних посадових осіб. Це зумовлено тим, що ефективне функціонування психіки військовослужбовців і військових колективів значною мірою залежить від цілого комплексу умов матеріально-технічного, організаційного, побутового, медичного характеру. Їх реалізація може забезпечуватися лише спільними зусиллями командирів і фахівців різних сфер. Крім того, розв'язання завдань має забезпечуватись єдністю застосування методів і форм організації і проведення психологічної роботи.

3. *Принцип діяльнісного підходу* орієнтує на врахування ролі військової діяльності, в рамках якої виникає багато психологічних явищ, нею обумовлених. При цьому варто враховувати, що вплив факторів військової діяльності на психіку військовослужбовців може бути як позитивним, розвиваючим, так і негативним (останній веде до виникнення різного роду психологічних ускладнень і проблем). Завдання психологічної роботи визначаються й вирішуються в контексті загальних завдань військової діяльності й зумовлені необхідністю формування та розвитку психічних якостей у суб'єктів даної діяльності, які визначають можливість її ефективного виконання.

4. *Принцип суб'єктно-орієнтованої взаємодії* ураховує наявність активного початку, потенційних можливостей психологічного впливу на товаришів по службі й самого себе (з метою саморозвитку, професійного вдосконалення, самовиховання) у кожного суб'єкта військової діяльності, визнання позитивної, активно перетворювальної ролі психологічного ресурсу особистості військовослужбовця в ситуаціях подолання ним складних службових, професійних і особистісних проблем.

5. *Принцип своєчасності і сталості* означає, що психологічна робота повинна проводитися на всіх етапах соціалізації військовослужбовця в умовах військової системи – від призову на військову службу до звільнення. Відповідні методи й форми психологічної роботи застосовуються з урахуванням конкретного етапу соціалізації та аспектів життєдіяльності військовослужбовця. Кадрові зміни й переміщення посадових осіб психологічної роботи повинні супроводжуватися наступністю загальної лінії і забезпеченням можливості надання конкретної психологічної допомоги військовослужбовцю, який є об'єктом психологічного супроводу.

6. *Принцип матеріально-технічного забезпечення психологічної роботи* полягає в необхідності забезпечення відповідною апаратурою, тренажерами, службовими приміщеннями й матеріально-технічними засобами процесу отримання психологічної інформації, її математико-статистичної обробки, організації індивідуальної й групової психокорекційної та консультативної роботи з військовослужбовцями.

1.3. Організаційно-методичні основи проведення психологічної роботи у внутрішніх військах

Цілеспрямованість і ефективність психологічної роботи багато в чому зумовлена централізованим і системним керівництвом цим видом діяльності. Система керівництва психологічною роботою у внутрішніх військах призначена для організації і всебічного забезпечення діяльності посадових осіб, які здійснюють вирішення основних завдань психологічної роботи. Керівництво психологічною роботою забезпечує:

- розробку нормативно-правової бази психологічної роботи;
- визначення структури, штатної чисельності й обов'язків посадових осіб психологічної роботи;
- визначення цілей психологічної роботи, здійснення її планування;
- постановку завдань, організацію взаємодії суб'єктів психологічної роботи, здійснення контролю й оцінки їхньої діяльності;
- підбір, навчання, розміщення кадрів;
- усебічне науково-методичне, матеріально-технічне, фінансове забезпечення діяльності суб'єктів і спеціалізованих підрозділів психологічної роботи.

Загальне організаційно-методичне керівництво психологічною роботою у внутрішніх військах здійснює управління виховної роботи Головного управління ВВ МВС України. У його обов'язки входять: планування, організація, узагальнення досвіду й результатів психологічної роботи у внутрішніх військах, організація її науково-методичного забезпечення, участь у підготовці, перепідготовці й розміщенні психологічних кадрів. Управління здійснює взаємодію з питань психологічної роботи з військовими й цивільними навчальними й науково-дослідними установами (центрами), виробляє пропозиції щодо розвитку матеріально-технічної бази психологічної роботи, готує для органів військового

управління пропозиції і рекомендації з підтримання здорового й керованого морально-психологічного стану особового складу внутрішніх військ, зміцнення військової дисципліни.

Нормативними документами, що становлять *правову основу* психологічної роботи, є:

- закони України;
- укази й розпорядження Президента України;
- постанови й розпорядження уряду України;
- накази й директиви Міністра внутрішніх справ, командувача внутрішніх військ МВС України.

У цих документах викладено загальні вимоги до організації і проведення заходів психологічної роботи, визначено обов'язки й права її суб'єктів, викладено головні завдання та зміст науково-методичного, матеріально-технічного, фінансового забезпечення й підготовки кадрів психологічної роботи.

Перелік основних документів, що регламентують діяльність посадових осіб психологічної роботи, надано у табл. 1.1.

Таблиця 1.1

Перелік керівних документів, що визначають організацію й проведення психологічної роботи у внутрішніх військах МВС України

| Пор. № | Найменування документа |
|--------|--|
| 1 | Конституція України, прийнята на п'ятій сесії Верховної Ради України 28.06.1996 р. |
| 2 | Концепція виховної роботи у Збройних Силах України та інших військових формуваннях України, затверджена Указом Президента України 4.09.1998 р. |
| 3 | Наказ Міністра внутрішніх справ України від 28.07.2004 р. № 842 “Про подальший розвиток служби психологічного забезпечення оперативно-службової діяльності органів внутрішніх справ України” |
| 4 | Наказ Міністра внутрішніх справ України від 26.05.2005 р. № 385 “Про затвердження виконання Комплексної програми вдосконалення бойової та психологічної підготовки особового складу органів та підрозділів внутрішніх справ України” |
| 5 | Наказ Міністра внутрішніх справ України від 07.04.2008 р. № 161 “Про затвердження Програми психопрофілактичної роботи з особовим складом органів та підрозділів внутрішніх справ України на 2008 – 2012 роки” |
| 6 | Наказ командувача внутрішніх військ МВС України від 28.01.2006 р. № 39 “Про подальший розвиток служби психологічного забезпечення діяльності внутрішніх військах МВС України” |

| | |
|---|---|
| 7 | Директива командувача внутрішніх військ МВС України від 01.09.2008 р. № 14 “Про виховну роботу у внутрішніх військах МВС України” |
|---|---|

Науково-методичне забезпечення психологічної роботи організується і здійснюється органами виховної роботи відповідно до наказів і директив командувача внутрішніх військ.

Завданнями науково-методичного забезпечення психологічної роботи такі:

- розробка методологічних і теоретичних основ організації і проведення психологічної роботи, програм, рекомендацій, організаційно-методичних вказівок, форм, методів і засобів психологічної роботи, їх експертна оцінка;
- проведення військово-психологічних досліджень з широкого кола проблем, що виникають при вирішенні завдань удосконалення бойової підготовки, управління внутрішніми військами й ефективним виконанням службово-бойових завдань;
- підготовка навчальних і методичних посібників, інформаційно-довідкових матеріалів з військової психології;
- обґрунтування перспектив розвитку психологічної роботи.

Головною установою з розробки методологічних, теоретичних і методичних проблем психологічної роботи у внутрішніх військах України є Академія внутрішніх військ МВС України, Центр практичної психології МВС України. Прикладні дослідження проводяться військово-навчальними закладами, науково-дослідними центрами та лабораторіями.

Матеріально-технічне забезпечення психологічної роботи організується й проводиться з метою задоволення потреб у навчальних і методичних посібниках, комп'ютерній, аудіо, відеотехніці, психодіагностичній апаратурі, бланках та інших матеріальних засобах, необхідних для проведення психологічної роботи. Задоволення потреби в технічних засобах здійснюється відповідно до норм забезпечення технічними засобами виховання, поліграфічним устаткуванням.

Фінансове забезпечення психологічної роботи здійснюється за рахунок коштів, що виділяються за відповідними статтями кошторису.

Кадри для заміщення посад психологів внутрішніх військ готуються у Київському національному університеті внутрішніх справ України та на психологічних факультетах цивільних вузів. Професійна підготовка психологів у внутрішніх військах здійснюється в системі професійної підготовки офіцерського складу. Збори (заняття) з психологами проводяться відповідно до переліку основних заходів щодо підвищення кваліфікації офіцерів органів виховної роботи. Підвищення кваліфікації психологів здійснюється на факультетах перепідготовки й підвищення кваліфікації у військових відомчих і цивільних вузах.

Питання для самоконтролю:

1. Що розуміється під психологічною роботою?
2. Яке співвідношення психологічної роботи і психологічного забезпечення?
3. Які групи проблем, характерних для сучасних умов, обумовлюють загальну

спрямованість і завдання психологічної роботи?

4. Які головні завдання психологічної роботи у військах?

5. Хто здійснює загальне організаційно-методичне керівництво психологічною роботою у військах?

6. Яким принципам повинна відповідати психологічна робота для забезпечення її ефективності?

Розділ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ЗМІСТ РОБОТИ ПСИХОЛОГА В ПІДРОЗДІЛАХ ВНУТРІШНІХ ВІЙСЬК

2.1. Структура служби психологічного забезпечення внутрішніх військ, її головні завдання і функції

У вирішенні завдань психологічної роботи беруть участь суб'єкти служби психологічного забезпечення, структура якої зображена на рис. 2.1.

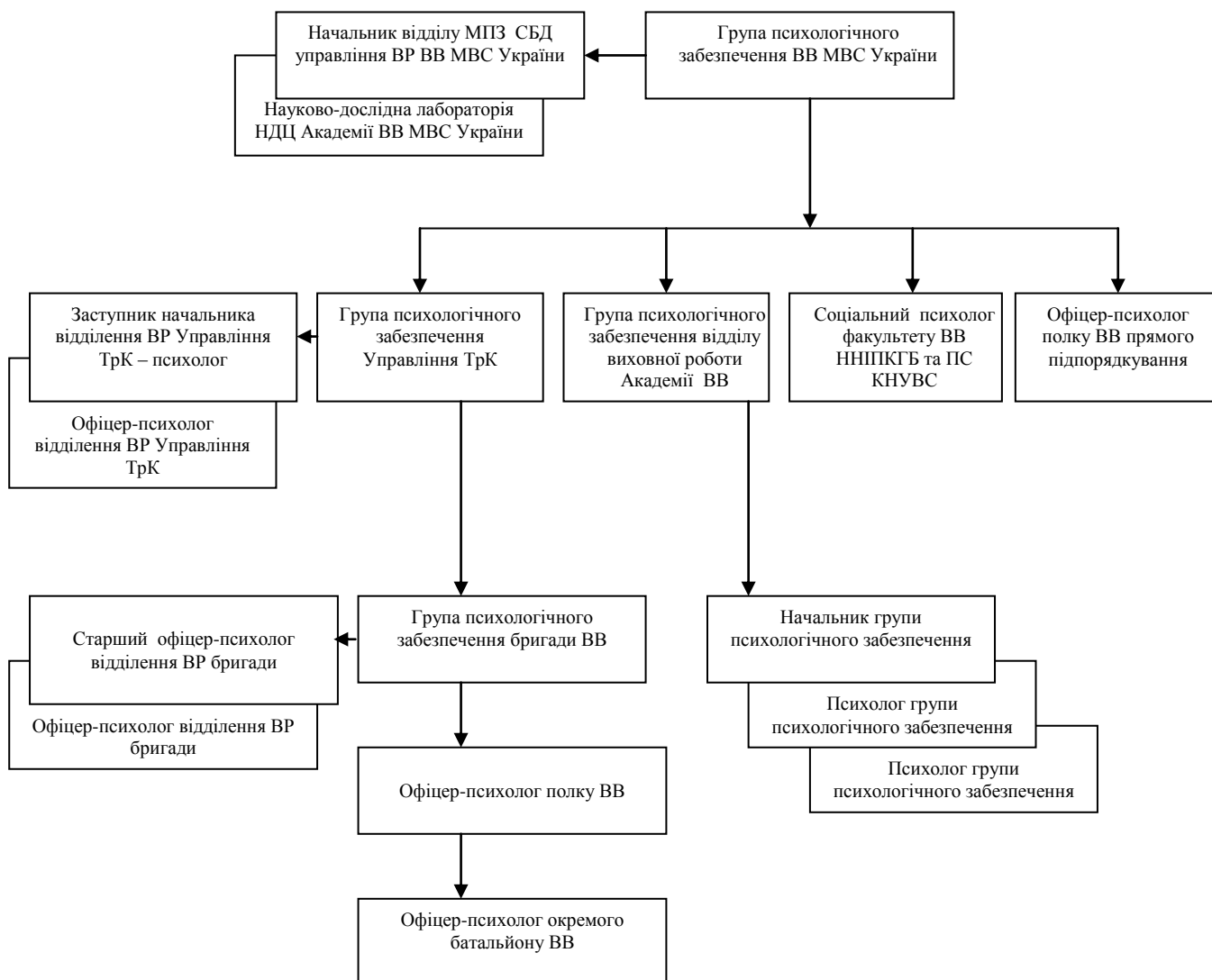


Рис. 2.1. Структура служби психологічного забезпечення ВВ МВС України

Відповідно до наказу командувача ВВ МВС України від 28.01.2006 р. № 39 “Про подальший розвиток служби психологічного забезпечення діяльності внутрішніх військ МВС України” всі суб'єкти діють на засадах загальної спрямованості щодо всебічного забезпечення ефективного виконання службово-бойових завдань внутрішніх військ, а також вирішення проблем, які мають негативний психологічний вплив на бойові можливості особового складу та його психологічне самопочуття, характер психологічної роботи на різних

рівнях, починаючи з батальйону й закінчуючи управлінням виховної роботи внутрішніх військ відрізняється своєю методичною та організаційною складовою.

Діяльність суб'єктів психологічної роботи оперативного рівня великою мірою спрямована на вирішення масштабних проблем у їх аналітично-оціночному аспекті, обробку значних обсягів психологічної і соціальної інформації, керівництво та координацію дій суб'єктів нижчих рівнів, планування та координацію наукових досліджень з актуальних проблем, узагальнення та поширення передового досвіду організації психологічної роботи, видання методичних матеріалів на допомогу психологам низового рівня.

Діяльність суб'єктів психологічної роботи на тактичному рівні має характер практичних конкретизованих психологічних впливів на особистість військовослужбовця чи військовий колектив. Тому тут необхідні практичні навички й уміння психологів.

У Головному управлінні внутрішніх військ МВС України, управліннях територіальних командувань, Академії внутрішніх військ МВС України, бригадах внутрішніх військ створено групи психологічного забезпечення, які входять до складу відділів (відділень) виховної роботи.

На рівні окремого батальйону та полку введено посаду офіцерів-психологів відділень виховної роботи.

Планується введення посад офіцерів-психологів у лінійних (окремо дислокованих) батальйонах, де чисельність особового складу налічує 200 і більше осіб.

Головними завданнями служби психологічного забезпечення є:

– надання допомоги начальникам управлінь територіальних командувань, з'єднань і військових частин з питань зміцнення дисципліни й законності у підпорядкованих підрозділах, створення ефективної системи забезпечення психологічної і психофізіологічної надійності особового складу;

– проведення поглибленого психологічного вивчення кандидатів на керівні посади управлінь територіальних командувань, з'єднань, військових частин і підрозділів внутрішніх військ, професійна орієнтація та професійно-психологічний відбір кандидатів на службу у внутрішніх військах, кандидатів для навчання в Академії внутрішніх військ МВС України, на факультеті внутрішніх військ ННПКГБ та ПС Київського національного університету внутрішніх справ і кандидатів на участь в миротворчих місіях ООН;

– запровадження тренінгових технологій, формування у військовослужбовців внутрішніх військ відповідних професійно важливих психологічних якостей, психологічної стійкості, навичок безпечної поведінки, уміння вирішувати свої психологічні проблеми й управляти конфліктними ситуаціями з урахуванням особливостей несення служби та категорій військовослужбовців;

– вивчення соціально-психологічного клімату у військових колективах і надання допомоги командирам у формуванні необхідного рівня його

сприйнятливості, створення обстановки високої вимогливості та взаємодопомоги;

– проведення психопрофілактичної роботи, спрямованої на зміцнення й відновлення соціально-психологічного благополуччя і здоров'я військовослужбовців, попередження виникнення соціально-психологічної та особистісної дезадаптації;

– проведення організаційних і методичних заходів щодо посилення впливу психологічного забезпечення для досягнення позитивних результатів службово-бойової діяльності внутрішніх військ;

– удосконалення організації роботи з підвищення престижу професії воїна-правоохоронця та авторитету військовослужбовця внутрішніх військ серед населення;

– виявлення за допомогою психологічних і соціологічних методів чинників, що сприяють виникненню соціально-психологічних проблем у службово-бойовій діяльності внутрішніх військ;

– психологічний аналіз причин та умов психологічного й фізичного травматизму, загибелі військовослужбовців внутрішніх військ під час виконання службових обов'язків і підготовка пропозицій до методичних рекомендацій щодо їх попередження;

– запровадження новітніх психологічних технологій, зокрема за напрямками службово-бойової діяльності, у тому числі із застосуванням комп'ютерної поліграфної техніки, автоматизованих психодіагностичних комплексів для відбору, оцінки і прогнозування професійної діяльності військовослужбовців з'єднань та військових частин відповідно до вимог чинного законодавства України.

Функції психологічного забезпечення такі:

– комплексне планування заходів психологічного забезпечення службово-бойової діяльності з'єднань, військових частин і підрозділів внутрішніх військ;

– надання практичних рекомендацій керівному складу управлінь територіальних командувань, з'єднань і військових частин із психологічних аспектів роботи з особовим складом;

– психологічне супроводження інновацій, що впроваджуються у службово-бойову діяльність військовослужбовців внутрішніх військ;

– надання інформаційної, консультативної допомоги громадянам та особовому складу підрозділів внутрішніх військ у виборі професії або спеціальності військовослужбовця; участь у реалізації спеціальних цільових програм щодо створення позитивного іміджу воїна-правоохоронця для інформування різних верств населення з питань служби у внутрішніх військах і навчання у навчальних закладах внутрішніх військ, МВС України;

– організація та проведення інструктивних, методичних нарад і семінарів з методологічних, методичних і практичних аспектів психологічного забезпечення службово-бойової діяльності з'єднань, військових частин та підрозділів внутрішніх військ;

– здійснення заходів психологічного забезпечення службово-бойової діяльності з'єднань, військових частин і підрозділів внутрішніх військ відповідно до функціональних обов'язків;

– психологічне супроводження процесу адаптації військовослужбовців до нових умов службово-бойової діяльності, у тому числі заходів з метою з'ясування психологічної сумісності наставника і підшефного;

– навчання офіцерів, зарахованих до резерву кадрів на висунання на вищі посади, психологічним аспектам управлінської діяльності з метою оволодіння ними практичними навичками, формами та методами ефективного керівництва військовими колективами управлінь територіальних командувань, з'єднань, військових частин і підрозділів;

– навчання військовослужбовців психологічно-обґрунтованій тактиці забезпечення особистої безпеки при виконанні службових завдань;

– надання індивідуальної консультативної допомоги військовослужбовцям і членам їх сімей;

– надання психологічної допомоги військовослужбовцям внутрішніх військ після їх перебування в екстремальних ситуаціях;

– вивчення соціально-психологічного клімату у військових колективах, моніторингу громадської думки щодо якості роботи воїнів-правоохоронців і ступеня довіри до них, їх впливу на стан дисципліни і законності;

– участь у службових розслідуваннях надзвичайних подій серед особового складу внутрішніх військ, пов'язаних із загибеллю або пораненням військовослужбовців, випадками або спробами самогубств;

– розвиток у військовослужбовців особистої дисциплінованості, культури спілкування та чуйного ставлення до людей;

– визначення соціально-психологічного статусу військовослужбовців у системі службових відносин, їх психологічної сумісності та готовності до спільної професійної діяльності під час виконання окремих завдань службово-бойової діяльності (при формуванні варт, спеціальних груп, нарядів тощо);

– запровадження психологічних прийомів професійного спілкування під час здійснення службово-бойової діяльності, його особливостей при реалізації окремих заходів і методів; розроблення нових моделей професійного спілкування військовослужбовців у звичайних та екстремальних оперативно-тактичних ситуаціях;

– упровадження в повсякденну діяльність військовослужбовців психологічних технологій нейтралізації негативного впливу на них кримінальних об'єктів під час виконання службових обов'язків і поза службою;

– проведення опитувань під час професійно-психологічного відбору кандидатів на службу у внутрішніх військах і навчання у вищих навчальних закладах внутрішніх військ МВС України, при здійсненні професійно-психологічного відбору в разі переміщення військовослужбовців по службі та на вищу посаду, участь у роботі атестаційних комісій управлінь територіальних командувань, з'єднань та військових частин з цих питань;

- вивчення потреб внутрішніх військ у психологічних технологіях для різних видів службово-бойової діяльності, формування замовлень на їх розроблення відповідним відомчим навчальним закладам і науковим установам та подальше їх упровадження в практику;

- сприяння підвищенню рівня психологічної культури військовослужбовців внутрішніх військ і психологічної компетентності керівників;

- психологічне супроводження підбору наставників і надання рекомендацій щодо оптимального адаптування молодих військовослужбовців до умов служби відповідно до їх індивідуально-психологічних особливостей;

- підготовка експертних висновків щодо атестування офіцерів, визначення можливостей їх кваліфікаційного зростання при формуванні резерву на висунення згідно з кваліфікаційними характеристиками посади;

- визначення психологічних причин конфліктних ситуацій та емоційних зривів, що виникають у військовослужбовців під час службово-бойової діяльності, запобігання цим проявам та надання індивідуальної консультативної допомоги особовому складу у сфері службових взаємовідносин;

- своєчасне виявлення у особового складу ознак відхилень поведінки від загальноприйнятих норм, здійснення з ними психокорекційних заходів і за необхідності направлення таких військовослужбовців до Центру практичної психології і Центру психіатричної допомоги та професійного психофізіологічного відбору для здійснення вторинної психопрофілактики;

- надання консультативної і практичної допомоги військовослужбовцям з питань взаємодії з різними верствами населення, представниками засобів масової інформації.

2.2. Зміст та особливості професійної діяльності психолога внутрішніх військ

Під *професійною діяльністю психолога* розуміється система взаємозалежних методів, способів і засобів, застосовуваних ним для вивчення психологічних особливостей військовослужбовців і цивільного персоналу, військових колективів, психологічних факторів військово-професійного середовища та їхнього вдосконалювання з метою підвищення ефективності військової діяльності і збереження психічного здоров'я військовослужбовців і членів їхніх родин.

Аналіз і врахування нормативних документів, військової практики організації і проведення психологічної роботи дозволяють виділити низку особливостей професійної діяльності психолога військової частини, що визначають її специфіку:

1. Сучасна психологічна наука і практика є теоретичною основою цієї діяльності, а також необхідний емпіричний матеріал для вирішення практичних проблем.

2. Неухильне дотримання психологом етичних норм, орієнтація на цінність іншої людини, що припускає адекватне сприйняття й оцінку психологом своїх

можливостей як заходу впливу на іншу людину.

3. Досить тверда регламентація діяльності різними нормативними актами, що передбачає орієнтацію психолога як на інтереси військовослужбовця, урахування його особистісних цінностей, інтересів і збереження психічного здоров'я, так і на необхідність якісного вирішення службових і бойових завдань, забезпечення ефективного функціонування психіки військовослужбовців у процесі їх виконання.

4. Необхідність виконання, крім здійснення безпосередньої професійної діяльності, й інших службових обов'язків, багато в чому суперечливих стилю й духу професійної взаємодії психолога з клієнтом (чергування по військовій частині, контроль виконання розпорядку дня, участь у проведенні службових розслідувань тощо).

5. Надзвичайна функціональна різноманітність і складність завдань, розв'язуваних військовим психологом частини. Це вимагає від нього широкого наукового кругозору, орієнтованості у багатьох галузях психології, застосування методів і засобів як дослідницько-діагностичного, так і управлінського характеру.

6. Колективний характер організації і проведення психологічної роботи, необхідність тісної взаємодії її суб'єктів, що припускають обмін між ними психологічною інформацією, отриманою під час роботи з військовослужбовцями, і використання цієї інформації у практичній діяльності, що визначає особливість орієнтації на вимогу конфіденційності такої інформації.

7. Залежність остаточного результату від погодженості спільних дій психолога та інших суб'єктів психологічної роботи: командирів, штабів, офіцерів виховних структур.

8. Відсутність досить чітких критеріїв ефективності діяльності психолога, надійних і апробованих методик, що дозволяють ефективно здійснювати професійні завдання, коректно застосовувати їх стосовно певних категорій військовослужбовців, відсутність професіограм багатьох військових спеціальностей.

Психологічний аналіз діяльності психолога передбачає розкриття її предметного змісту, способів і засобів здійснення діяльності, системи професійних завдань, умов, у яких ця діяльність проходить і які впливають на її ефективність, системи критеріїв, що дозволяють визначити професійну компетентність та ефективність діяльності психолога. Головні цілі професійної діяльності психолога військової частини – психологічне вивчення й опис об'єкта дослідження, а також психологічне управління об'єктом. Предметом вивчення й управління при цьому (тобто предметом професійної діяльності психолога) є психічна реальність військовослужбовців.

Характер взаємодії виділених цілей, що утворюють два *рівні роботи психолога* – *рівень розуміння явища й рівень управління ним насамперед визначається*, особливим характером предметної сфери його практичної діяльності. Справа в тому, що психологічні явища не лежать на поверхні. У більшості випадків завданням психолога є не тільки розрізнення психологічного явища в повсякденному житті, але й визначення відповідності його стану відомим нормам за основними критеріями, пошук і застосування адекватних способів і засобів

психологічного впливу на нього. Все це передбачає поєднання в діяльності психолога дослідницьких і управлінських процедур.

При цьому ефективність *дослідницько-діагностичної діяльності* зумовлена здатністю психолога самостійно здійснювати завдання пошуку проблеми й побудови орієнтирів своєї діяльності. Володіючи певною технологією, орієнтуючись на норму, він водночас зобов'язаний брати до уваги й унікальність кожного окремого випадку. У процесі *психологічного управління* об'єктом психолог повинен враховувати системність психологічних явищ і процесів, що мають місце у військовій частині. При роботі з окремим військовослужбовцем необхідно орієнтуватись як на його індивідуально-психологічні особливості, так і на ті умови соціального середовища, у яких здійснюється його життєдіяльність.

На кожному з виділених рівнів (розуміння й управління об'єктом) виділяються завдання, що відрізняються особливим предметним змістом і вимагають специфічних методологічних і практико-методичних засобів, професійної компетентності й культури.

I. Рівень розуміння. На цьому рівні вирішуються завдання теоретико-дослідницького змісту:

1. *Фіксація існування* соціально-психологічного явища – бачення явища, виявлення його у психологічно нерозчленованій для непрофесіонала дійсності повсякденного життя. Якщо явище проявилось як очевидна проблема, то змістом діяльності психолога-практика стає прийняття цієї проблеми як завдання його психологічної роботи з усіма наслідками, у тому числі професійними й етичними.

2. *Опис явища* – це розгорнута характеристика, викладена як мовою повсякденного спілкування, зрозумілого непрофесіоналові, так і за допомогою категорій психологічної термінології, особливостей уже відомих закономірностей.

3. *Дослідження* полягає у цілеспрямованому спостереженні явища, його аналізі, експертизі, узагальненні отриманої достовірної соціально-психологічної інформації.

4. *Пояснення* – це інтерпретація дослідницьких даних, побудова концептуальних моделей, що дозволяють пояснити механізми явища: його структуру, фактори виникнення й динаміки, залежності між різними параметрами-характеристиками, показники та критерії оптимального або нормативного стану соціально-психологічних характеристик. Пояснення фактично являє собою обґрунтований опис.

5. *Прогнозування* являє собою побудову психологом динамічних моделей перспективного стану військового колективу або військовослужбовця, його діяльності в взаємин при тих або інших умовах управління.

6. *Практично-методичні рекомендації* становить система обґрунтованих пропозицій організаційно-управлінського характеру, що стосуються відношення до військово-організаційної системи у зв'язку з вирішуваною проблемою, для фахівців-професіоналів, командирів, фахівців виховних органів, медиків й ін.

II. Рівень управління передбачає практичний вплив на параметри військового колективу й характеристики (властивості, стани) окремого військовослужбовця. При цьому реалізуються такі завдання:

1. *Облік результатів у керівному впливі* – у процесі спілкування з керівниками

і членами військових колективів, під час побудови корекційно-формульвальних програм, і психологічного консультування.

2. *Корекція розвитку*, тобто система компетентних професійних дій організаційно-управлінського, психолого-педагогічного, психотерапевтичного плану, здійснюваних як самим психологом, так і іншими військовослужбовцями за його рекомендаціями щодо відхилень у поведінці окремих військовослужбовців і військового колективу в цілому.

3. *Спрямоване формування*. Усунення відхилення від норми, що стосується як дефіциту значущих знань, умінь, навичок, мотивації та індивідуально-групових властивостей, необхідних для успішного виконання військово-професійних завдань.

4. *Сприяння саморозвитку*. Життя військового колективу передбачає його саморозвиток, самостійне подолання виникаючих проблем. Роль психолога насамперед полягає у кваліфікованій психологічній допомозі порадою, а також у поточній психологічній освіті членів військового колективу.

Реалізація дослідницько-діагностичних і управлінських процедур, технік і технологій спрямована на вирішення тих завдань, які й становлять зміст професійної діяльності психолога. У процесі виконання цих завдань стосовно об'єкта діяльності психолог реалізує певні функції:

1) *діагностичну* – психологічне вивчення й реєстрація найістотніших особливостей особистості, колективу, діяльності, діагностика відхилень від норми, виявлення й оцінка факторів, що впливають на успішність діяльності і психологічний стан людей;

2) *дослідницьку* – вивчення новітніх досягнень у галузі психологічної науки і практики, поповнення науково-методичних знань, регулярний аналіз процесів і стану власної роботи, досвіду колег, участь у НДР, адаптація нових методик, уточнення критеріїв, показників стосовно до конкретної вибірки й тощо;

3) *прогностична* – прогноз тенденцій розвитку й перспективного стану психологічних характеристик об'єкта вивчення при тих або інших варіантах управління ним;

4) *інформаційна* – повідомлення клієнтам і військовим керівникам системи психологічних знань, підвищення рівня їхньої соціально-психологічної компетентності, а також відомостей про психологічний стан об'єкта й тенденції його розвитку;

5) *конструктивно-проектувальна* – відбір і структурування матеріалу, участь у комплектуванні військових колективів, груп, проектування оптимального стану об'єкта, змісту й умов військової діяльності, засобів і режимів праці й тощо;

6) *навчально-методична* – навчання використанню на практиці знань психології, умінь і навичок психічної саморегуляції і психологічного впливу, розробка методичних документів;

7) *експертна* – оцінка можливих або альтернативних варіантів вирішення психологічних та інших варіантів вирішення проблем (з використанням можливостей психології), кваліфікований висновок про психологічні параметри стану об'єкта оцінювання;

8) *консультативна* – надання допомоги військовослужбовцям, членам їхніх родин у знаходженні найбільш оптимального варіанта дій у вирішенні складних

психологічних ситуацій;

9) *корекційно-розвивальна* – надання допомоги у зміні й (або) реконструкції психологічних утворень, компенсація дефектів освіти й виховання, зміна режимів та умов військової діяльності у зв'язку з певним станом людей, формування якостей, що сприяють особистісному самовираженню й розвитку, а також успішному вирішенню професійних завдань;

10) *комунікативна* – установлення контакту з партнером, прийом і передача повідомлення, емоційних станів, розуміння внутрішнього світу й невербальних реакцій співрозмовника, взаємовплив на поведінку й напрям думки партнера по спілкуванню.

Професійна діяльність психолога різнопланова й поліфункціональна за своїм характером і змістом. Виконуючи функціональні обов'язки, психолог використовує різноманітні методи, техніки й технології, об'єднані за їх характером в окремі види діяльності.

До числа основних видів і методів діяльності психолога відносяться такі: організаційно-методична робота, удосконалення професійної компетентності, психодіагностика, психологічна допомога.

1. Організаційно-методична робота вирішує завдання планування й підготовки різного роду заходів, ведення документації, обробки одержуваної в процесі досліджень інформації, підготовки та вдосконалення необхідної для проведення заходів психологічної роботи матеріально-технічної бази, підготовки формалізованих документів (довідки, огляди, повідомлення й тощо) для надання їх посадовим особам, інструктування й навчання інших суб'єктів психологічної роботи (командирів, активу) практиці використання психологічних знань, а також безпосереднім діям при проведенні заходів психологічної роботи.

2. Удосконалення професійної компетентності передбачає як самостійне, так і спеціально організоване в різних формах *вивчення* новітніх відомостей із різних сфер психологічної науки й практики, поповнення й освоєння знань, умінь і навичок, необхідних для виконання професійних обов'язків і подальшого професійного зросту.

3. Психодіагностика являє собою комплекс заходів, які проводяться психологом з виявлення, вимірювання й оцінки індивідуально-психологічних особливостей особистості військовослужбовця, соціально-психологічних характеристик діяльності військових колективів відповідно до наявних норм і критеріїв, а також факторів, що знижують ефективність службово-бойової діяльності, засобів бойової і психологічної підготовки, режиму життєдіяльності військовослужбовців.

Основними *типами психодіагностичних ситуацій*, як правило, виступають ситуації, пов'язані з таким:

– *заходи професійного психологічного відбору й розподілу військовослужбовців* за військовими спеціальностями, коли необхідно оцінити ступінь професійної придатності людини, що вступає на військову службу;

– *добровільне зверненням військовослужбовця* (членів родин, службовців) до психолога, коли необхідно виявити причини психологічних проблем (утруднень) людини й визначити шляхи їхнього подолання;

– *атестація посадових осіб і фахівців*, коли виявляються й оцінюються їхні психологічні якості на предмет відповідності певній посаді або можливості навчання у військовому навчальному закладі;

– *примусове обстеження* (наприклад, обстеження прибулого молодого поповнення або виявлення психологічних факторів і причин, що приводять до негативних учинків, подій, аварій і т.п.), проведеним за рішенням командування для одержання необхідної інформації;

– необхідність вивчення *існуючих форм, засобів і методів бойової і морально-психологічної підготовки військовослужбовців* з метою їх оптимізації в інтересах підвищення ефективності військової діяльності та збереження психічного здоров'я особового складу.

4. Психологічна допомога – це система заходів, які проводяться психологом військової частини засобами практичної психології і спрямовані на попередження, пом'якшення або подолання різного роду психологічних ускладнень у військовослужбовців і членів їхніх родин, на вирішення психологічних проблем, що виникають у окремої людини або групи людей. Залежно від об'єкта психологічного впливу виділяються такі форми надання психологічної допомоги: індивідуальна, сімейна і групова.

Основні види і методи психологічної допомоги такі: *психопрофілактика і психогігієна, психологічне консультування, психологічне навчання й освіта, психотерапія, психокорекція та психореабілітація*.

Психопрофілактика і психогігієна – являють собою систему психолого-педагогічних та організаційних заходів, що сприяють *попередженню* різноманітних психологічних проблем і спрямовані на збереження психічного здоров'я військовослужбовців, створення нормальних умов для їхньої життєдіяльності.

Психопрофілактичні заходи проводяться психологом у співпраці з іншими посадовими особами і передбачають таке:

– *виявлення й постановка на облік* військовослужбовців, схильних до девіантної поведінки (що відхиляється), а також осіб з низьким рівнем нервово-психічної стійкості;

– *організація роботи кімнати психологічного розвантаження*, де проводяться цикли бесід на психогігієнічні теми щодо збереження нервово-психічного здоров'я;

– *навчання прийомам саморегуляції емоційно-вольових станів*, спеціалізованим формам мобілізації на дії в екстремальних ситуаціях або відновлення психофізіологічних ресурсів;

– *визначення психогігієнічного мінімуму для військовослужбовців* у різних умовах службово-бойової діяльності;

– *психогігієнічна оцінка комфортності середовища, аналіз режиму праці й відпочинку*;

– *прийом психологом військовослужбовців під час медичної диспансеризації*, а також інші заходи.

Психологічне консультування – це вид психологічної допомоги, що полягає у роз'ясненні людині її психологічних труднощів, знятті психологічної напруженості, підвищенні її соціально-психологічної компетентності та сприянні у вирішенні складних особистісних проблем, профілактиці й подоланні кризових ситуацій, а також корекції девіантної поведінки.

Психологічне навчання й освіта – являють собою комплекс заходів з формування знань про закономірності функціонування людської психіки, механізми виникнення негативних психічних станів, формування й удосконалення навичок психолого-педагогічної та управлінської діяльності, а також навичок психічної саморегуляції, побудови оптимальних форм взаємин і взаємодії з іншими людьми.

Психотерапія і психокорекція передбачають діяльність, спрямовану на ослаблення дії психотравмуючих факторів, відтворення гармонійних відносин людини з навколишнім середовищем, її особистісне зростання, формування у неї якостей, необхідних для професійної діяльності, а також на оптимізацію соціально-психологічного клімату в колективі.

Психореабілітація характеризується як діяльність, спрямована на відновлення психічних функцій і особистісного статусу людини, порушених дією психотравмуючих факторів з використанням, в основному, методів і процедур психотерапії.

Перераховані види діяльності психолога внутрішніх військ утворюють цілісну систему, що забезпечує внаслідок комплексного застосування процедур дослідницького й управлінського характеру вирішення завдань оптимізації умов життєдіяльності військовослужбовців в інтересах ефективного виконання ними соціальних функцій, професійних обов'язків і збереження їхнього психічного здоров'я.

2.3. Обов'язки психолога військової частини внутрішніх військ

Відповідно до наказу командувача ВВ МВС України № 39 від 28.01.2006 р. “Про подальший розвиток служби психологічного забезпечення діяльності внутрішніх військ МВС України” визначені обов'язки психолога військової частини.

Психолог відповідає за таке:

– своєчасність, повнота й ефективність заходів психологічного забезпечення бойової готовності, виконання завдань службово-бойової діяльності особового складу; бойова підготовка, зміцнення військової дисципліни серед особового складу, попередження і профілактика соціальної, професійної та особистісної деформації військовослужбовців внутрішніх військ МВС України, психологічної допомоги членам їхніх сімей;

– підтримання власної професійної придатності на рівні, який забезпечує виконання поставлених завдань;

– постійне дотримання етичних і правових норм з проведення заходів щодо забезпечення та збереження психологічної інформації про особовий склад і її використання.

Психолог зобов'язаний:

– аналізувати, оцінювати і прогнозувати розвиток соціально-психологічних явищ і процесів у військових колективах, проводити роботи щодо запобігання вчиненню у колективах підрозділів злочинів і подій, визначати й попереджати передумови нестатутних взаємовідносин;

– проводити роботу зі своєчасного ведення карток психологічного супроводження службової діяльності військовослужбовців постійного складу;

– постійно вивчати психологічні характеристики військовослужбовців усіх категорій, соціально-психологічні процеси у військових колективах, у тому числі під час виконання завдань службово-бойової діяльності особового складу, заходів бойової підготовки;

– здійснювати аналіз фактів злочинів і подій серед особового складу, визначати їх психологічні причини та наслідки шляхом безпосередньої участі у службових розслідуваннях;

– здійснювати заходи психологічної профілактики та корекції негативних психологічних станів військовослужбовців, які зумовлюються виконанням завдань службово-бойової і бойової діяльності особового складу, надавати своєчасну психологічну допомогу та проводити психологічну реабілітацію особового складу;

– визначати військовослужбовців, які мають явні ознаки соціальної та професійної, особистісної деформації, утрудненої адаптації або негативно характеризуються командирами (начальниками), розробляти рекомендації щодо роботи з ними та надавати їм кваліфіковану психологічну допомогу;

– здійснювати заходи психологічної профілактики професійної і соціальної деформації особового складу, зміцнення військової дисципліни та профілактики правопорушень, проводити первинну психопрофілактику відхилень у поведінці військовослужбовців;

– брати участь у психологічній підготовці особового складу до виконання завдань службово-бойової та бойової діяльності, здійснювати заходи щодо формування у військовослужбовців стійких навичок бойової діяльності, психологічної (емоційно-вольової) стійкості, згуртування військових колективів;

– проводити цілеспрямовану профілактичну роботу з військовослужбовцями, віднесених до групи посиленої психологічної уваги. Двічі на рік уточнювати їх списки: 20.01, 20.07 – для строкової служби, до 20.09 – для офіцерів, прапорщиків і військовослужбовців за контрактом;

– двічі на рік (у квітні й жовтні) здійснювати психодіагностичне тестування військовослужбовців групи посиленої психологічної уваги, його результати уточнювати методами спостереження, діагностичної співбесіди, узагальнення незалежних характеристик;

- приділяти особливу увагу вивченню психологічних характеристик кандидатів на посади за контрактом, визначенню індивідуального рівня емоційно-вольової стійкості, виявленню вірогідності наявності у кандидатів ознак девіантної поведінки, схильності до зловживання спиртними напоями, вживання наркотичних речовин;

- проводити відповідну консультаційну роботу з офіцерами та сержантами, які призначені для введення у службу призваних військовослужбовців військової служби за контрактом, щодо ознайомлення із сутністю негативних емоційно-вольових станів, передсуїцидальними ситуаційними реакціями людей;

- спільно з медичними працівниками визначати осіб, яким рекомендована служба без зброї, і проводити з ними відповідну профілактичну роботу;

- двічі на рік (у лютому та серпні) здійснювати у ротах, окремих взводах соціометричні дослідження й на основі результатів досліджень готувати звіти з висновками та рекомендаціями;

- організовувати й проводити заняття з тематики психологічного лекторію з усіма категоріями особового складу;

- брати участь у відборі та розподілі військовослужбовців по підрозділах і військовими спеціальностями, готувати обґрунтовані рекомендації для призначення на посади офіцерів, прапорщиків, сержантів і старшин;

- розробляти рекомендації з комплектування підрозділів, що призначаються для виконання завдань службово-бойової діяльності, підбору команд (груп) для виконання завдань у відриві від військової частини, організації психологічного забезпечення заходів діяльності;

- здійснювати систематичний збір, аналіз та узагальнення психологічної і соціологічної інформації з актуальних військово-соціальних проблем;

- своєчасно розробляти методичні та інформаційно-довідкові матеріали на допомогу керівному складу й офіцерам виховної роботи, надавати практичні рекомендації органам військового управління, громадським організаціям частин і підрозділів з питань психологічного забезпечення життєдіяльності особового складу;

- проводити психологічну експертизу управлінських рішень, своєчасно доповідати про її результати;

- брати участь у плануванні виховної роботи з особовим складом;

- організовувати і проводити навчання офіцерського складу щодо порядку використання психологічної інформації у практиці управлінської діяльності;

- проводити навчання військовослужбовців методиці психологічного саморегулювання, вольової мобілізації психіки, психологічної допомоги, формувати у них навички аутогенного (ідеомоторного) тренування;

- здійснювати психологічне консультування особового складу та членів сімей військовослужбовців;

- вивчати та оцінювати вплив психологічних вчинків, організаційних та фізичних умов служби, побуту військовослужбовців на морально-психологічний стан особового складу й готувати відповідні рекомендації;
- розробляти програми, інструментарій та інші матеріали (засоби) військово-психологічних і соціологічних досліджень, самостійно або у складі груп організовувати і проводити військово-психологічні та соціологічні дослідження;
- постійно вдосконалювати методику й техніку організації і проведення досліджень, накопичення психологічної інформації та її обробки;
- удосконалювати матеріально-психологічну базу заходів психологічного забезпечення життєдіяльності особового складу;
- забезпечувати своєчасний збір, узагальнення, аналіз та збереження психологічної інформації і негативне її використання;
- своєчасно доповідати заступникові командира частини з виховної роботи про морально-психологічний стан військовослужбовців та проведену роботу.

2.4. Професійно-етичні норми в роботі психолога

У своїй практичній діяльності психолог внутрішніх військ має суворо дотримуватися “Етичного кодексу психолога”, який є гарантом його високоморальної, гуманної, високопрофесійної діяльності. Кодекс – це сукупність етичних норм і правил поведінки, що склались у співтоваристві психологів і регулюють їхню професійну діяльність. Основними положеннями цього кодексу такі:

1. Професійна діяльність психолога служби психологічного забезпечення внутрішніх військ (далі – психолог) визначається особливою відповідальністю перед людьми, з якими він працює.

2. У разі, коли особисті інтереси психолога суперечать інтересам керівництва, працівників, інших осіб, психолог повинен виконувати свої функції з максимальною неупередженістю.

3. У своїй професійній діяльності психолог повинен дотримуватися вимог Конституції України, законів України “Про міліцію”, “Про психіатричну допомогу”, нормативно-правових актів Міністерства внутрішніх справ України, керівних документів Головного управління внутрішніх військ, що регламентують психологічну роботу.

4. Робота психолога ґрунтується на принципі професійної незалежності, рішення психолога з питань професійно-психологічного змісту є остаточним і не може бути скасоване командирами, яким психолог підпорядковується по службі.

5. Професійне втручання в роботу психолога можливе лише з боку вищої посадової особи служби психологічного забезпечення внутрішніх військ, наділеної відповідними повноваженнями.

6. Скасувати рішення психолога може тільки спеціальна комісія, що складається із висококваліфікованих психологів і має включати фахівців, вищих за рангом по службі психологічного забезпечення внутрішніх військ. У роботі з людьми психолог керується принципами неупередженості, науковості, чесності й відвертості, добровільної згоди військовослужбовців підрозділів внутрішніх військ та інших осіб на проведення з ними психодіагностичних і психокорекційних заходів, застосування інших психологічних технологій.

7. Психолог несе персональну відповідальність за достовірність отриманих даних та підготовлених ним висновків і рекомендацій.

8. Робота психолога спрямована виключно на досягнення гуманних цілей, які передбачають сприяння розвитку особистості військовослужбовця та інших людей, збереження їхнього фізичного та психологічного здоров'я, підвищення ефективності їх професійної діяльності.

9. Психолог будує свою роботу на підставі безумовної поваги до гідності й недоторканності особистості кожної людини, з якою працює, дотримується основних людських прав і свобод згідно з Конституцією України.

10. Психолог має бути обережним та обачним у виборі й використанні психодіагностичних та психокорекційних методів, інших психологічних технологій, особливо у своїх висновках і рекомендаціях.

11. У разі вимушеного застосування психодіагностичних або психокорекційних методик, інших психотехнологій, які не пройшли достатньої апробації та наукової експертизи, психолог має бути особливо обачним у своїх висновках та рекомендаціях.

12. Психолог не повинен брати участі в діях, які обмежують розвиток особистості людини, порушують її людську свободу, фізичну та психологічну недоторканність.

13. Психолог зобов'язаний інформувати тих посадових осіб, яким він підпорядкований, а також безпосередніх керівників служби психологічного забезпечення про виявлені ним порушення прав людини, злочини, правопорушення як учинені, так і ті, що готуються.

14. Психолог має протидіяти будь-яким політичним, ідеологічним, соціальним, економічним, релігійним, кримінальним, психологічним та іншим впливам, які здатні призвести до порушення прав працівників органів внутрішніх справ України, завдати шкоду їхньому фізичному чи психологічному здоров'ю.

15. Психолог повинен здійснювати тільки ті заходи, які відповідають його освіті та кваліфікації.

16. Психолог не має права передавати некомпетентним особам для використання ними психодіагностичні та психокорекційні методики.

17. Психолог повинен перешкоджати використанню методів психодіагностики і психологічного впливу професійно некомпетентними особами, попереджати про це тих, хто користується послугами таких осіб.

18. Військовослужбовці внутрішніх військ мають право на індивідуальну консультацію психолога.

19. Дані індивідуального психологічного обстеження військовослужбовців внутрішніх військ психолог має право передавати іншим особам лише в порядку, установленому законодавством.

20. Не допускається передача психологом іншим особам такої інформації про людину, яка може бути використана для завдання шкоди цій людині.

21. Психолог несе персональну відповідальність за зберігання інформації щодо людей, з якими він проводить заходи психологічного супроводження.

22. Психолог не повинен брати участі у виконанні неетичних вимог інших осіб.

23. Порушення працівниками підрозділів психологічного забезпечення норм професійної етики несумісне з виконанням ними посадових функціональних обов'язків.

2.5. Планування психологічної роботи у військовій частині та звітність про її результати

Невід'ємним складником технології психологічної роботи є *планування*. Конкретне, цілеспрямоване планування дозволяє визначити головні напрямки в роботі, забезпечити послідовність і наступність дій усіх суб'єктів і посадових осіб психологічної роботи. У військових частинах внутрішніх військ розробляються документи, щодо організації та проведення психологічної роботи (табл. 2.1).

Планування психологічної роботи здійснюється на основі вказівок і розпоряджень командира військової частини, вищих органів виховної роботи, виходячи з конкретної обстановки. Заходи психологічної роботи розробляються психологом і є складовою частиною (розділом) загального плану виховної роботи (морально-психологічного забезпечення). У планах повинні обов'язково відображатися цілі й завдання психологічної роботи, порядок їх реалізації посадовими особами, основні заходи психологічної роботи й відповідальні за них, а також строки й відмітка про їх виконання.

При плануванні необхідно враховувати найвідповідальніші періоди в життєдіяльності військових колективів:

- прибуття у військову частину поповнення;
- звільнення військовослужбовців у запас;
- планові навчання й марші;
- заступання особового складу у варту.

При плануванні психологічної роботи у частині доцільно використовувати типові плани роботи психолога внутрішніх військ на тиждень, місяць, рік та типовий план роботи з військовослужбовцями, які віднесено до групи посиленої психологічної уваги. (див. дод. 1).

Планування психологічної роботи здійснюється у плані психопрофілактичної роботи *щорічно* до 25 грудня і *на місяць*, а також у відповідному розділі *місячних планів* роботи структурних підрозділів.

В окремому підрозділі лінійного батальйону заходи психологічної роботи плануються у відповідному розділі плану виховної роботи з особовим складом підрозділу на місяць.

Документи які розробляються у військовій частині щодо організації та проведення психологічної роботи

| Пор. № | Назва документа | Періодичність оформлення | Посадова особа, яка затверджує документ |
|-------------------------|--|--|---|
| 1. Документи планування | | | |
| 1. | <p><u>План психопрофілактичної роботи з особовим складом військової частини</u> (у лінійному батальйоні, окремому підрозділі заходи психологічної роботи плануються у відповідному розділі плану виховної роботи з особовим складом підрозділу на місяць)</p> <p><u>У плані передбачається:</u></p> <p>1) комплексне соціально-психологічне обстеження особового складу підрозділів – <i>не менше одного разу на рік;</i></p> <p>2) проведення заходів професійного психологічного відбору кандидатів для проходження військової служби за контрактом – <i>за окремим графіком;</i></p> <p>3) психодіагностика молодого поповнення особового складу – <i>протягом 10 днів після прибуття особового складу у підрозділ;</i></p> <p>4) психодіагностика молодих офіцерів у період адаптації – <i>за окремим планом протягом 3 – 6 місяців після прибуття з вищих навчальних закладів;</i></p> <p>5) психодіагностика офіцерів, прапорщиків, військовослужбовців за контрактом, які направляються на навчання (перепідготовку) – <i>під час проведення перевірочних занять у з'єднанні;</i></p> <p>6) психодіагностика офіцерів – кандидатів до резерву на висунення на вищі посади – <i>під час формування та підготовки резерву;</i></p> <p>7) узагальнення й аналіз результатів динамічного психологічного спостереження та уточнення складу груп посиленої психологічної уваги – <i>щокварталу;</i></p> <p>8) групове та індивідуальне психологічне консультування (психокорекція, психореабілітація) – <i>тричі на тиждень: у понеділок, середу та п'ятницю.</i></p> | Один раз на рік до 25 грудня; щомісячно до 25 числа місяця | командир військової частини |
| 2. | <p><u>Заходи психологічної роботи у "Комплексному плані роботи офіцерів військової частини щодо профілактики самогубств серед особового складу"</u></p> <p><u>У плані передбачаються такі заходи:</u></p> <p>1) підтримання взаємодії з центром практичної психології УМВС України в областях, центром соціальної та психологічної реабілітації молоді та вивчення соціально-психологічного клімату у військових колективах і психологічних якостей окремих військовослужбовців з метою належної організації психопрофілактичної роботи у</p> | Один раз на рік до 25 грудня | командир військової частини |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>внутрішніх військах МВС України;</p> <p>2) вивчення особистісних психологічних характеристик військовослужбовців, яких віднесено до групи посиленої психологічної уваги, визначення особистісних передумов розвитку у них негативних психологічних станів, тестування військовослужбовців зазначеної категорії за встановленими методиками;</p> <p>3) визначення наявної соціальної структури військових колективів, особистого статусу військовослужбовців, віднесених до групи посиленої психологічної уваги, організації та проведення соціометричних досліджень у підрозділах частини;</p> <p>4) здійснення аналізу стану роботи з військовослужбовцями групи посиленої психологічної уваги та підготовка оглядів “Про стан роботи з військовослужбовцями, які потребують посиленої психологічної уваги та рекомендації щодо подальшої роботи з ними”:</p> <ul style="list-style-type: none"> – для категорії військовослужбовців строкової служби; – для категорії офіцерів, прапорщиків та військовослужбовців за контрактом; <p>5) створення у військових колективах атмосфери засудження самогубства як способу вирішення службових, сімейних та життєвих проблем, формування у військовослужбовців чіткої установки щодо необхідності збереження власного життя та здоров’я, планування щоквартальних зустрічей особового складу:</p> <ul style="list-style-type: none"> – зі священнослужителями щодо засудження самогубства як способу вирішення життєвих проблем – з авторитетними юристами і соціологами для роз’яснення особовому складу правових і соціальних наслідків самогубств для членів сім’ї та рідних; <p>6) питання щодо затвердження списків військовослужбовців строкової служби, яким рекомендується служба без зброї, контроль за дотриманням зазначеного наказу;</p> <p>7) питання щодо організації і проведення психологічних досліджень емоційно-вольової сфери (сили та врівноваженості перебігу психічних процесів), властивостей темпераменту, наявності акцентуацій характеру у військовослужбовців, які призначаються помічниками начальників варт, розвідними, черговими рот;</p> <p>8) питання щодо проведення інструктивно-методичних занять:</p> <ul style="list-style-type: none"> – з офіцерами, які виконують обов’язки начальників варт за визначеною темою ; – із сержантським складом заняття за визначеною темою, доведення на заняттях до військовослужбовців зазначених категорій прийомів психологічної саморегуляції, контролю та управління емоційними станами, формування первинних навичок психологічної допомоги, самоконтролю та саморегуляції. | | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|----|--|-----------------------------|-----------------------------|
| | <p>9) питання щодо організації у години проведення психологічного лекторію з усіма категоріями військовослужбовців і проведення практичних занять з особовим складом щодо ознайомлення та навчання військовослужбовців прийомам і методам психічної саморегуляції при підготовці та у процесі виконання службово-бойових завдань;</p> <p>10) питання щодо підтримки в частині умов для надання телефонної психологічної консультації військовослужбовцям та членам їх сімей.</p> | | |
| 3. | <p><u>Розділ “Робота з військовослужбовцями, які потребують посиленої психологічної уваги” окремим розділом у плані “Психопрофілактичної роботи з особовим складом військової частини”.</u></p> <p><u>У розділі передбачається:</u></p> <p>1) заходи щодо визначення й уточнення осіб, які потребують посиленої психологічної уваги (група посиленої психологічної уваги) серед особового складу частини;</p> <p>2) питання щодо аналізу стану роботи з військовослужбовцями групи посиленої психологічної уваги та підготовку оглядів “Про стан роботи з військовослужбовцями, які потребують посиленої психологічної уваги та заходи щодо її покращення”:</p> <ul style="list-style-type: none"> – для категорії військовослужбовців строкової служби; – для категорії офіцерів, прапорщиків та військовослужбовців за контрактом; <p>3) питання щодо визначення наявної соціальної структури військових колективів, особистого статусу осіб, які належать до групи посиленої психологічної уваги, організація та проведення соціометричних досліджень у підрозділах, на основі результатів яких готувати відповідні звіти;</p> <p>4) питання щодо забезпечення постійної психологічної освіти, удосконалення психологічної культури особового складу частини організація та проводити психологічні лекторії для особового складу частини.</p> | 25 грудня | командир військової частини |
| 4. | Особистий план роботи психолога (відповідно до функціональних обов’язків згідно з наказом командувача ВВ МВС України № 39 від 28.01.2006 р.). | на місяць до 25 числа | заступник командира з ВР |
| 5. | Плани психопрофілактичної роботи військовослужбовцями групи посиленої психологічної уваги (на кожного окремий план, у плані передбачаються заходи психокорекційної роботи) відповідно до вимог наказу Командувача ВВ МВС України № 39 від 28.01.2006 р. | на кожен місяць до 25 числа | заступник командира з ВР |

У плані психопрофілактичної роботи передбачається проведення таких головних заходів:

1) комплексне соціально-психологічне обстеження колективу підрозділу – *не менше одного разу на рік*;

2) проведення заходів професійного психологічного відбору кандидатів для проходження військової служби за контрактом і прапорщиків – *двічі на місяць (у перший і третій вівторок)*;

3) психодіагностика поповнення всіх категорій особового складу – *протягом 10 днів після закінчення встановленого періоду адаптації до служби*;

4) психодіагностика молодих офіцерів у період адаптації – *за окремим планом протягом 3 – 6 місяців після прибуття з навчальних закладів*;

5) психодіагностика офіцерів, прапорщиків, військовослужбовців за контрактом, які направляються на навчання (перепідготовку) – *під час проведення перевірочних занять*;

б) психодіагностика офіцерів – кандидатів до резерву висунення на вищі посади – *під час формування та підготовки резерву*;

7) узагальнення й аналіз результатів динамічного психологічного спостереження та уточнення складу груп – *щоквартально*;

8) групове та індивідуальне психологічне консультування (психокорекція, психореабілітація) – *тричі на тиждень (понеділок, середа та п'ятниця)*.

У плані психопрофілактичної роботи з особовим складом управління територіального командування, з'єднання, військової частини окремим розділом передбачати роботу офіцерів внутрішніх військ МВС України щодо профілактики самогубств серед особового складу. В управлінні територіального командування напрямок щодо профілактики самогубств може розроблятися окремим планом.

Індивідуальне психологічне вивчення поповнення на навчальному зборі планується психологом на весь період навчання. У плані передбачається:

- теоретична і методична підготовка посадових осіб навчальних підрозділів до проведення заходів індивідуального психологічного вивчення поповнення проводиться психологом під час навчально-методичного збору, який (проводиться перед прибуттям поповнення до навчального підрозділу);

- аналіз документів, отриманих із військкомату, та доповідей військовослужбовців, які супроводжували поповнення на навчальний збір (проводиться психологом у день прибуття групи поповнення до підрозділу);

- отримання, узагальнення й аналіз доповідей від старшого групи та особового складу, який супроводжував поповнення у навчальний загін;

- заповнення розділів особової справи та психологічне обстеження поповнення (проводиться психологом протягом першого тижня перебування військовослужбовця на навчальному зборі, але не раніше ніж через 3 дні).

- проведення професійної орієнтації і психологічного відбору особового складу для спеціальних підрозділів;

- формування у навчальних підрозділах складу груп посиленої психологічної уваги;

- складання звітнього документа – довідки про результати соціально-демографічного та первинного психологічного вивчення поповнення (на навчальному зборі складається і надсилається до управління виховної роботи не пізніше ніж через 10 днів після прибуття останньої команди у навчальний

підрозділ), яка повинна містити: соціально-демографічні характеристики поповнення за встановленою формою; порівняльний аналіз якісних характеристик поповнення з показниками минулих років; відомості про кількість військовослужбовців у групі динамічного спостереження із зазначенням причин зарахування до її складу; проблемні питання; пропозиції з організації подальшого індивідуального психологічного вивчення поповнення;

– організація і контроль подальшого індивідуального психологічного вивчення поповнення у навчальних підрозділах;

– організація і контроль за своєчасним і об'єктивним заповненням звітних документів за результатами індивідуального психологічного вивчення;

– участь психолога у складанні психологічних та службових характеристик на молоде поповнення;

– участь психолога у прийнятті рішення та затвердженні висновку про подальше службове призначення військовослужбовця;

– організація у навчальних підрозділах роботи з військовослужбовцями, які будуть віднесені до групи посиленої психологічної уваги.

Щомісячно уточнювати й коригувати заплановані заходи у планах структурних підрозділів (груп, відділень) виховної роботи на місяць:

1) психологічна підготовка керівного складу – *під час планової роботи у підрозділах, навчально-методичних зборі, планових занять з професійної підготовки;*

2) перевірка психогігієнічних умов служби та побуту – *під час планової роботи у підрозділах;*

3) спільні заходи з регіональними установами психологічної спрямованості – *за окремим планом спільних заходів на півріччя.*

Періодичність проведення основних заходів психологічного забезпечення іншими суб'єктами психологічної роботи:

1) ознайомлювальні індивідуальні бесіди – *протягом трьох днів після прибуття поповнення у підрозділ;*

2) індивідуальні бесіди – *за необхідності, але не менше одного разу на місяць з кожним підлеглим;*

3) вивчення соціально-психологічного клімату в сім'ях військовослужбовців – *відвідування 2 – 3 сімей на місяць;*

4) соціометрія – *один раз на півріччя через 4 – 6 тижнів після прибуття у підрозділ поповнення або звільнення військовослужбовців чергового призову.*

Щоквартально на всіх рівнях військового управління має забезпечуватися ефективна робота з військовослужбовцями, віднесеними до групи посиленої психологічної уваги. Основні вимоги щодо роботи з групою посиленої психологічної уваги представлено у дод. 2.

Слід організовувати і проводити психологічний лекторій (тренінги):

1) для офіцерів, прапорщиків і військовослужбовців за контрактом – в день та час відведений відповідним командиром;

2) для сержантів строкової служби – під час заходів Дня сержанта;

3) для рядового складу строкової служби – щомісячно, у перший тиждень місяця).

Тематика психологічних лекторіїв для особового складу всіх категорій терміном на рік складається в управлінні виховної роботи Головного управління внутрішніх військ України та направляється у війська.

Для якісного проведення психологічних лекторіїв офіцерам-психологам повинні проводити інструкторсько-методичні заняття (консультації) з керівниками занять та надавати (матеріали) допомогу для проведення. До проведення лекторіїв дозволяється залучати цивільних фахівців, які мають відповідну освіту. Практикується заміна психологічних лекторіїв на психологічні тренінги.

Матеріали вивчення особового складу, військових колективів, сформовані у справи (папки, журнали) по категоріях і підрозділах, зберігаються відповідно до вимог, щодо зберігання службової документації. Відповідальний за дотримання вимог до ведення документів із психологічної роботи психолог військової частини.

Крім плануючих документів з метою впорядкування своєї діяльності психолог повинен вести відповідну документацію, в якій відбиваються різноманітні аспекти його діяльності з різними категоріями військовослужбовців і членами їхніх родин, які представлені табл. 2.2.

Таблиця 2.2

Додаткові документи, які відпрацьовуються психологом у військовій частині

| Пор. № | Назва документа |
|--------|---|
| 1. | Журнал обліку роботи з військовослужбовцями, яких віднесено до групи посиленої психологічної уваги (відповідно до вимог наказу командувача ВВ МВС України № 39 від 28.01.2006 р) |
| 2. | Журнал обліку психопрофілактичної роботи з особовим складом військової частини (відповідно до вимог наказу командувача ВВ МВС України № 39 від 28.01.2006 р) |
| 3. | Карта психологічного супроводження офіцера, прапорщика та військовослужбовця за контрактом (окремо на кожного). Матеріали психологічного вивчення військовослужбовців строкової служби долучає до особової справи солдата |

Форми додаткових документів, які відпрацьовуються психологом у військовій частині, надано у додатку 3.

За результатами психологічної роботи в частині психологом розробляються звітні документи, що відпрацьовуються за встановленою формою та надсилаються у відповідні терміни до управління виховної роботи (відділу морально-психологічного забезпечення), які представлені в табл. 2.3.

Таблиця 2.3

Звітні документи, що відпрацьовуються психологом у військової частині внутрішніх військ МВС України

| Пор. № | Назва документа | Періодичність звітування | Посадова особа, яка затверджує |
|--------|-----------------|--------------------------|--------------------------------|
|--------|-----------------|--------------------------|--------------------------------|

| | | | |
|----|---|--|-----------------------------|
| | | | документ |
| 1. | Уточнені списки офіцерів, прапорщиків, військовослужбовців військової служби за контрактом, яких було віднесено до групи посиленої психологічної уваги (відповідно до вимог наказу командувача ВВ МВС України № 39 від 28.01.2006 р.) | до 20 вересня | Підписуються психологом |
| 2. | Звітність щодо кількості та причин зарахування офіцерів, прапорщиків та військовослужбовців за контрактом до групи посиленої психологічної уваги за встановленою формою (дод. 2 відповідно до вимог наказу командувача ВВ МВС України № 39 від 28.01.2006 р.) | до 15 вересня | Підписуються психологом |
| 3. | Звітність психологів структурних підрозділів служби психологічного забезпечення діяльності внутрішніх військ МВС України за встановленою формою (професійний психологічний відбір, індивідуальна робота, первинна психопрофілактика – табл. 2; психологічне супроводження служби – табл. 3, відповідно до вимог наказу командувача ВВ МВС України № 39 від 28.01.2006 р.) | за квартал, півріччя, 9 місяців, рік до 25 числа | Підписуються психологом |
| 4. | Узагальненні дані про результати тестових методик щодо вивчення особового складу частини | після узагальнення результатів | командир військової частини |

Типові звіти за результатами психологічної роботи надано у дод. 3.

2.6. Взаємодія психолога з посадовими особами військової частини внутрішніх військ

У вирішенні завдань психологічної роботи беруть участь різні суб'єкти, кожен із яких виконує свої специфічні функції. Разом із тим успіх цієї роботи може бути забезпечений лише спільними, добре скоординованими зусиллями всіх її учасників. Це передбачає сполучення методичних рівнів організації і проведення заходів психологічної роботи:

1. Рівень застосування методів і процедур спеціального психологічного вивчення і впливу, здійснюваних кваліфікованим фахівцем — психологом військової частини.

2. Рівень заходів, реалізованих посадовими особами в рамках традиційної організаторської, виховної діяльності й навчання військовослужбовців на основі інформації, отриманої від психолога військової частини.

Таким чином, особливої значущості набуває питання взаємодії психолога як основного фахівця у військовій частині з іншими суб'єктами психологічної роботи, безпосередньо здійснюючими виховання й навчання підлеглого

особового складу. В ієрархії цих взаємин можна виділити як мінімум чотири типи відносин: з посадовими особами військової частини; з військовослужбовцями і членами їхніх родин; з офіцерами підрозділів; з іншими психологами й фахівцями (медичні працівники, соціологи, соціальні працівники, юристи).

Професійний простір взаємодії для військового психолога може бути представлено у вигляді соціотехнічної системи, що об'єднує суб'єктів, взаємодіючих з приводу вирішення конкретної проблеми.

Підставою для виділення типів і форм взаємодії є розуміння психолога як суб'єкта службово-професійної діяльності, включеного в діяльнісну кооперацію різних суб'єктів психологічної роботи. Певному виду “замовлення” на забезпечення необхідної продуктивної основи діяльності психолога відповідають реалізовані професійні позиції (виконавець, дослідник, керівник, проектувальник).

При цьому позиція “*виконавець*” відбиває службову складову його активності, спрямовану на виконання розпоряджень командування і службових обов'язків.

Позиція “*дослідник*” визначає встановлення психологічного діагнозу як результату роботи з вивчення психологічних факторів військової діяльності і психологічних характеристик особового складу, що включає психологічну характеристику об'єкта вивчення, прогноз його можливого розвитку, рекомендації і пропозиції з його оптимізації.

Позиція “*керівник*” реалізується за допомогою застосування спеціальних психологічних процедур і засобів вирішення психологічних проблем військовослужбовців та службовців, а також шляхом надання методичної допомоги посадовим особам при проведенні різних заходів щодо виховання й навчання особового складу.

Позиція “*проектувальник*” передбачає участь психолога не тільки в розробці спеціальних психологічних засобів (методики, прийоми, техніки й тощо), але й у проектуванні різного роду нормативних документів, розроблюваних у частині з питань психологічної роботи, а також проектуванні умов, що забезпечують ефективність проведених заходів.

Кожний із суб'єктів психологічної роботи, реалізуючи той або інший тип властивої (характерної) йому діяльності, є також виразником певної професійної позиції стосовно загальної для всіх розв'язуваної проблеми. Основою для визначення “своєї” професійної позиції виступає нормативно запропонований спосіб дій щодо об'єкта для переведу його в нову якість функціонування. Таким об'єктом може бути, наприклад, військовослужбовець, який потребує психологічної допомоги.

Таким чином, визначення потенційного кола осіб, які можуть допомогти в даному питанні, може бути розширене за рахунок залучення інших фахівців, представників військового колективу, родичів і знайомих, посадових осіб та ін. Професійна кооперація зацікавлених учасників, що виникає в такому випадку (з приводу допомоги конкретній людині) розглядається як єдиний процес переведення “вихідного матеріалу” в нову якість, коли один учасник кооперації зацікавлений у певному продукті діяльності іншого.

Професійне спілкування з приводу вирішення конкретної проблеми сприяє більше об'єктивнішому баченню психологом усіх граней проблеми, її нюансів, визначенню на підставі цього найбільш адекватних методів і прийомів діяльності, а в решті – накопиченню власного досвіду й розвитку професійного мислення.

Принциповим у моделі взаємодії психолога з іншими суб'єктами є виділення такого важливого елемента, як “психологічне співтовариство”. Здійснювані в його рамках основні форми співробітництва реалізують функції не тільки обміну досвідом і підвищення кваліфікації, але й кваліфікованої оцінки професійної компетентності психолога.

Можливості реалізації професійних зв'язків у психологів досить різноманітні. Професійна взаємодія психологів може бути реалізована, наприклад, у формі їхньої особистої участі в роботі різних спеціалізованих практичних семінарів, курсів, на яких обговорюються конкретні питання теорії і практики організації психологічної роботи, надання психологічної допомоги тощо. Важливою формою взаємодії є участь психологів у реалізації різного роду експериментальних досліджень. Придбання досвіду й обмін ним відбуваються також під час взаємного відвідування сеансів консультування і психокорекції, спостереження за роботою досвідченіших психологів.

Взаємодія психолога з командиром військової частини, а також з командирами підрозділів займає важливе місце в загальній системі психологічної роботи. Будучи суб'єктом військового управління, на практиці командир має справу зі значним обсягом інформації, об'єктивна оцінка якої є необхідною умовою успішного виконання професійних завдань. Здійснюючи комплексний, системний підхід до управління військовою частиною (підрозділом), він повинен правильно оцінювати різноманітні характеристики даного об'єкта: організаційні, технічні, професійно-демографічні й соціально-психологічні параметри. Звідси особливої значущості набуває взаємодія командира з психологом, здатним кваліфіковано вирішувати питання, пов'язані з психологічним вивченням і управлінням військовослужбовцями.

Вивчення військової практики показує, що основними ситуаціями, які зумовлюють звернення командира до психолога, є:

– *одержання командиром необхідної інформації для прийняття управлінського рішення;*

– *потреба в довідковому матеріалі, пораді, пропозиції чи інформації щодо побудови найоптимальнішої моделі взаємодії (спілкування) з іншими посадовими особами й військовослужбовцями;*

– *залучення як експерта, консультанта для оцінки умов життєдіяльності особового складу й факторів, що впливають на рівень його морально-психологічного стану;*

– *отримання психологічної допомоги особисто (включаючи методичну допомогу при проведенні заходів психологічної роботи).*

Взаємодія командира і психолога багато в чому опосередкована “рухом” між ними інформації психологічного змісту. Успіх психологічної роботи буде визначатися вмінням і бажанням командира використати в інтересах справи цю інформацію. Вона може бути представлена у такому вигляді:

- аналітична довідка (наприклад, оцінка морально-психологічного стану особового складу полку, підрозділів, найбільш гострих проблем, матеріал про вивчення молодого поповнення, про проведені заходи психологічної роботи тощо);
- консультації з начальних питань;
- рекомендації і пропозиції (повинні бути конкретними, мати адресата, зважені й коректні, документовані).

Представляючи цю інформацію, психолог стосовно командира виконує такі функції:

- 1) у першому випадку – інформаційну (повідомлення, орієнтування в обстановці, сутності питання);
- 2) у другому – консультативну (тобто розробляє й оцінює можливі варіанти вирішення того або іншого практичного завдання);
- 3) у третьому – експертну (висновок і рекомендації психолога є вагомою підставою для вибору варіанта дій).

У зв'язку з цим дуже важливим є питання про використання інформації, отриманої від психолога. Необхідно пам'ятати, що це інформація особливого статусу, оскільки має винятково важливе особисте значення для тієї людини, якої вона стосується. Недоречно її застосування може завдати більше шкоди, ніж користі. Така обставина орієнтує всіх суб'єктів психологічної роботи на неухильне дотримання етичних норм діяльності.

Вище йшлося про те, що взаємодія командира і психолога має свою змістовну сторону, предметну спрямованість. У зв'язку з цим постає питання про сферу відповідальності командира як суб'єкта психологічної роботи. Вивчення й аналіз керівних документів і військової практики дозволяють сформулювати найбільш загальні положення, що розкривають у цьому плані обов'язки та права командира.

Так, у здійсненні кадрової роботи командир має ґрунтуватися на результатах професійного психологічного відбору військовослужбовців, консультуватись із психологом про можливі психологічні наслідки своїх рішень, систематично підвищувати рівень власних психологічних знань, в організації бойового навчання використовувати апробовані форми та методи психологічної підготовки військовослужбовців, знати основні психологічні показники та критерії діяльності особового складу й підрозділів, при організації повсякденної діяльності передбачати час на заходи щодо зміцнення психічного здоров'я військовослужбовців, включати у плани з кожного напрямку роботи заходи психологічного забезпечення, контролювати діяльність своїх підлеглих щодо здійснення ними заходів психологічної роботи згідно з їх посадовими обов'язками.

Так, у Статуті внутрішньої служби Збройних Сил України у розділах 2 та 3 вказується, що командир (начальник) є єдиначальником і *особисто відповідає за морально-психологічний стан особового складу. Він зобов'язаний знати морально-психологічні якості безпосередньо підпорядкованих військовослужбовців, своєчасно вживати заходів для виконання завдань соціально-психологічного забезпечення бойової підготовки, знати ділові якості*

та морально-психологічний стан кожного офіцера, прапорщика і старшини підрозділу.

У статтях 68 – 115 розд. 3 зазначається, що начальник штабу полку (окремого батальйону) в мирний і воєнний час *відповідає за морально-психологічний стан особового складу штабу та безпосередньо підпорядкованих йому підрозділів і зобов'язаний знати ділові якості та морально-психологічний стан кожного офіцера та прапорщика полку, а також усіх сержантів штабу і безпосередньо підпорядкованих йому підрозділів.*

Заступник командира полку (окремого батальйону) зобов'язаний: *знати ділові якості та морально-психологічний стан офіцерів, прапорщиків і старшин підрозділів.*

Заступник командира полку (окремого батальйону) з виховної роботи в мирний і воєнний час *відповідає за безпосередню організацію і проведення виховної роботи, морально-психологічний стан особового складу, за морально-психологічне забезпечення бойової готовності, бойової підготовки. Він зобов'язаний планувати і проводити роботу, спрямовану на формування в особового складу полку (окремого батальйону) високих морально-психологічних якостей, вивчати та аналізувати морально-психологічний стан підрозділів, знати ділові якості та морально-психологічний стан офіцерів, прапорщиків, старшин підрозділів полку (окремого батальйону), планувати, організовувати й контролювати проведення у підрозділах заходів морально-психологічного супроводу повсякденної діяльності особового складу, доповідати командирові полку (окремого батальйону) та інформувати заступника командира з'єднання з виховної роботи про морально-психологічний стан особового складу.*

Заступник командира полку (окремого батальйону) з озброєння – начальник технічної частини, заступник командира полку (окремого батальйону) з тилу, начальник служби полку, командир батальйону, начальник штабу батальйону, заступник командира батальйону у мирний і воєнний час *відповідають за морально-психологічний стан особового складу та зобов'язані знати ділові якості й морально-психологічний стан кожного офіцера, прапорщика та сержанта безпосередньо підпорядкованих їм підрозділів і служб.*

Заступник командира батальйону з виховної роботи зобов'язаний *надавати допомогу командирам рот і їх заступникам з виховної роботи у поліпшенні морально-психологічного стану особового складу, проводити роботу, спрямовану на формування у особового складу високих морально-психологічних якостей, знати ділові якості та морально-психологічний стан офіцерів, прапорщиків, сержантів і старшин підрозділів батальйону, брати участь у роботі з кадрами, їх атестуванні, проводити з ними заняття з воєнної педагогіки і психології, брати участь у здійсненні заходів професійного психологічного добору військовослужбовців і розподілі їх за підрозділами з урахуванням особливостей і нахилів, забезпечувати соціально-психологічну адаптацію військовослужбовців до умов військової служби, брати участь у плануванні та здійсненні у ротах заходів соціально-психологічного супроводу повсякденної діяльності особового складу, організовувати і здійснювати заходи*

щодо морально-психологічної підготовки особового складу до дій в екстремальних умовах мирного і воєнного часу, протидії інформаційно-психологічному впливу противника, своєчасно доповідати командирові батальйону та заступнику командира полку з виховної роботи про стан військової дисципліни та морально-психологічний стан особового складу.

Командир роти в мирний і воєнний час відповідає за морально-психологічний стан особового складу роти і зобов'язаний знати морально-психологічний стан кожного військовослужбовця роти.

Заступник командира роти з виховної роботи в мирний і воєнний час відповідає за морально-психологічний стан, морально-психологічне забезпечення бойової готовності, бойової підготовки, бойових завдань, повсякденної діяльності особового складу. Він зобов'язаний здійснювати заходи щодо соціально-психологічного забезпечення повсякденної діяльності особового складу, вивчати та аналізувати морально-психологічні якості кожного військовослужбовця, соціально-психологічний клімат у підпорядкованих підрозділах, проводити роботу з формування в особового складу високих морально-психологічних якостей, забезпечувати соціально-психологічну адаптацію військовослужбовців до умов служби, знати кожного військовослужбовця роти, його ділові, професійні якості, морально-психологічний стан, запити, настрої, сімейний стан і відповідно до цього вести виховну роботу, проводити заняття з сержантами з основ педагогіки та психології, навчати їх методів і форм індивідуальної роботи з підлеглими, здійснювати морально-психологічну підтримку військовослужбовців та їх підготовку до екстремальних умов під час бойових дій, формувати у них стійкість до психологічного і морального впливу противника, дбати про створення соціальних і психологічних передумов гармонійного розвитку особистості кожного військовослужбовця, вдосконалювати форми і методи морально-психологічного забезпечення бойової підготовки; своєчасно доповідати командирові роти та інформувати заступника командира батальйону з виховної роботи про морально-психологічний стан особового складу.

Командир взводу в мирний і воєнний час відповідає за морально-психологічний стан особового складу і зобов'язаний знати про морально-психологічний стан особового складу взводу.

Командир відділення у мирний і воєнний час відповідає за морально-психологічний стан підлеглих.

Таким чином, психологічна робота у військовій частині й підрозділі спрямована на оптимізацію психологічних характеристик, здатних підвищити ефективність функціонування психіки військовослужбовців у процесі виконання ними завдань військової діяльності. Питання взаємодії посадових осіб військової частини з психологом, який є основним фахівцем у цій сфері, і володіє спеціальними методами психологічного вивчення й управління, займають важливе місце в цій роботі. Інформація, одержувана посадовими особами від психолога, при її правильній оцінці й використанні дозволяє попереджати багато негативних явищ і сприяє підвищенню ефективності військової діяльності.

Питання для самоконтролю

1. Розкрийте структуру служби психологічного забезпечення внутрішніх військ та особливості діяльності суб'єктів психологічної роботи на оперативному та тактичному рівнях.
2. Які основні завдання служби психологічного забезпечення внутрішніх військ?
3. Надайте характеристику функцій психологічного забезпечення.
4. Охарактеризуйте зміст та особливості професійної діяльності психолога військової частини.
5. Який зміст функцій, що реалізує військовий психолог стосовно об'єкта діяльності?
6. Розкрийте зміст основних видів діяльності військового психолога.
7. Назвіть головні обов'язки офіцера-психолога військової частини.
8. Розкрийте професійно-етичні норми діяльності психолога.
9. Назвіть основні керівні документи, що визначають планування психологічної роботи у внутрішніх військах та перелічіть вимоги до його здійснення.
10. Охарактеризуйте взаємодію психолога з іншими посадовими особами в реалізації завдань психологічної роботи.

Розділ 3. ПСИХОДІАГНОСТИКА ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ ВИВЧЕННЯ ПІДРОЗДІЛУ ВНУТРІШНІХ ВІЙСЬК МВС УКРАЇНИ

3.1 Основні етапи, програма і методика вивчення психологічних особливостей військовослужбовців внутрішніх військ, малої групи та військового колективу

Будь-яке вивчення починається з виявлення його методології (від грецьк. *methodos* – шлях дослідження, пізнання і *logos* – слово, поняття, вчення) – системи принципів і способів отримання пояснення і застосування знання, вчення про цю систему. Вона є центральною ланкою, що забезпечує відповідність як опису практики в поняттях, підходах даної науки, так і реалізації теорії на практиці.

У методології розрізняють два складники: принципи побудови і застосування знання; способи і методи його отримання.

Необхідно виділити ряд принципів вивчення особового складу, керівниками психологами внутрішніх військ МВС України.

1. У кожному військовослужбовцеві слід бачити особистість, яка не повинна зазнавати грубощів або маніпулювання собою. Адекватний особистий відгук можливий тільки при взаємодії з військовослужбовцями на засадах гідного ставлення до людини і її моральних норм.

2. Треба враховувати, що за енергетичними ресурсами, потенціалом, надійністю, психіка людини не є безмежною, особливо у молодій людини. Вона індивідуальна, вразлива, суб'єктивна, пристосована в умовах екстремальної, пригніченої життєдіяльності швидко виснажується, може деградувати.

3. Необхідно пам'ятати, що індивідуально-психологічні якості військовослужбовця багато в чому зумовлені як природжено-набутими особливостями, так і рівнем особистої зрілості. Саме це вимагає першочергової діагностики й урахування в роботі з військовослужбовцями.

4. Слід розуміти, що людина самовиражається і самостверджується в діяльності і спілкуванні. Проте оскільки у психіці є рівні підсвідомості і свідомості, то не всякі дії, вчинки, а тим більше реакції військовослужбовця можуть бути ним адекватно усвідомлені й пояснені.

Таким чином, окрім повсякденного життєвого пізнання військовослужбовців, психологу необхідно спеціально вивчати певні особисті особливості, що виявляються і формуються в різноманітних видах службової діяльності. Що саме слід вивчати? Це залежить від розуміння психологом вимог практики, рівня його психологічної компетентності, професійної зрілості. Для виявлення справді важливих для практичної діяльності особистих особливостей військовослужбовців необхідно враховувати специфіку ситуації, у якій вони виявляються, і продумувати програму вивчення військовослужбовців.

Щоб не перетворювати вивчення особового складу на збирання даних, які потім зовсім не використовуються, важливо пам'ятати, що вивчення особистості не є самоціллю. Оскільки особистість формується і виявляється в діяльності, у ній же вона й повинна вивчатися. Одиницею аналізу діяльності деякі сучасні автори

вважають ситуацію, що розглядається у тривимірному просторі: завдання, суб'єкт діяльності, об'єктивні умови діяльності. Це мінімальна системно організована частина діяльності, у якій усі її основні елементи виявляються цілісно. Ситуація охоплює від початку до кінця вирішення завдання в конкретних умовах, тобто за певний час. Тому, по-перше, вивчення індивідуальних особливостей військовослужбовців внутрішніх військ має сенс тоді, коли супроводжується аналізом завдань діяльності й об'єктивних умов її перебігу. По-друге, всяке вивчення повинно ґрунтуватися на певній програмі.

Програма вивчення індивідуальних особливостей військовослужбовців – це обґрунтоване припущення про те, які й у зв'язку з чим особисті якості особистості найбільше цікавлять керівника, а також за якими ознаками і як їх можна вірогідно визначити. Залежно від вирішуваних командиром завдань вивчення підлеглих може бути фрагментарним (при їхньому відборі, розподілі тощо) і довгочасним. Психологічно виправданою є програма вивчення особистісних особливостей, що полягає в послідовному обґрунтуванні її основних елементів (див. дод. 4).

Виявлення проблеми, вибір об'єкта, предмета вивчення. Вихідним пунктом є реальна проблема, що вимагає розв'язання, – об'єктивна суперечність між недостатнім знанням військовослужбовців і різноманітністю службових завдань (до яких вони залучені або можуть бути залучені).

Якщо психолог припускає, що гострота суперечності може бути знижена (або вона може бути розв'язана) за рахунок урахування особистісних особливостей підлеглих, то реальна життєва проблема стає проблемою психологічною. Її усвідомлення передбачає вибір об'єкта і предмета вивчення. Об'єктом (тим, на що направлене пізнання) може бути особистість військовослужбовця, підрозділ – залежно від того, у чому полягає сутність проблеми. В об'єкті виділяється предмет, тобто найбільш важливі якісні характеристики, що вимагають спеціального вивчення.

Визначення мети і завдань вивчення полягає в розумінні того, для чого використовується вивчення, дисциплінує роботу, що проводиться, орієнтуючи її на досягнення кінцевого результату. Цінність будь-якого вивчення не в обсязі отриманого матеріалу, а в його реальній користі. Мета конкретизується в завданнях вивчення. Звичайно їх стільки, скільки самостійних питань має сенс виділити в рамках сформульованої мети. Вони визначають послідовність, обсяг і спрямування вивчення.

Наприклад, у підрозділ прибули молоді військовослужбовці, яких необхідно вивчити. Постає реальна проблема: у найкоротший термін з ними ознайомитися, усвідомити, на що вони здатні і чого від них можна очікувати. Психологічна проблема – вивчити індивідуальні особливості військовослужбовців. Об'єкт вивчення – кожний прибулий військовослужбовець персонально. Предмет – значущі особливості служби взагалі і цього підрозділу зокрема. Мета – загальне вивчення сприяє швидкому входженню в колектив і професійному становленню. Завдання вивчення:

- 1) оцінити загальний рівень підготовки (*що є*);
- 2) визначити зрілість і настроєність на службу (*чого хоче*);
- 3) потенціал кожного військовослужбовця як фахівця (*що може*).

З урахуванням вимог ситуаційного аналізу результаті вивчення необхідно доповнити оцінкою завдань і об'єктивних умов діяльності військовослужбовців.

Системний (системно-функціональний) аналіз предмета вивчення передбачає на рівні власної підготовленості й досвідченості структурування предмета вивчення у вигляді взаємопов'язаних психологічних складових. Після цього визначається, за якими зовнішніми ознаками (емпіричними індикаторами) кожен з них можна виявити доступними психологу способами. Якість роботи цілком залежить від компетентності й досвіду практичної роботи психолога.

Системний аналіз передбачає переклад завдань вивчення із повсякденної мови на мову змістовно-психологічних понять і виділення структурних елементів (системних складових) психічної (індивідуальної) особливості, що вивчається. Кількість, деталізація структурних елементів визначаються психологом залежно від наявних можливостей і потреб.

Коли чітко визначено, для чого і які особливості (що) психолог збирається вивчати, необхідно провести емпіричну інтерпретацію кожного системного складника, так само однозначно слід визначити, за якими зовнішніми ознаками можна робити найвірогідніший висновок про виражені того чи іншого системного елемента.

У розглянутому прикладі перше завдання не вимагає перекладання з повсякденної мови на змістовно-психологічну. Для деталізації можна виділити такі складники:

а) загальне уявлення про військовослужбовця;

б) особливості досвіду (служба у силових структурах держави, досвід виконання ризиконебезпечних завдань і таке ін.);

в) загальний рівень самоорганізації і саморегулювання.

Для завдання а) такими ознаками можуть бути: матеріали особової справи, зовнішній вигляд, манера триматися, щирість у розмові, культура мови. Для завдання б) – документальні біографічні дані, розповідь військовослужбовця, свідчення тих, хто знав його раніше, тілесні та інші ознаки (травми, шрами, татування), реагування на болісні або характерні для різноманітних груп теми. Для завдання в) – виконання розпорядку дня, доручень і завдань, особливості носіння елементів форми одягу, дотримання правил гігієни.

Друге завдання передбачає частковий переклад на рівень психологічних категорій, бо сама зрілість ще ні про що не свідчить. У такому випадку можна конкретизувати моральну зрілість і характерологічні особливості відповідно до системних елементів завдання:

а) моральна зрілість;

б) характерологічні особливості;

в) загальна (на службу у внутрішніх військах МВС України) і конкретна (на фахову спеціальність, служити саме в цьому підрозділі) мотивація, настроєність.

Для завдання а) – особливості поведінки в морально-етичних ситуаціях, документальні свідчення, відгуки інших осіб. Для завдання б) – особливості поведінки в різноманітних ситуаціях – емоційна збудливість, рішучість, уміння орієнтуватись у складних ситуаціях і та. ін. Для завдання в) – особливості поведінки, що демонструється, зміст самооцінок, оцінок дій і ставлення інших.

Третє завдання практично цілком вимагає конкретизації, наприклад, оцінити особливості психічних процесів, адаптації до служби. Його системними елементами можуть бути:

а) спостережливість, швидкість реакції, емоційно-вольова витривалість, тривожність у комплексі;

б) екстра або інтровертність, контактність, готовність тощо;

в) здатність до роботи на конкретній посаді (спеціальності): моторна, зорова пам'ять, наполегливість, старанність, кмітливість, нестандартність мислення та ін.

Для завдання а) – якість виконання службово-бойових завдань: витривалість, спостережливість тощо, особливості поведінки у складних ситуаціях службової діяльності. Для завдання б) – особливості поведінки і спілкування з іншими фахівцями підрозділу у службовій і неформальній обстановці, у модельованих або реальних ситуаціях у ролі ображеного або кривдника. Для завдання в) – якість виконання навчально-тренувальних завдань, відгуки посадових осіб і товаришів по службі.

Набір емпіричних показників може бути й іншим, що цілковито залежить від ситуації вивчення, наявності часу, досвідченості психолога. Якщо перед психологом постає завдання не просто констатувати вираженість тих або інших особливостей, але й оцінити причини, чинники, що зумовлюють їх стан, то проводиться функціональний аналіз. Ця процедура полягає у висуванні обґрунтованих припущень про те, які з факторів, що піддаються безпосередній зміні в підрозділі, більшою мірою впливають на особисті особливості особового складу (у тому числі і складні ситуації). Вони також переводяться у змістовно-психологічні поняття, для кожного з яких підбираються ознаки, що виявляються зовні.

Висування і перевірка гіпотез – це обґрунтоване припущення про те, що вибрані для спеціального вивчення особистісні особливості, а також способи їхнього виявлення справді є необхідними й достатніми для успішного вирішення завдань, що постають. Які будь-що невідоме (інакше б це не було гіпотезою), вона формулюється на базі теоретичного багажу знань і особистого досвіду психолога послідовним висуванням логічних припущень під час розробки програми. Класичні вимоги до гіпотези: містити лише поняття, що не мають емпіричну інтерпретацію; не зводитися тільки до здорового глузду, повинна бути простою і лаконічною. Нарешті, керівник і посадові особи, які його підтримують, бути достатньо можливостей і повноважень для її перевірки. У продовж перевірки, тобто накопичування фактів про те, що вивчається, гіпотеза має приводити до результатів, що підтвердять або спростують припущення, а ті, у свою чергу, – до рекомендацій, що завершать або уточнять вивчення.

Побудова (вибір) методики вивчення індивідуальних особливостей – це оптимальна сукупність прийомів і способів надійної діагностики вибраних психологом емпіричних показників, які дозволять отримати вірогідну інформацію про те, що вивчається. Її можна побудувати, рідше – вибрати, тільки після опрацювання попередніх елементів програми. На жаль, часто методикою називають і діагностичний інструмент, так звану “техніку”, тобто конкретний варіант використання того або іншого методу. Методика вивчення і психодіагностична методика не одне й те саме. Остання стає методикою

вивчення тільки в руках фахівця-психолога. Непрофесіонал, не розуміючи всіх нюансів конструювання і використання таких технік, дискредитує й себе, і справу, й інструмент.

Як будується методика? Перш ніж відповісти на це питання, необхідно відзначити ще один структурний елемент програми й охарактеризувати систему методів вивчення особистості у психології.

Які методи використовуються в конкретній методиці, які їхні можливості й обмеження?

Метод (від грецьк. *methodos* – шлях дослідження, пізнання) – це спосіб побудови, обґрунтування знання, а також сукупність прийомів і операцій практичного й теоретичного засвоєння дійсності. У загальнофілософській частині він єдиний. Що стосується способів побудови й обґрунтування знання, то у психології є низка підстав для їх класифікації. Найбільшу практичну цінність мають, принаймні, два з них:

1) за специфікою процедур, що виконуються, виділять методи збору інформації, обробки, перевірки результатів на статистичну значущість;

2) у свою чергу, в методах збору інформації за особливостями їхніх процедур розрізняють:

– обсерваційні методи (від лат. *observatio* – спостереження): спостереження і самоспостереження;

– експеримент (лабораторний, природний, формуючий);

– проксимічні методи (від грецьк. *praktikos* – діяльний): аналіз процесу практичної діяльності, хронометрія, циклографія службових дій, акмеографія, професіографія, метод незалежних характеристик;

– біографічний метод: аналіз подій, фактів, дат життєвого шляху військовослужбовця;

– методи психодіагностики: бесіда, тести, опитування, інтерв'ю, метод соціометрії, метод експертних оцінок і т. ін.

У розпорядженні психолога великий арсенал методів. Основні з них, доступні й такі, що зарекомендували себе на практиці: – спостереження, опитування (здебільшого усне), експеримент, а також окремі психодіагностичні процедури. Вони і є основою побудови будь-якої методики.

Побудова методики як оптимальної сукупності прийомів, способів надійної діагностики обґрунтованих емпіричних показників з метою отримання вірогідної інформації про особливості, що вивчаються, – один з елементів програми. Перед розробленням методики, необхідно:

– виділити реальну проблему, її психологічний зміст, об'єкт і предмет вивчення;

– визначити мету й завдання вивчення конкретного військовослужбовця;

– здійснити системний, або системно-функціональний (ситуаційний) аналіз особливостей, що вивчаються.

Системний, або системно-функціональний (ситуаційний) аналіз предмета вивчення завершується виділенням емпіричних показників кожної особливості, що вивчається.

3.2. Методи психологічного вивчення особистості військовослужбовців внутрішніх військ, малої групи та військового колективу. Результати й висновки проведеного обстеження

Розрізняють універсальні та спеціальні методи психологічного дослідження.

Універсальні методи використовуються не тільки у психології, а й інших галузях наукового знання як у споріднених за змістом, так і в неспоріднених. До універсальних методів належать спостереження, експеримент, бесіда, анкетування тощо.

Спеціальні методи використовуються тільки у психологічному дослідженні або в близьких за змістом наукових пізнавальних актах. Так, тестування використовується й у військовій психології, і у військовій педагогіці, а соціометрія – також і в соціології. Проте у психологічному дослідженні ці методи є спеціальними.

Функціональна диференціація методів психологічного дослідження здійснюється за ознакою змісту пізнавальних і перетворювальних дій, що реалізуються дослідником під час професійної взаємодії з предметом дослідження. Структурно ця диференціація відповідає етапам психологічного дослідження, на кожному з яких відбувається своєрідне функціональне поєднання типів дослідницьких дій психолога. Отже, виділяють *три групи методів психологічного дослідження*.

1. *Методи теоретичного дослідження*, які забезпечують реалізацію теоретичних дослідницьких дій психолога щодо предмета дослідження. Теоретичне дослідження має не тільки забезпечити повне з'ясування сутності досліджуваного явища, а й виявити головні закономірності його існування, взаємодії з іншими явищами, рушійні сили розвитку. У результаті використання цих методів вдається побудувати теоретичну модель досліджуваного явища, а на її основі передбачити й визначити емпіричний цикл пізнавальних взаємодій із сутністю досліджуваного явища.

2. *Методи емпіричного дослідження*, які забезпечують дослідницьку взаємодію психолога з предметом дослідження, визначення його змістових характеристик та ознак у багатоманітності емпіричної інформації. У результаті емпіричного дослідження вдається підтвердити або відкинути деякі гіпотетичні уявлення про предмет дослідження, побудувати емпіричну картину його існування, а отже, відкрити для себе на практиці психологічний зміст досліджуваного явища і на підставі цього прогнозувати модель практичних дій з цим явищем у результаті різноманітних психологічних впливів (військово-педагогічних, психотерапевтичних тощо).

3. *Методи аналізу, інтерпретації і тлумачення даних теоретичного й емпіричного дослідження* дають змогу обґрунтувати об'єктивність дослідження, диференціювати змістовні вияви сутності предмета дослідження за їхніми типологічними характеристиками, визначити дослідницький ефект здійсненого психологічного дослідження. Ці методи обов'язково виявляють

сутність характеристики предмета дослідження, його якісну неповторність. Наприклад, застосування методу аналізу у психологічному дослідженні дає можливість створити цілісну картину предмета дослідження, прогнозувати закономірності його розвитку і планувати перетворювальні дії психолога щодо нього.

Методи теоретичного психологічного дослідження. *Моделювання, реконструювання і типологізація* – методи теоретичного дослідження різних психічних явищ. За допомогою моделювання можна відтворити деякі суттєві властивості системи-оригіналу. Існування подібності дає змогу використовувати модель як заміник досліджуваної системи. Відносна простота моделі робить таку заміну досить наочною. Спрощені моделі системи – дієві засоби перевірки істинності й повноти теоретичних уявлень у військовій психології. Існують такі форми моделювання: за аналогією; відтворення змісту суттєвих ознак предмета дослідження; відтворення логіки пізнання, що використовується для теоретизації як сутності досліджуваного предмета, так і способів та засобів його пізнання й перетворення.

Реконструювання у військовій психології застосовується як метод теоретичного дослідження психічних явищ і полягає у змістовій і структурній перебудові явища, на яке спрямовані дослідницькі дії психолога. Відповідно виділяють змістове реконструювання (оперує змістовими ознаками явищ) та структурне (спрямоване на формально-логічні ознаки явищ). При цьому предметом реконструювання можуть бути як психічні явища, так і засоби їх пізнання (методи, прийоми пізнання, пояснювальні й методологічні положення тощо).

У військовій психології *типологізація* є методом наукового дослідження, в основу якого покладено виявлення подібності та відмінностей серед сукупності предметів, пошук надійних засобів їх ідентифікації, стійких сполучень властивостей явищ у системі змінних, їх групування за допомогою ідеалізованої узагальненої моделі. Результатом типологізації є виділення визначених типів явищ, які відтворюють ідеалізовану модель реальних психічних явищ. Існують різні види типологій: *закрита* (сама виступає метою дослідження й демонструє загальну закономірність у вичерпному переліку їхніх проявів); *відкрита*, або *конструктивна* (немає повного набору визначення ознак, які вичерпно характеризують типи). Послідовність типологізації:

- вибір основ типологізації і їх змістове визначення як характерних ознак явища;
- вибір її моделі, яка, з одного боку, відтворює сутнісні та динамічні особливості психічного явища, що типізується, а з іншого – визначає логіку узагальнення ознак предмета за типом;
- виділення типів і побудова типології досліджуваного психічного явища;
- підтвердження істинності побудованої типології у результаті аналізу та змістового узагальнення даних емпіричного дослідження;
- завершальна стадія – побудована типологія, а також закладена в ній модель типологізації використовується як засоби аналізу і тлумачення результатів психологічного дослідження.

Методи емпіричного психологічного дослідження: спостереження, експеримент, бесіда, інтерв'ю, анкетування, соціометрія, референтометрія, біографічний метод, тестування, вивчення продуктів діяльності, узагальнення незалежних характеристик тощо. Розглянемо деякі з них докладніше.

Метод *спостереження* широко використовується у військовій психології і полягає в систематичному й цілеспрямованому сприйнятті психічних явищ з метою вивчення специфічних проявів у конкретних умовах та з'ясування змісту цих явищ. Використовується у процесі дослідження явищ, що сприймаються безпосередньо як метод наукового пізнання. Змістовно він відрізняється від спостереження у буденному житті. З його допомогою можна вивчати психічні процеси, властивості, стани, утворення, зовнішні прояви почуттів, дій і поведінки воїнів у різних умовах їхньої життєдіяльності. Аналіз матеріалів, отриманих при всебічному спостереженні, дає можливість пізнавати думки й почуття, взаємини й мотиви, настанови та інші психічні явища, які недоступні безпосередньому сприйняттю, але дають можливість знаходити характерні тенденції у розвитку психіки, планувати обґрунтовані шляхи управління нею, формувати необхідні бойові, морально-патріотичні та психічні якості.

Спостереження стає науковим методом тоді, коли воно не обмежується констатацією фактів, а науково роз'яснює психічне явище, яке вивчається.

Методика спостереження включає:

- вибір ситуації та об'єкта спостереження;
- узагальнення теоретичних уявлень про досліджувану реальність і виділення мети дослідження;
- побудову програми або схеми спостереження у вигляді переліку ознак явищ, одиниць спостереження з їх детальною презентацією, а також способи і форми фіксації результатів спостереження (щоденні нотатки, відеореєстрація тощо);
- опис вимог до організації роботи спостерігача;
- опис способу обробки та подання отриманих даних.

Розрізняють спостереження *неструктуризоване* (недостатньо формалізований процес реалізації методу) і *структуризоване* (високий ступінь стандартизації, використання спеціальних документів, бланків, досягнення достатньої подібності даних, отриманих різними спостерігачами).

Крім наведених існують і інші види спостереження: включені, польові, лабораторні, систематичні, несистематичні, об'єктивні та суб'єктивні.

Включеним спостереженням називається такий його вид, коли психолог, безпосередньо залучений до процесу дослідження, контактує, діє разом з учасниками дослідження. Зазначений вид часто використовується в процесі дослідження соціально-психологічних явищ підрозділу та військово-професійної діяльності військовослужбовця.

Спостереження називається *польовим*, якщо воно відбувається в природних для досліджуваного психічного явища умовах. Іноді необхідно організувати *лабораторний* вид спостереження, який створює можливість

спрямованої організації умов, характеру та специфічних особливостей розгортання досліджуваного явища.

Систематичне спостереження проводять регулярно і протягом визначеного проміжку часу, а *несистематичне* – часто у незапланованих ситуаціях, у разі взаємодії з несподіваними явищами, що не очікувались і не включалися до програми спостереження.

Об'єктивне (або зовнішнє) спостереження спрямоване на зовнішній бік перебігу різноманітних психічних процесів і соціально-психологічних явищ. *Суб'єктивне спостереження* – це внутрішнє спостереження, або самоспостереження. *Самоспостереження* являє собою процес споглядальної взаємодії з власними внутрішніми психічними явищами. Воно невід'ємне від спостережень за зовнішніми проявами.

Спостереження розглядається як самостійний метод, але частіше застосовується з якимось іншим: наприклад, під час бесіди, групового або індивідуального тестування, анкетування тощо. Спостереження під час бесіди розпочинається вже тоді, коли воїн зайшов до кімнати. У ході бесіди відзначаються своєрідні прояви особистості, що відображають особливості її характеру, емоційно-вольової сфери, пізнавальної діяльності тощо. Спостереження під час психологічного дослідження допомагає помічати особливості поведінки воїна, отримати низку додаткових відомостей, що характеризують його психічні процеси, дисциплінованість, емоційну мобільність, працездатність та інші якості.

Таким чином, спостереження є складником психологічного дослідження, прояви якого є можливість вивчати психічні процеси та явища у природних умовах.

Експеримент у військовій психології – один з основних методів наукового пізнання. Він відрізняється від спостереження тим, що дає змогу активно, скеровано впливати на досліджуване психічне явище. Під час експерименту психолог планомірно маніпулює однією або кількома змінними та реєструє зміни, що відбуваються з досліджуваними явищами. Його доцільно застосовувати у тих випадках, коли психологу відомі елементи гіпотези, які необхідно перевірити.

Позитивним у цьому методі є те, що сам дослідник може виконувати такі дії:

- спричиняти досліджуване явище, замість очікування, поки випадковий потік явищ надасть йому можливість це явище спостерігати;
- чітко враховувати різні умови, що впливають на досліджуване явище;
- змінювати умови, за яких явище виявляє свої характеристики, замість того, щоб сприймати їх у випадковому контексті ситуацій;
- маніпулювати різними варіантами умов дослідження, які дають можливість виявити закономірності перебігу тих чи інших процесів і явищ за конкретних умов і ситуацій;
- визначати під час експерименту кількісні закономірності між різнорівневими явищами, взаємодія яких моделюється в конкретній процедурі дослідження;

- повторювати дослідження й тим самим нагромаджувати дані й на їх основі міркувати про типовість або випадковість прояву явища, яке вивчається;
- визначати надійність висновків під час використання інших методів дослідження.

Експеримент може бути *лабораторним* і *природним*. Лабораторний відбувається у штучних (лабораторних) для досліджуваного явища умовах, коли психолог навмисно організовує ситуацію для з'ясування психічного явища або окремих його характеристик, ініціює очікуваний процес і моделює всі необхідні для цього умови. У зв'язку з цим експеримент проводиться у спеціальному приміщенні, обладнаному сигнальними та реєструвальними пристроями. Він дає змогу фіксувати зовнішні впливи, відповідні реакції, дії, вчинки воїна. Зміст такого експерименту полягає в тому, що психолог ставить перед військовослужбовцями завдання виконувати в лабораторних умовах певні дії, які за своєю структурою близькі до реальних дій у певній, конкретній військовій діяльності.

Результати лабораторного експерименту завжди аналізуються з урахуванням таких його особливостей, як штучність експериментальної ситуації, аналітичність та абстрактність процедури експерименту; ефект, який ускладнює вплив дослідника на перебіг і результати експерименту. Отже, за допомогою цього виду експерименту можна одержати об'єктивні дані про перебіг і розвиток різних психічних явищ у конкретних умовах.

Своєрідним варіантом експерименту, що являє собою ніби проміжну форму між спостереженням та експериментом, є метод природного експерименту, запропонований О.Ф. Лазурським. Він провадиться у звичайних життєвих умовах, при цьому експериментальному впливові піддаються умови, в яких відбувається військова діяльність, сама ж діяльність досліджуваного спостерігається в її природному прояві. Військовослужбовці не знають, що вони стають об'єктом спостереження. Проте вибір природної ситуації не є випадковим. Дослідження відбувається згідно з умовами, а процеси, що пізнаються, розвиваються природно, без втручання психолога. Цінність цього методу полягає в тому, що він зближує експериментальне дослідження з життєдіяльністю особового складу і дає змогу вивчати різні прояви психіки військовослужбовця у природних умовах бойової підготовки.

Недоліками цього виду експерименту є складність виділення для спостереження окремих елементів у цілісній діяльності воїнів, а також труднощі у застосуванні прийомів кількісного аналізу.

Одним із видів природного експерименту є *психолого-педагогічний*, за яким військовослужбовців вивчають безпосередньо в процесі їхнього навчання, виховання, психологічної підготовки. Цей експеримент дає змогу вивчати ефективність окремих методів навчання, виховання, різноманітних методичних прийомів впливу на військовослужбовців тощо.

У практиці педагогічної психології, яка вивчає психологічні умови посилення ефективності навчання та виховання, актуальним є психолого-педагогічний (або формівний) експеримент. Цей метод забезпечує спостереження за зміною психічних характеристик особистості у процесі

активного педагогічного впливу психолога на військовослужбовця. Метод не обмежується реєстрацією фактів, а завдяки створенню спеціальних ситуацій розкриває закономірності, механізми, динаміку, тенденції психічного розвитку та становлення особистості військовослужбовця, виявляючи можливості оптимізації цього процесу.

Саме тому цей метод можна широко застосовувати у вивченні факторів формування й розвитку особистості військовослужбовця, забезпечувати поєднання психологічних досліджень із педагогічним пошуком та проектуванням найефективніших способів, прийомів і форм військово-педагогічного процесу.

Методика реалізації психолого-педагогічного експерименту має три етапи.

1. *Констатуючий експеримент першого порядку*, спрямований на визначення наявних на момент експерименту характеристик і властивостей досліджуваного явища. В експерименті беруть участь дві групи учасників: основна (або основна вибірка) та контрольна (контрольна вибірка). Основна група проходить через усі процедури експерименту та цикл формуючих впливів, контрольна група є еталоном (взірцем), за яким будуть орієнтуватися розвивальний та формуючий ефекти експерименту.

2. *Власне формуючий експеримент*, який реалізується за допомогою спеціально побудованої психологом експериментальної моделі розвивальних і формувальних впливів на об'єкт дослідження. Особливо важливим моментом формуючих впливів є аналітична модель розвивального ефекту експерименту – своєрідний (ідеальний образ) сподівань психолога щодо результатів експерименту. Ця модель спеціально конструюється і вибудовується дослідником на підготовчому етапі дослідження, в якому бере участь основна група учасників.

3. *Констатуючий експеримент другого порядку*. На цьому етапі проводиться контрольне дослідження, в якому беруть участь обидві групи учасників. Мета дослідження – зняття емпіричних показників предмета пізнання після процедури формувальних впливів. Показники контрольної групи є еталоном порівняння для формувального ефекту, досягнутого в роботі з основною групою. Надалі результати дослідження підлягають відповідному аналізу й використовуються для обґрунтування певних дій під час навчально-виховного процесу для розвитку особистості військовослужбовця.

Етапами будь-якого експерименту є:

- ідентифікація і формування проблеми;
- виділення й визначення змінних;
- формулювання гіпотез і визначення мети експерименту;
- конструювання моделі експерименту, яка включає всі елементи, умови та співвідношення;
- здійснення експерименту, обробка експериментальних даних, їх кількісний аналіз, наукова інтерпретація, формулювання практичних рекомендацій.

Разом з іншими методами використовується і *метод опитування* (бесіда, інтерв'ю, анкетування), який ґрунтується на цілеспрямованому отриманні інформації через усне або письмове опитування і передбачає такі вимоги:

- заздалегідь розробленої програми прямих і опосередкованих запитань;
- забезпечення лаконічного формулювання, однозначності та конкретності запитань, а також їх послідовності від простих до складних;
- розробки надійної системи критеріїв оцінок запитань;
- забезпечення психологом умов і ситуацій, що стимулюють і заохочують військовослужбовців до відповідей;
- забезпечення психологом зручної форми фіксації відповідей і їх обробки.

Бесіда у військовій психології є емпіричним методом одержання інформації через мовну комунікацію. Це допоміжний метод психологічного дослідження для уточнення висновків і результатів, отриманих іншими методами. В окремих випадках бесіда являє собою основний засіб отримання фактичних даних, застосовується також як спосіб уведення досліджуваного в ситуацію психологічного експериментування: від чіткої інструкції до вільного спілкування в ході психологічної консультації.

Бесіда може бути *формалізованою* і *неформалізованою*. Перша передбачає стандартну постановку запитань і реєстрацію відповідей на них, що дає змогу чітко групувати й аналізувати отриману інформацію.

Неформалізована бесіда провадиться за гнучкішою схемою, що дає можливість послідовно ставити запитання, ґрунтуючись на ситуації, яка склалася. У ході такої бесіди, як правило, можна досягти тісного контакту між дослідником і досліджуваним, що сприяє отриманню повнішої і глибшої інформації.

Вимоги до методу бесіди:

- конкретне визначення дослідником мети бесіди;
- чітке планування системи запитань, яка має відповідати індивідуально-психічним особливостям досліджуваного, бути зрозумілою, динамічною і конкретною; під час бесіди зміст запитань має залежати від змісту відповідей військовослужбовця;
- має бути невимушеною і доброзичливою.

Психолог повинен дотримуватися таких *правил спілкування з досліджуваним*:

- ставити військовослужбовцеві прямі й опосередковані запитання;
- уникати неконкретних запитань, ураховуючи психічний стан співрозмовника;
- приймати думку досліджуваного;
- враховувати думку досліджуваного;
- виявляти до нього педагогічний такт;
- не проводити бесіду поспіхом, у збудженому стані;
- вибирати таке місце і час проведення бесіди, щоб ніхто цьому не заважав.

Бесіда – це своєрідний (образний) вид спілкування, наука і мистецтво водночас, які мають ґрунтуватися на знанні психіки військовослужбовця і постійно вдосконалюватися.

Інтерв'ю у військовій психології є способом отримання соціально-психологічної інформації за допомогою усного опитування. В основі інтерв'ю лежить звичайна бесіда. Проте на відміну від неї ролі співбесідників закріплені, нормовані, а цілі задані “ззовні” програмою та завданнями психологічного дослідження. Специфіка інтерв'ю полягає в тому, що отримана інформація певною мірою формується у процесі спілкування психолога з опитуваним, а отже, несе на собі відбиток цього спілкування. Від характеру останнього, від тісноти контакту і ступеня взаєморозуміння сторін у багатьох випадках залежить успіх інтерв'ю, повнота і якість отриманої інформації.

Розрізняють два види інтерв'ю: *вільні* – нерегламентовані темою та формою бесіди і *стандартизовані* – за формою вони близькі до анкети з закритими запитаннями. Однак межі між цими видами рухомі (з цього приводу окремі автори виділяють також *напівстандартизоване інтерв'ю*) і залежать від складності проблеми, мети й етапу дослідження.

Цей метод застосовується для:

- формулювання робочої гіпотези на ранніх стадіях дослідження;
- збір даних;
- доповнення, уточнення, розширення та контролю даних, отриманих іншими методами.

Анкетування являє собою метод соціально-психологічного дослідження за допомогою анкет. Анкета – це впорядкований за змістом і формою набір запитань, що має вигляд опитувального листа. У військовій психології такий метод використовується з метою з'ясування даних біографічного характеру, поглядів, ціннісних орієнтацій, соціальних настанов і особистісних рис опитуваних. Залежно від характеру необхідної інформації і способів її отримання використовуються різні типи анкетування:

- *суцільне* (охоплюються великі групи військовослужбовців) і *вибіркове* (охоплюється конкретна група опитуваних);
- *усне* (за типом інтерв'ю) та *письмове* (робота з бланковими анкетами);
- *індивідуальне* і *групове*;
- *безпосереднє* (за умовою безпосередньої взаємодії) і *заочне* (поштою, телефоном тощо).

Для будь-якого типу анкетування необхідне попереднє розв'язання двох методичних проблем: по-перше, визначення обсягу й забезпечення однорідності вибірки; по-друге, забезпечення репрезентативності вибірки. Ці параметри дослідження зумовлюють його завершеність і достатність. Анкетування має забезпечувати отримання таких відповідей, які є правдивими стосовно й опитуваного, і проблеми дослідження. Тому суттєве значення має побудова анкети на основі теоретичних уявлень про сутність предмета дослідження, і відповідно до цього вибираються параметри оцінок, типи запитань, визначається кількість і порядок запитань, що мають ставитися.

Надійність даних анкетного опитування залежить від таких умов:

- відповідність запитанню програми дослідження;
- вилучення “зайвих” і відбір необхідних запитань;
- додержання правил розвитку теми;
- ясність формулювання запитань, їх однозначність;
- чіткість варіантів відповідей (у закритих запитаннях);
- достатній простір для відповідей на відкриті запитання;
- однозначність усіх елементів виміру в часі, частоті подій, згоді–незгоді (“так” чи “ні”) із запропонованими варіантами відповідей;
- відсутність будь-яких натяків на бажану відповідь;
- наявність контрольних запитань;
- комбінація прямих і опосередкованих, особистих і неособистих запитань.

Надійність даних анкетного опитування перевіряється двома шляхами: повторним опитуванням за тією самою процедурою і тих самих осіб (так визначається стійкість інформації); контролем даних анкетного опитування іншими методами (опитуванням третіх осіб, спостереженням, бесідою тощо).

Правила формулювання запитань:

- кожне запитання має бути логічно відокремленим;
- слід уникати маловживаних, іноземних слів, вузькоспеціальних термінів і слів з подвійним значенням;
- не ставити занадто довгі запитання;
- якщо запитання стосується того, з чим опитуваний недостатньо ознайомлений або не знає спеціальних термінів, слід зробити відповідне роз'яснення;
- кожне запитання має бути конкретним;
- докладно вказувати всі можливі варіанти відповідей, які необхідно мати на увазі опитуваному, або не вказувати жодного;
- пропонувати опитуваному тільки такі варіанти відповідей, кожен із яких може бути прийнятий однаковою мірою;
- формулювати запитання таким чином, щоб уникати стереотипних, шаблонних відповідей;
- уникати вживання в запитаннях слів, які можуть викликати негативне ставлення опитуваних до дослідження;
- запитання не повинне мати характеру навіювання.

Таким чином, анкетне опитування є порівняно економним методом збирання даних, який дає змогу аналізувати й обробляти дані за допомогою статистики.

Класифікація запитань цієї групи методів (бесіда, інтерв'ю й анкетування):

- *відкриті* (не дають опитуваному жодного варіанта керівництва ні за формою, ні за варіантом його відповідей);
- *закриті* (пропонують зробити вибір лише з зазначених варіантів відповідей);
- *прямі* (наприклад, “Чи задоволені ви своєю службою?”);

– *непрямі* (наприклад, “Вважають, що... А як гадаєте ви?”).

Процедура опитування.

1. Підготовка місця опитування. Якщо це бесіда або інтерв'ю, то сама морально-психологічна атмосфера має сприяти відвертій розмові, ніхто і ніщо не повинен заважати невимушеному спілкуванню психолога з військовослужбовцем. При анкетуванні вважаються задовільними умови, коли є місце для сидіння кожному опитуваному (на достатній відстані, щоб відповідати самостійно), створено можливість зручно заповнити анкету.

2. Психолог називає себе й пояснює мету свого приходу, дослідження, як і де використовуватимуть його результати. Якщо це анкетування, то пояснюються правила заповнення анкети. Перед опитуванням дослідник прагне створити дружню атмосферу. Стороннім особам, які не беруть участі в дослідженні, пропонується звільнити приміщення. Опитуваних забезпечують ручками, олівцями та іншими необхідними матеріалами.

3. Головна фаза опитування (бесіди, інтерв'ю, анкетування). Від початку бесіда залежить достовірність інформації. Щоб воїн зміг дати необхідні відомості, його потрібно до цього підготувати й поступово підвести до проблеми дослідження. Не можна відразу ставити основні запитання: до відповіді на них опитуваний ще не готовий, його свідомість не зорієнтована на тему опитування, необхідна попередня психологічна розминка.

Психолог має ставити запитання по пам'яті або читати їх за планом. З цього приводу немає єдиної думки. Під час спілкування *не повинно бути невдалих пауз*, особливо коли дослідник вивчає план бесіди або має намір поставити запитання. Однак запитання по пам'яті краще, оскільки дозволяє уникати занадто офіційного характеру. Якщо співбесідник не розуміє запитання або відповідає на нього неправильно, дослідник має застосувати зондування, тобто повторити його в тій самій або іншій формі.

Аналіз відповідей на запитання здебільшого залежить від уміння психолога уважно слухати співрозмовника. Уміння слухати – найважливіший прийом бесіди (у тому числі й інтерв'ю). Щоб навчитися слухати співрозмовника, необхідно дотримуватися таких умов: підтримувати постійну увагу і стійкий візуальний контакт; використовувати мову активних поз і жестів; уважно мовчати; обмежувати кількість запитань; звертатися до співрозмовника за уточненнями; перефразувати його думку й підсумовувати інформацію; використовувати психологічний мікроклімат на активне слухання конкретної людини; уміти запам'ятовувати почуте й побачене.

Як під час бесіди (інтерв'ю), так і в процесі анкетування психолог, щоб досягти бажаних результатів, має бути дружнім, чемним, говірким, об'єктивним. Він має виявляти справжній інтерес до думки опитуваного, стримуватися від будь-яких критичних суджень щодо відповідей опитуваного, не засуджувати його висловлювань, не нав'язувати і не виявляти своїх думок щодо запитань. Він має створити і весь час підтримувати таку психологічну атмосферу, в якій опитуваний почував би, що його добре розуміють і що він може вільно висловлювати свою думку, не боячись догани, іронії, насмішки.

Під час заповнення анкет дослідник мусить не допускати, щоб до опитуваних підходили і зазирали в анкети інші члени колективу, а тим більше представники командування, запобігати різним висловлюванням опитуваних уголос і не допускати обговорення різних тем, зокрема проблем, що стосуються опитування.

4. Закінчення опитування. Після опитування психолог обов'язково має подякувати опитуваним, вибачитися за те, що потурбував.

Аналіз бесіди (інтерв'ю) ефективний, якщо результати фіксуються. Існує низка засобів реєстрації даних бесіди (інтерв'ю): дослівний запис; запис по пам'яті; механічний звукозапис. Дані, отримані за допомогою методу опитування, доповнюються іншими методами.

Біографічний метод широко застосовуваний і є системою засобів дослідження, діагностики, корекції і проектування життєвого шляху людини. Нині це єдиний метод, який дає змогу вивчити особистість у процесі її розвитку. Цей метод емпіричного пізнання почали розробляти у першій чверті ХХ ст. (М.О. Рибніков, Ш. Бюлер). Спочатку обмежувалися ретроспективним описом минулих етапів життя людини, а надалі почали включати аналіз актуальних та можливих подій (майбутня автобіографія, керована фантазія, графіки життя тощо), дослідження кола спілкування (додаткові біографії лінії стосунків суб'єкта). Наприклад, М.О. Рибніков розглядав автобіографію як психологічний документ особистості та її історії. Він розділяв спонтанні автобіографії, коли ініціатива ретроспективного погляду на власне життя належить самій особистості, та провоковані, коли дослідник використовує прийом спонукання досліджуваного говорити про себе за певним планом. Такий прийом гарантує однорідність зібраного матеріалу, що дає можливість порівнювати, поєднувати, узагальнювати факти.

Сучасні біографічні техніки спрямовані на реконструкцію життєвих програм і сценаріїв розвитку особистості. Аналізу підлягають також просторові та часові характеристики службового, родинного, духовного життя військовослужбовця, взаємодії його з природним і соціальним середовищем.

Застосування біографічного методу передбачає отримання різноманітної об'єктивної інформації, для чого можна використовувати опитування, тестування, інтерв'ю. Додаткову інформацію можна отримати під час аналізу свідчень очевидців, бесіди та опитувань близьких людей, під час первинного аналізу спогадів сучасників. Також успішно можна використовувати модифікації методу вивчення результатів діяльності, коли аналізуються щоденники й листи, будуються криві продуктивності й діаграми життєвих вимірювань активності особистості.

Тестування. Тести широко застосовують у різних галузях психологічної науки, у тому числі й військовій психології. Тестування – це метод психологічної діагностики, провідним організаційним моментом якого є застосування стандартизованих запитань і завдань (тести), що мають певну шкалу значень. Метод використовується для стандартизованого вимірювання індивідуальних відмінностей особистості.

У внутрішніх військах МВС України тестування широко використовується для такого: військово-професійна підготовка й відбір; діагностика розвитку особистості військовослужбовця; військова освіта; психологічне консультування тощо.

Цей метод дає змогу з певною вірогідністю визначити актуальний рівень розвитку у військовослужбовців необхідних навичок, знань, особистісних характеристик тощо.

Методика тестування умовно поділяється на три етапи:

- вибір тесту (зумовлений метою тестування і ступенем достовірності й надійності тесту);
- проведення тесту (зумовлюється інструкцією до нього);
- інтерпретація результатів тесту (визначається системою теоретичних припущень стосовно предмета дослідження).

За функціональною ознакою тестів щодо предмета дослідження розрізняють тести інтелекту, креативності, досягнень, критеріально-орієнтовані, особистісні тести тощо.

Тести інтелекту – методи психологічної діагностики виявлення розумового потенціалу індивіда. У більшості з них досліджуваному на спеціальному бланку пропонують указати запропоновані логічні відношення класифікації, аналогії, узагальнення між термінами, поняттями, явищами. Своє рішення він викладає в письмовій формі або робить відповідну нотатку на запропонованому бланку відповідей. Іноді завдання складаються з малюнків, геометричних фігур тощо. Успішність дій досліджуваного визначається за кількістю правильно розв'язаних завдань, за нею ж виводиться коефіцієнт інтелекту. Найпоширеніші тести: структура інтелекту Амтгауера; шкала вимірювання інтелекту Векслера; шкільний тест розумового розвитку тощо.

Тести креативності – сукупність методик для вивчення й оцінки творчих здібностей особистості. Здатність генерувати незвичайні ідеї, відхилятися від традиційних схем мислення, швидко вирішувати проблемні ситуації було виділено серед інтелектуальних здібностей в окремий тип і названо креативністю. Фактори творчих досягнень особистості вивчають за двома напрямками: а) аналіз життєвого досвіду й індивідуальних особливостей творчої особистості; б) аналіз творчого мислення та його продуктів (фактори креативності: гнучкість і чіткість мислення, чутливість до проблем, оригінальність, кмітливість та ін.). Найбільш відомі тести креативності: тести, створені Дж. Гілфордом, Є. Тарансом, та методика дослідження інтелектуальної активності особистості “Креативне поле”, створена Д.Б. Богоявленською.

Тести досягнень – методика психологічної діагностики, що виявляє ступінь володіння особистістю конкретними знаннями, навичками, вміннями. Тести досягнень близькі за змістом до тестів спеціальних здібностей, але на відміну від них виявляють те, що було засвоєно досліджуваними під час виконання певної діяльності з конкретними завданнями й вимогами, а не узагальнені вміння, які формуються у процесі нагромадження життєвого досвіду.

Розрізняють три види тестів досягнень:

– *тести дій* (для виявлення вміння виконувати дії з використанням механізмів, матеріалів, інструментарію);

– *тести письмові* (завдання подаються на спеціальних бланках і полягають у виборі правильної відповіді на запитання – вербальне або графічне);

– *усні тести* (на заздалегідь підготовлену систему запитань даються усні відповіді, під час їх оцінювання враховується правильність формулювання відповідей).

Тести досягнень широко використовуються в іноземній психологічній службі (наприклад у школах), у вітчизняній же психологічній практиці вони широкого застосування не мають.

Особистісні тести – методики психодіагностики, за допомогою яких вимірюються різні якості особистості та її характеристики: установки, цінності, співвідношення, емоційні, мотиваційні та міжособистісні властивості, типові форми поведінки.

Тести вивчення особистості мають кілька сот різновидів, тому дуже важливим є правильне тлумачення та відповідальне використання результатів цих тестів. Вони, як правило, мають одну з трьох форм:

– шкали та опитувальні листи;

– ситуативні тести або тести діяння, в яких подаються перцептивні, когнітивні або оцінні завдання, оцінку себе, своїх особистісних характеристик тощо;

– проєктивні методи.

Поряд зі змістовими класифікаціями методів тестування існують також інші. За особливостями завдань, які використовуються у процедурах, тести можуть поділятися на вербальні та практичні. За формою процедури дослідження бувають групові й індивідуальні. Залежно від обмежень у часі розрізняють тести швидкості та результативності.

Проєктивні методи у психології – сукупність методик цілісного вивчення особистості, яка базується на психологічній інтерпретації результатів створеної експериментальної ситуації. Метод забезпечується сукупністю проєктивних методик, основною метою яких є вивчення особистості як одного цілого. Методики поділяють на:

– *асоціативні* (серед них тести Сонді, Роршаха та завершення незакінчених речень);

– *інтерпретаційні* (наприклад ТАТ);

– *експресивні* (приміром, психодрама, тест малюнка людини, тест малюнка тварини, якої не існує, тощо).

Проєктивні методи мають значні можливості в дослідженні індивідуальних виявів особистості. Проте вони не відповідають вимогам психометричних інструментів, оскільки не виключають впливів на відповіді індивіда у проєктивному тесті багатьох ситуаційних факторів: інструкцій, особистості експериментатора, психічних (тимчасових) станів досліджуваного тощо. Крім того, існує проблема надійності та валідності проєктивних тестів. У зв'язку з цим використання проєктивних методів потребує широкої теоретичної

підготовки психолога та наявності практичного досвіду з реалізації методик цього типу.

Розглянемо деякі з цих тестів. *Тест Роршаха* полягає в тому, що досліджуваному почергово демонструють 10 карток, на яких зображено чорнильні плями різних конфігурацій і кольору. Розглядаючи кожну картку, військовослужбовець має відповісти на запитання: “Що це може бути?” На підставі одержаних відповідей поряд з іншими показниками визначається багатством уяви, здібність до синтезу, критичність розуму, інтелектуальна активність.

Тематичний апперцепційний тест (ТАТ), створений американськими психологами, складається із 29 картин із певним зображенням, крім того, пропонується одна картина без зображення, на якій досліджуваний за власним бажанням може зобразити будь-що. Для правильного оцінювання одержаних даних необхідно мати певні відомості про минуле й теперішнє життя досліджуваного.

Вивчення продуктів діяльності – один із найпоширеніших методів психологічного дослідження. Цей метод у військовій психології являє собою систему дослідницьких дій, спрямованих на збирання, систематизацію, аналіз та тлумачення продуктів діяльності особистості. Під продуктом діяльності військовослужбовця мають на увазі реально-практичні та ідеальні за формою прояви його активності щодо військової служби. Цей метод потребує високого професіоналізму психолога: за об’єктивним результатом діяльності досліджуваного він має відновити не тільки її хід і динаміку мотивів, а й суб’єктивний компонент цієї діяльності. Вивчення продуктів діяльності поєднує кілька дослідницьких та аналітичних процедур, серед яких виділяють:

1) *аналіз особистих документів* – листів, фотографій, щоденників, автобіографій тощо, якісно-кількісний аналіз яких дає цінний матеріал для психодіагностики, дослідження життєвого шляху особистості;

2) *аналіз офіційних матеріалів групової, колективної і масової комунікації* – записи розмов, дискусій, нарад, різноманітні накази, оголошення, розпорядження, газети, радіо- і телепередачі тощо; застосовується для вивчення соціальних процесів, явищ та їх проєкції на діяльність і поведінку військовослужбовця;

3) *аналіз продуктів діяльності* – система процедур, спрямованих на дослідження і тлумачення змістовних результатів діяльності військовослужбовця (військово-професійних, суспільних, поведінкових тощо).

Вивчення продуктів діяльності як метод психологічного дослідження широко використовується у військово-психологічній науці як у дослідницькій, так і вжитковій сферах. За певних умов цей метод може використовуватись у дослідженні як основний, проте найчастіше – як допоміжний.

Математичні методи мають широке застосування у військовій психології. Вони належать до методів аналізу, інтерпретації і тлумачення даних теоретичного і практичного дослідження, їх використання зумовлено певними причинами: 1) дають змогу зробити процес дослідження психічних явищ більш чітким, структуризованим та раціональним; 2) необхідні для обробки великої

кількості емпіричних даних (їх кількісних показників), для узагальнення та організації в “емпіричну картину” дослідження.

Залежно від функціонального призначення цих методів і потреб психологічної науки виділяють дві групи математичних методів:

- методи математичного моделювання;
- методи математичної статистики.

Методи математичного моделювання застосовуються, по-перше як засіб:

– організації теоретичного дослідження психічних явищ через побудову моделей досліджуваних явищ та виявлення таким чином закономірностей функціонування й розвитку змодельованої системи. *Моделювання* – це відтворення характеристик певного об’єкта на іншому об’єкті, спеціально створеному для вивчення. Цей об’єкт є моделлю. Потреба в моделі у психологічних дослідженнях постає тоді, коли дослідження об’єкта в цей момент неможливе, виникають певні труднощі).

По-друге, використовується для побудови алгоритмів дій військовослужбовців за різноманітних службових ситуацій бойової і повсякденної діяльності, побудова на їх основі пояснювальних, розвивальних, навчальних та інших комп’ютерних моделей.

Статистичні методи – це методи прикладної математичної статистики, що застосовуються здебільшого для оброблення експериментальних даних. Основна мета застосування статистичних методів – обґрунтованість висновків у психологічних дослідженнях завдяки використанню ймовірності логіки та ймовірності моделей.

Виділяють такі напрями використання статистичних методів:

- *описова статистика*, яка передбачає групування, табулювання, графічний вираз і кількісну оцінку даних;
- *теорія статистичного висновку*, яка використовується у психологічних дослідженнях для передбачення результатів за даними обстеження вибірок;
- *теорія планування експериментів*, яка застосовується для виявлення та перевірки причинних зв’язків між змінними.

Найбільш поширеними методами є: кореляційний, регресивний та факторний аналізи.

Кореляційний аналіз – це комплекс процедур статистичного дослідження взаємозалежності змінних, що перебувають у кореляційних відношеннях, тобто він характеризує ступінь взаємозв’язку досліджуваних явищ. При цьому переважає їх нелінійна залежність, тобто значенню будь-якої окремо взятої змінної може відповідати певна кількість значень змінної іншого ряду, що відхиляються від середнього в той чи інший бік. У прикладних військово-психологічних дослідженнях кореляційний аналіз виступає одним із основних методів статистичної обробки кількісного емпіричного матеріалу. Для кількісного виразу рангових змінних використовуються коефіцієнти рангової кореляції. Вони обчислюються за допомогою різних формул (наприклад за формулою Спірмена).

Регресивний аналіз – це метод математичної статистики, який дає змогу вивчати залежність середнього значення будь-якої величини від варіації іншої величини або кількох величин. Поняття регресивного аналізу ввів Ф. Гальтон, який довів факт визначеного співвідношення між зростом батьків і їхніх дітей. Він помітив, що у батьків найнижчого зросту діти дещо вищі, а у батьків найвищого зросту – нижчі. Такого роду закономірність він назвав регресією. Регресивний аналіз використовується переважно в емпіричних психологічних дослідженнях, пов'язаних з оцінкою будь-якого впливу (наприклад, впливу мотивів військовослужбовця на його поведінку тощо), при конструюванні психологічних тестів.

Факторний аналіз – метод багатовимірної математичної статистики, який використовується у процесі дослідження статистично пов'язаних ознак з метою виявлення деяких прихованих від безпосереднього спостереження факторів. За допомогою цього аналізу не просто встановлюється зв'язок між змінними, що перебувають у стані перетворень, а визначається міра цього зв'язку й виявляються основні фактори, що лежать в основі таких перетворень.

Таким чином, математичні методи в цілому можуть бути досить ефективними й корисними в організації психологічних досліджень, проте необхідно пам'ятати, що математичний метод, як і будь-який інший, має свою сферу застосування та певні дослідницькі можливості. Застосування його зумовлено предметом дослідження і завданнями дослідницьких дій психолога.

Найефективнішим *інструментом соціально-психологічного дослідження малих груп і колективів є метод соціометрії*, який дозволяє:

- діагностику міжособистісних і міжгрупових стосунків з метою їх зміни, поліпшення і вдосконалення;
- вивчення типології соціальної поведінки військовослужбовців в умовах групової діяльності;
- оцінювання соціально-психічної сумісності членів військового підрозділу;
- визначення статусу членів даного колективу;
- вивчення неформальних стосунків і структур у військовому підрозділі.

Відомо, що поряд з офіційною структурою у взаєминах між членами військового підрозділу зав'язується система неофіційних стосунків, які засновуються на емоційній природі спілкування військовослужбовців. Потреба кожного з них у спілкуванні, взаємній симпатії й інших стосунків із товаришами по службі є тією основою, на якій у військовому підрозділі як різновиді малої соціальної групи формуються неформальні малі групи.

Як правило, у первинних військових колективах, які нараховують 20-30 осіб, виникає кілька неформальних структур. Наприклад, структури взаємопідтримки, взаємовпливу, популярності, престижу, лідерства тощо. Така структура військового підрозділу залежить від його формальної структури тією мірою, якою військовослужбовці підпорядковують свою поведінку меті та завданням спільної бойової діяльності, правилам рольової взаємодії. Звичайно

такі малі неформальні групи нараховують 2–3 особи, іноді до 7–8 осіб, їхні члени прагнуть взаємин не тільки у службових справах, а й у вільний час.

Такі групи можуть мати як позитивну спрямованість, так і негативну. Знання складу цих груп, особливо негативно спрямованих, допомагає офіцерові цілеспрямованіше організувати свою діяльність з особовим складом підрозділу. Сам факт існування негативно спрямованих мікрогруп знижує ефективність виховної роботи з недисциплінованими військовослужбовцями, створює умови для виникнення кругової поруки між ними, негативних традицій тощо, а також погіршує настрій у колективі. У зв'язку з цим командирів військового підрозділу необхідно знати про наявність і склад таких неформальних малих груп у колективі та інтереси, якими вони живуть. Зазвичай кожна неформальну групу очолює лідер.

Загальна схема дій психолога при соціометричному дослідженні.

Спочатку формулюються завдання дослідження і визначається об'єкт дослідження. Потім обґрунтовуються основні гіпотези та положення, які стосуються можливих критеріїв для опитування членів соціальної групи. Коли критерії опитування визначено, їх заносять у соціометричну картку. Кожен член групи відповідає на них, вибираючи тих або інших членів групи для спільної відповідальної діяльності або відпочинку, залежно від більшої або меншої прихильності до них, надання певної переваги порівняно з іншими військовослужбовцями, симпатіями чи антипатіями.

При цьому таке опитування може здійснюватись у двох варіантах: непараметричне і параметричне. Непараметрична соціометрія дає змогу відповісти на запитання соціометричної картки без обмежень кількості виборів досліджуваного, коли він, безумовно, позитивно ставиться до цього опитування. Якщо в групі нараховується, скажімо, 12 військовослужбовців, то в цьому разі кожен із досліджуваних може вибрати 11 осіб (крім самого себе).

Перевагою цього варіанта є те, що він дає змогу виявити так звану експансивність кожного члена групи, а разом із тим зробити зріз різновидів міжособистісних стосунків міжгрупової структури. Проте при збільшенні чисельності групи до 15–20 осіб цих взаємин стає так багато, що без обчислювальної техніки проаналізувати їх дуже складно.

Другий варіант – параметрична соціометрія з обмеженням кількості виборів. Досліджуваному пропонують вибрати всього 3–5 осіб на основі двох видів критеріїв: формальних і неформальних. Формальні критерії визначають особливості міжособистісних взаємин, які ґрунтуються на ділових якостях партнерів спільної діяльності. Неформальні, навпаки, спираються на емоційні якості партнерів, вони визначаються почуттями симпатій або антипатій між військовослужбовцями. Розрізняють позитивний критерій, коли від досліджуваного вимагається демонструвати свою прихильність у виборі партнера, і негативний, коли досліджуваний має показати своє критичне або емоційно-негативне ставлення до деяких членів групи.

Бажано, щоб соціально-психологічна структура групи визначалася за допомогою порівняльного аналізу відповідей досліджуваних мінімум на два запитання – на одне формальне й одне неформальне. Максимальна кількість

критеріїв у дослідженні: для молодих військовослужбовців 1–3, для військовослужбовців старших призовів 2–4.

Величина обмеження кількості соціометричних виборів дістала назву соціометричного обмеження, або ліміту виборів.

Вважають, що запровадження соціометричних обмежень значно посилює надійність соціометричних даних і поліпшує статистичну обробку досліджуваного матеріалу. Таке обмеження змушує досліджуваного уважніше ставитися до своїх відповідей, обирати для відповіді тільки тих членів групи, які справді відповідають запропонованим ролям партнера, лідера або товариша у спільній діяльності. Обмеження виборів значно знижує ймовірність випадкових відповідей і дає змогу стандартизувати умови виборів, але, у свою чергу, дає офіцеру змогу порівняльного аналізу матеріалу різних груп. Нині вважається, що для груп 22–25 учасників мінімальна величина соціометричного обмеження має вибиратись у межах 2–3 виборів. Недолік параметричної процедури становить неможливість розкрити різноманітність взаємин у групі. Можна виявити тільки найбільш суб'єктивно значущі стосунки. Соціометрична структура групи в результаті такого підходу відображатиме лише найтипівіші вибрані комунікації. Запровадження соціометричного обмеження не дає можливості визначати емоційну експансивність членів групи. При складанні програми дослідження (див. дод. 4) можна запланувати здійснення соціометричного опитування як у першому, так і в другому варіанті. У такому випадку можна одержати змістовніший матеріал.

Загальні вимоги до організації психологічного обстеження

Психологічне обстеження доцільно проводити у ранкові годинники. У ніч, що передує обстеженню, військовослужбовці не повинні залучатися до несення служби в наряді або виконанню господарських робіт. Методики соціально-психологічного вивчення, психологічного обстеження можуть пред'являтися в індивідуальному або груповому порядку.

Групове обстеження проводиться у спеціальному приміщенні, де підтримується нормальна температура повітря, достатнє природне і штучне освітлення, гарні звукоізоляція та вентиляція. Робочі місця обстежуваних осіб повинні бути зручно обладнані та пронумеровані. Варто вжити заходів, що запобігають перериванню обстеження, відгородити обстежуваних від усього, що може відволікати їхню увагу від роботи.

Обстеження групи чисельністю 10–20 чоловік проводиться психологом і 1–2 помічниками (підготовленими солдатами, сержантами). Перед початком обстеження помічник розкладає на робочі місця папки з бланками методик і заточені олівці (кулькові ручки). Реєстраційні бланки, анкети та інші матеріали у папках повинні лежати в тій послідовності, якій будуть пред'являтися. У приміщенні розвішуються необхідні матеріали, демонстраційні таблиці, плакати. За необхідності перевіряється і настроюється проекційна та звуковідтворююча апаратури. У випадку використання апаратурних методик повинна бути перевірена їх справність і проведена настроювання. При цьому особлива увага звертається на суворе дотримання правил техніки безпеки.

Заздалегідь за абеткою складається список обстежуваних. Відповідно до порядкових номерів у списку обстежувані сідають за заздалегідь пронумерованих робочих місцях. Перед початком обстеження психолог проводить опитування про самопочуття і стан здоров'я. Особи, які висловили скарги на погане самопочуття і стан здоров'я, до обстеження не допускаються. Про це робиться відповідна відмітка в іменному списку групи. Після опитування психолог знайомить обстежуваних з метою і порядком роботи.

Успішність соціально-психологічного вивчення і психологічного обстеження забезпечується формуванням правильного ставлення військовослужбовців до виконання всіх завдань та інструкцій, установки на якісну й ефективну роботу. З цією метою психолог повинен ясно й коротко роз'яснити обстежуваним значущість одержуваних при обстеженні результатів для кожного військовослужбовця окремо і для всього підрозділу. Безпосередньо перед початком обстеження дається вступна інструкція, текст якої необхідно відтворювати дослівно.

Ввідна інструкція. “Товариші військовослужбовці! Сьогодні вам буде запропонований ряд питань, завдань, результати виконання яких будуть використані тільки психологом частини з метою надання вам допомоги в період адаптації до військової служби, у повсякденному житті й у ході виконання службово-бойових завдань (за наявності іншої мети чітко її сформулювати і вписати в інструкцію).

Для успішного виконання завдань необхідно дотримуватися таких рекомендацій:

1. Уважно вислуховуйте інструкцію до кожного завдання. Якщо після пояснення у вас виникають питання, задайте їх, попередньо піднявши руку. Перед виконанням завдання ви повинні добре розуміти, що від вас вимагають.

2. Чітко виконуйте команди керівника про початок і закінчення роботи.

3. Працюйте самостійно. Не відволікайте від роботи товаришів, не розмовляйте. Якщо виникнуть питання під час роботи, підніміть руку, до вас підійдуть і допоможуть.

4. За командою “Стоп!” необхідно підкреслити останнє виконане завдання, покласти олівець (ручку) і перегорнути реєстраційний аркуш.

5. Той, хто впорається із завданням раніше відведеного часу, повинен підняти руку, записати на реєстраційному бланку свій час виконання, перегорнути реєстраційний аркуш і мовчки спокійно чекати на закінчення роботи всієї групи (відділення, взводу).

“Чи є до мене запитання?”

Відповівши на запитання, психолог робить необхідні роз'яснення і пропонує військовослужбовцям заповнити паспортну частину реєстраційних бланків (при анонімному обстеженні ця процедура випускається) і тільки після цього приступає до виконання конкретних методик.

Перед виконанням кожної окремої методики психолог проводить докладне пояснення її сутності, активно використовуючи при цьому демонстраційні плакати. Інструкцію до кожної методики варто зачитувати дослівно або відтворювати за допомогою магнітофона, тому що заміна або пропуски

окремих слів і фраз можуть істотно викривити розуміння методики й негативно відбитися на результатах обстеження.

У процесі тестування психолог подає відповідні команди, а помічник (за його відсутності – сам психолог) фіксує за секундоміром час виконання окремих завдань. У приміщенні необхідно підтримувати сувору дисципліну й порядок.

З метою запобігання стомлення програму обстеження доцільно побудувати таким чином, щоб однорідні за змістом методики не виконувалися підряд, а чергувалися з іншими. Має сенс менш складні завдання пропонувати на початку й наприкінці обстеження. Після години роботи необхідно робити 10-хвилинні перерви. Загальна тривалість обстеження не повинна перевищувати 3–4 годин. Щоб уникнути перекручування результатів обстеження не рекомендується змінювати один раз прийнятий порядок (черговість) пред'явлення окремих завдань.

Перераховані вимоги повинні дотримуватись і при індивідуальному обстеженні.

Отже, знання методики військово-психологічного дослідження й додержання її принципів організації завжди допоможе запобігти неефективним діям, процедурним дослідженням і сприятиме досягненню мети дослідження й отриманню об'єктивної інформації.

Питання для самоконтролю

1. Розкрийте сутність методології і принципів психологічного вивчення особового складу.
2. Дайте визначення програми психологічного вивчення індивідуальних особливостей особистості та назвіть її основні елементи.
3. Розкрийте зміст основних елементів програми психологічного вивчення індивідуальних особливостей особистості.
4. Охарактеризуйте основні методи вивчення особистості і малої групи військовослужбовців.
5. Охарактеризуйте загальні вимоги до організації психологічного вивчення особистості та малої групи військовослужбовців.
6. Розкрийте структуру побудови програми й методику вивчення психологічних особливостей військовослужбовця.
7. Розкрийте завдання, сутність та процедуру використання у психологічному дослідженні соціометричної методики.

Розділ IV. ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ ВНУТРІШНІХ ВІЙСЬК МВС УКРАЇНИ

4.1. Донозологічні негативні психічні реакції і стани, які можуть виникати у військовослужбовців внутрішніх військ МВС України під час виконання службово-бойових завдань

Під час виконання військовослужбовцями внутрішніх військ службово-бойових завдань має місце тривале напруження фізіологічних і психічних ресурсів організму, що веде до виснаження захисних сил. Такі психологічні фактори, як мотивація, спрямованість до ефективного виконання службово-бойових завдань можуть за рахунок тимчасової високої мобілізації резервів організму компенсувати несприятливі прояви негативних реакцій і станів у військовослужбовця, допомагати підтриманню досить високої бое- та працездатності. Тривале перебування у стані високої мобілізації може призвести до загострення у військовослужбовця наявних захворювань і викликати інші небажані наслідки.

Крім того, в екстремальних умовах відбувається різка перебудова мотиваційної сфери військовослужбовця. Чим незвичайнішими будуть умови, тим більші зрушення відбудуться у психіці військовослужбовця. Вплив екстремальних факторів на військовослужбовця може призвести до виникнення у неї різних розладів психогенного характеру.

Стомленість характеризується як тимчасове зниження працездатності під впливом тривалого навантаження (фізичного, психічного). При цьому специфіка стомленості істотно залежить від виду навантаження, часу, необхідного для відновлення вихідного рівня працездатності й рівня локалізації стомленості. Виділяють такі її види: фізична й нервово-психічна; гостра і хронічна; м'язова, сенсорна, інтелектуальна тощо.

Перевтома – хронічний стан, у розвиненому вигляді належить до категорії патологічних станів. Головною ознакою перевтоми є стійке порушення у перебігу й зміні фаз працездатності. До початку роботи вихідний рівень працездатності вже різко знижений, діяльність здійснюється на рівні фази субкомпенсації.

Тривога характеризується відчуттям невизначеної загрози, характер і (або) час виникнення якої не піддаються прогнозуванню, відчуттям загального побоювання і тривожного очікування, невизначеної занепокоєності, являє собою результат виникнення або очікування якої-небудь події. Неусвідомленість причин, що викликали тривогу, може бути пов'язана з браком або відсутністю інформації, що дозволяє необхідною мірою аналізувати ситуацію, з неадекватністю її логічної переробки або неусвідомленням факторів, що викликають тривогу в результаті включення психологічного захисту. Недостатня структурованість ситуації може бути результатом несумісності інформації про причини тривоги з установками суб'єкта. Інтенсивність тривоги сама по собі знижує можливість логічної оцінки інформації.

Механізмом тривоги є зв'язок психічного стресу із включенням психологічної змінної – загрози, відчуття якої являє собою центральний елемент тривоги й обумовлює її біологічне значення як сигнал неблагополуччя й небезпеки. Тривогу можна розглядати як психічний стан, що виражається в переживаннях, побоюваннях і порушенні спокою, які викликані можливими і ймовірними неприємностями або затримкою приємного й бажаного. При оцінці залежності між тривогою й психічною адаптацією істотно, зазначені специфічні переживання співвідносяться зі змінами звичної обстановки.

Під *тривожністю* розуміється схильність індивіда до переживання тривоги, що являє собою емоційний стан, який виникає в ситуації невизначеної небезпеки і виявляється в очікуванні неблагополучного розвитку подій. На відміну від страху як реакції на конкретну загрозу тривога – це страх безпредметний. Вона може виявлятися як відчуття безпорадності, невпевненості в собі, безсилля перед зовнішніми факторами, перебільшення їх могутності й загрозливого характеру. Поведінкові прояви тривоги полягають у загальній дезорганізації діяльності, що порушує її спрямованість і продуктивність. Звичайно підвищена тривожність при нервово-психічних захворюваннях, у осіб з поведінкою, що відхиляється від норми, а також у здорових військовослужбовців, які переживають наслідки психічної травми.

Іноді тривогу розглядають як форму адаптації організму в умовах гострого або хронічного стресу. Однак тривога являє собою не стільки форму психічної адаптації, скільки сигнал, що свідчить про її порушення й активує адаптивні механізми. Таким чином, тривога може відігравати охоронну й мотиваційну роль, яку можна порівняти з роллю болю. З виникненням тривоги пов'язуються посилення поведінкової активності, зміна характеру поведінки або включення механізмів інтрапсихічної адаптації. При цьому зменшення інтенсивності тривоги сприймається як свідчення достатності й адекватності реалізованих форм поведінки, як відновлення раніше порушеної адаптації.

Тривога, яка неадекватна ситуації за інтенсивністю й тривалістю, перешкоджає формуванню адаптивної поведінки, призводить до порушення поведінкової інтеграції, до виникнення вторинних (усвідомлених або неусвідомлюваних) проявів, які поряд із тривогою визначають психічний стан суб'єкта, а у випадку розвитку клінічно виражених порушень психічної адаптації – картину цих порушень. Таким чином, тривога лежить в основі будь-яких (адаптивних і неадаптивних) змін психічного стану й поведінки, зумовлених психічним стресом.

Відчуття внутрішньої напруженості – це елемент тривожного ряду, що відбиває найменшу інтенсивність тривоги. Створюючи напруженість, сторожкість, а при достатній виразності – і тяжкий душевний дискомфорт, водночас це відчуття не має відтінку загрози, а є сигналом імовірного наближення більш важких тривожних явищ. Саме цей рівень тривоги має найбільш адаптивне значення, оскільки відчуття внутрішньої напруженості сприяє інтенсифікації і модифікації активності, включенню механізмів інтрапсихічної адаптації і при цьому може не супроводжуватися порушеннями поведінки.

Гиперестезичні реакції при наростанні тривоги змінюють відчуття внутрішньої напруженості або приєднуються до нього. При проявах гіперестезичних реакцій (підвищеного відчуття) раніше нейтральні стимули набувають значущості, при великій їх виразності таким стимулам надають негативного емоційного забарвлення, що є основою недиференційованого реагування, описаного як дратівливість. Підвищення значущості раніше нейтральних впливів може супроводжуватися відчуттям посилення й інтенсивності, особливо часто це стосується слухових відчуттів, гіперакузії, трохи рідше зорових і тактильних.

Відчуття невідворотності катастрофи, що насувається. Наростання інтенсивності тривожних розладів приводить суб'єкта до висновку про неможливість уникнути погрози, навіть якщо вона пов'язується з конкретним об'єктом, з певною ситуацією. Так, страх перед можливим виникненням важкого соматичного захворювання з появою відчуття невідворотності катастрофи, що насувається, переміняється жахом перед неминучою і близькою загибеллю. Можливість виникнення відчуття невідворотності катастрофи, що насувається, залежить тільки від інтенсивності тривоги, а не від попереднього страху. При наростанні інтенсивності тривоги це відчуття може виникнути на базі будь-якого страху, реальність якого не свідчить про можливість катастрофи. Невідвратною може уявлятися навіть невизначена загроза. У цьому випадку розвиток тривожних розладів досягає ступеня невідворотності катастрофи, що насувається, минаючи стадію страху.

Тривожно-боязке збудження. Потреба в руховій розрядці при відчутті невідворотності катастрофи, яка насувається, панічні пошуки допомоги виявляються у тривожно-боязкому збудженні, що являє собою найбільш виражений із розладів тривожного ряду. При тривожно-боязкому збудженні, що спричиненому тривоною, дезорганізація поведінки досягає максимуму і цілеспрямована діяльність практично неможлива.

Страх є однією з головних причин дезадаптивної поведінки військовослужбовців. Залежно від ситуації і психологічних особливостей особистості переживання страху варіюють у широкому діапазоні: невпевненість, побоювання, тривога, переляк, паніка, розпач, жах. У тих випадках, коли переживання страху досягає сили афекту, воно нав'язує військовослужбовцю стереотипи так званої "аварійної" поведінки, що склалась у процесі біологічної еволюції. У цей момент розум людини повністю відключається і людина діє "не пам'ятаючи себе". У цьому випадку самі її дії виявляються нераціональними, часто такими, які призводять до досить негативних наслідків.

Неконтрольований страх змушує тремтіти, кричати, плакати, сміятися. У цей момент "смокче" під ложечкою, тремтять руки, ноги стають "ватяними", дзенькає у вухах, застряє ком у горлі, калатає серце, перехоплює подих, дибляться волосся, розширюються зіниці, по спині "біжать мурашки", людина блідне. Страх змушує бігти у невідомому напрямку, або стояти нерухомо й дивитися в одну точку.

Саме втеча, заціпеніння або агресія є стереотипними способами “аварійного виходу” із ситуації, коли військовослужбовець не може знайти прийнятної поведінки. У зв'язку з цим, необхідно пам'ятати такі психічні стани, як ажитація, ступор, сутінки свідомості.

Ажитація виражається у прагненні втекти, сховатися, не бачити й не чути того, що його злякало. Наприклад, військовослужбовець заплющую очі, втягує голову в плечі, прикриває обличчя або тіло руками, нахиляється до землі, відштовхується від джерела небезпеки, біжить геть. У цей час в організмі відбуваються серйозні зміни: кров у великому обсязі спрямовується до органів, що забезпечують рух; кров відливається від інших органів, особливо від головного мозку, погіршується його робота, налякана людина часто не знає, що їй робити. Підвищення рівня адреналіну в крові на деяких людей чинить зворотний вплив – паралізує м'язи.

Ступор виявляється в тому, що людина залякає на одному місці, стає вкрай повільною і неспритною тому, що м'язи судорожно стискаються, їх кровопостачання різко погіршується, координація рухів порушується.

Сутінковий стан свідомості виражається в порушенні пам'яті, людина не пам'ятає того, що вона тільки що робила, алогічності мислення, емоційному перезбудженні. Зовні сутінки свідомості походять на божевілья, непослідовні або безглузді агресивні дії відносно джерела страху, але повномасштабна агресія як форма прояву страху, зустрічається досить рідко.

Однак у випадку, коли психіка військовослужбовця досить стійка, а службово-бойова ситуація йому вже знайома з особистого досвіду або відпрацьована під час тренувань, природне для будь-якої нормальної людини відчуття страху звичайно виражається у вигляді “передстартової лихоманки”. Різниця між сміливим і легкодушним полягає в тому, що страх першого перебуває під контролем, а страх другого не контролюється.

Рівень страху в критичній ситуації залежить від самооцінки ефективності своєї поведінки. З підвищенням страху людина оцінює свої ресурси відповідними вимогами екстремальної ситуації, а саму ситуацію – як більш контрольовану й менш загрозливу. Аналіз успішної поведінки людей у критичних ситуаціях показує, що вони були зосереджені на особистих здібностях і вміннях адекватно реагувати. При цьому оцінка ефективності своїх умінь сама по собі не зумовлює до відповідну поведінку без адекватної оцінки ступеня загрози, лише загальна оцінка впливає на готовність людини перебороти складну ситуацію.

Більшість визначень **паніки** пов'язане із проявом масового страху перед реальною або уявною загрозою, станом періодичного переляку, жаху, що нарастають у процесі взаємного “зараження” ними. За масштабами розрізняють індивідуальну, групову й масову паніку. У випадку групової і масової паніки кількість людей, нею охоплених, різна: групова – від двох-трьох до кількох десятків і сотень людей; масова – більше тисячі людей. При знаходженні в обмеженому, замкнутому просторі якщо панікою охоплена більша частина людей, вона також вважається масовою (незалежно від їхньої загальної кількості).

За глибиною охоплення паніка поділяється на легку, середню й повну. Легку паніку можна відчутти при затримці транспорту, поспіху, при раптовому, але не дуже сильному сигналі (звук, спалах тощо). При цьому людина зберігає майже повне самовладання, критичність. Зовні така паніка може виражатися лише через легку здивованість, заклопотаність, напруженість м'язів.

Середня паніка характеризується значною деформацією свідомих оцінок особистості, що проявляється у зниженні критичності, зростанні страху, схильністю до зовнішніх впливів. Типовий приклад середньої паніки – скуповування товарів у магазинах при поширенні справедливих або фіктивних чуток про підвищення цін, зникнення товарів із продажу тощо. Паніка середнього ступеня часто виявляється при проведенні воєнних операцій, при невеликих транспортних аваріях, пожежі, якщо вона близько, але безпосередньо не загрожує здоров'ю та життю, різних стихійних лихах.

Повній паніці властиві відключення свідомості, вона настає при відчутті великої, явної або уявної смертельної небезпеки. У цьому стані людина повністю втрачає свідомий контроль за своєю поведінкою: неадекватна активність, іноді біг прямо в напрямок небезпеки, різноманітні хаотичні дії, безглузді некритичні вчинки тощо.

За тривалістю паніка може бути короткочасною (секунди, де кілька хвилин), досить тривалою (десятки хвилин, години), пролонгованою (кілька днів, тижнів).

Головними причинами паніки прийнято вважати страх, жах, що нерідко виявляються при неготовності людини до несподіванок, раптових небезпек, відсутності відповідної критики при оцінці конкретних ситуацій (“у страху очі великі”). Серед причин паніки у військовослужбовців внутрішніх військ може бути низький рівень дисципліни, брак авторитету командирів.

Тривалі переживання, побоювання, невизначеність ситуації, нагромадження тривоги, передбачувані небезпека, негоди – все це створює сприятливе підґрунтя для виникнення паніки, а каталізатором може бути будь що. Механізм розвитку бурхливої динамічної паніки можна представити як усвідомлений, частково усвідомлений або неусвідомлений ланцюг: включення пускового сигналу (спалах, вибух, обвал приміщення тощо); відтворення образу всебічної небезпеки; активізація захисної системи організму на різних рівнях свідомості й інстинктивного реагування й наступна панічна рухлива поведінка, однак може бути й пасивне реагування, загальмованість.

Динаміка переходів прихованих форм паніки у деякі різновиди відкритих практично не піддається логічному прогнозу. Виникнення панічних станів може спричинити конкретна інформація, чутки, у тому числі й малоправдоподібні або значущі, які завжди усвідомлюються через суб'єктивні установки та оцінки.

Однак наявність досвіду переживання тривалої тривоги й перебування у стані прихованої паніки дозволяє виробити певну стійкість до впливів негативного характеру, які знов виникають.

У психології проблема впливу важких ситуацій і наслідків, які вони викликають, аналізується, головним чином, при вивченні наслідків фрустрації.

В психологічній літературі термін “*фрустрація*” використовується у двох значеннях:

1) несприятливі обставини, які гальмують або заважають досягненню певної мети;

2) стани, що виникають унаслідок перешкоди, поразки.

Фруструючі події призводять до певного типу поведінки, виділяють позитивні й негативні реакції на фрустрацію.

Позитивні реакції фрустрації являють собою конструктивні подолання перешкоди, ефект досягається шляхом посилення прагнення, спрямованого на вирішення проблеми. Очевидно, багато наукових відкриттів, успіхи в розвитку техніки й культури були стимульовані фруструючими подіями в житті людей. В іншій ситуації фрустрація здатна направити енергію індивідуума по іншому, але також конструктивному шляху активності.

Негативні реакції фрустрації можуть спричиняти різні форми неконструктивної поведінки, до яких відносять: агресію, регресію, фіксацію, відмову, негативізм, репресію.

Агресія, спрямована на іншу особу або об’єкт. Форми агресії можуть бути фізичними й вербальними, іноді агресія має прихований, замаскований характер. Агресія, що переходить у гнів, проявляється у бурхливих і неадекватних реакціях. При виникненні агресивних реакцій необхідно враховувати комплекс соціально-психологічних факторів, особливості впливу середовища на різних етапах, виховання, роль родини й суспільства в цілому.

Іншою формою реакції на фрустрацію є *регресія*, яка виражається у поверненні до форм реагування, поведінки, властивої людині на більш ранньому етапі життя. При цьому можливе виникнення інфантильних реакцій, властивих дитячому віку. До регресивної форми реагування також відносять примітивізацію в поведінці, посилення жестикуляції, застосування фізичної сили.

Нерідко наслідок фрустрації виявляється у вигляді *фіксації* – повторенні неефективних способів поведінки. Фіксація буває в осіб, схильних до демонстративної поведінки, псевдології, які, незважаючи на кількаразову дискредитацію у відносинах з людьми, систематично повторюють застосування тих самих нерезультативних прийомів.

Відмова являє собою тенденцію особистості не брати участь у вирішенні власної проблеми, розвивається апатичний підхід до ситуації. Реакція типу відмови є найбільш несприятливим наслідком фрустрації.

Однієї з форм негативних реакцій на фрустрацію є *негативізм*, для якого характерно негативне ставлення не тільки безпосередньо до ситуації, але й до інших подібних проблем.

Репресія характеризується блокуванням, витисненням із свідомості неприємних ситуацій, необхідних для вирішення питань. Така форма поведінки, полягає в підході, що проблема зникне, коли про неї не думати.

4.2. Посттравматичні стресові розлади, які можуть виникати у військовослужбовців внутрішніх військ після виконання службово-бойових завдань

Службово-бойова діяльність військовослужбовців внутрішніх військ МВС України часто проходить в екстремальних умовах, які характеризуються сильним психотравмуючим впливом на психіку особового складу складних подій і обставин. Найпотужнішими стресорами є загроза здоров'ю та життю. Осіб, які пережили подібні ситуації, відносять до групи підвищеного ризику виникнення посттравматичних стресових розладів (ПТСР).

У виникненні ПТСР більшість авторів виділяють такі *основні групи симптомів*:

1) надмірне збудження, що включає вегетативну лабільність, порушення сну, тривогу, нав'язливі спогади, фобічне уникнення ситуацій, які асоціюються з травматичною;

2) періодичні приступи депресивного настрою: притупленість почуттів, емоційне зачеплення, розпач, відчуття безвихідності;

3) риси істеричного реагування: різноманітні паралічі, сліпота, глухота, припадки, нервові тремтіння.

Серед невротичних і психопатологічних синдромів, що характерні для стану ПТСР, виділяються такі:

– “солдатське серце” характеризується болем за грудиною, серцебиттям, переривчастістю дихання, підвищеною пітливістю;

– синдром людини, що вижила – хронічне відчуття провини людини, що залишилася в живих;

– флешбек-синдром, який характеризується насильними спогадами, що вторгаються у свідомість людини, нестерпними подіями минулого;

– комбатантна психопатія виявляється у вигляді агресивності й імпульсивної поведінки зі спалахами насильства, зловживанням алкоголю і наркотиків, безладністю сексуальних зв'язків при замкнутості й підозрілості;

– синдром прогресуючої астенії спостерігається після повернення до нормального життя у вигляді швидкого старіння, падіння ваги, психічної млявості і прагнення спокою;

– посттравматичні рентні стани такі, як набута інвалідність із усвідомленою вигодою від належних пільг і привілеїв з переходом до пасивної життєвої позиції тощо.

Ці стани нестатичні, посттравматична симптоматика з віком може ставати дедалі більше вираженою. Крім виділених форм відзначаються інші варіанти, що включають посттравматичну симптоматику. Більшість із них виходять за рамки ПТСР і відповідають таким категоріям, як реактивні ендормні шизофреноподібні психози або стани, що імітують ПТСР.

Діагностичними критерії ПТСР такі: 1) наявність екстремальної події; 2) психотравмуюча подія, яка має місце у виниклих психічних розладах; 3) при посиленні актуальності психотравмуючої ситуації підсилюється психогенна

реактивна симптоматика, а при зниженні – психотравмуюча симптоматика зменшується; 4) поява астено-невротичного синдрому, тривожності; 5) тривалість стійких порушень повинна бути не менш 1 місяця.

Загальним обов'язковим критерієм для діагностики постстресових порушень є факт переживання особою *події, яка виходить за межі звичайного людського досвіду*, і здатна травмувати психіку практично будь-якої здорової людини, наприклад, серйозну загрозу життю і здоров'ю, як своєму, так і близьких або друзів; раптове руйнування житла або громадської будівлі тощо.

Структура розладів психічної діяльності містить дві взаємозалежні підгрупи порушень. Це симптоми нав'язливого вторгнення у свідомість образів, спогадів і емоцій, пов'язаних із змістом психотравмуючих обставин, що спричиняють сильний психологічний дистрес у індивіда; “симптоми уникнення”, що проявляються у прагненні і спробах наполегливо уникати думок, почуттів, розмов, осіб, місць і діяльності, що викликають спогади про травму. При цьому відзначаються такі явища, як звуження спектра і зменшення сили емоційного реагування, помітне зниження інтересу й участі у раніше значущих видах діяльності, відчуття залежності або відчуженості від людей, скорочення або відсутності майбутнього тощо.

Іншою загальною для підгрупою симптомів є стійкі симптоми фізіологічної гіперактивації, яких не було до травми. Вони виявляються у такому:

- порушення сну (складне засинання, безсоння);
- дратівливість, вибухи раптового гніву;
- труднощі у зосередженні, концентрації уваги;
- підвищена пильність, не відповідній звичайним обставинам;
- готовність до оборонної реакції “бий або біжи”.

Поряд із психопатологічною оцінкою часто використовується психологічна кваліфікація постстресових переживань. Найтипівішими вважаються такі: відчуття провини зате, що вижили; страх повторення травми; страх втрати самоконтролю й контролю над агресивними спонуканнями; відчуття вразливості; прагнення до пошуку винних; ворожість до непотерпілих; агресивність; провинна або сором за отриману психологічну травму; біль утрати інших людей або частини себе; самоізоляція, відчуженість, підозрілість; потяг до ризику; переживання власної нечистоти, зіпсованості; парадоксальне, у тому числі й позитивне, ставлення до людини, яка завдала травму, ідентифікація себе з нею тощо.

У осіб, що пережили екстраординарну стресову подію, відбуваються певні зміни особистості, вони гранічні між психогеніями і персоногеніями. Зміни особистості, що виникають після екстраординарних стресових подій, є тим випадком, коли такі зміни особистості можуть бути винятково психогенного впливу. Вплив травматичної стресової події може призводити до таких варіантів змін особистості:

- 1) формування позитивних, адаптивних змін, зміцнення характеру;
- 2) формування негативних, дезадаптивних патологічних змін особистості;

- 3) посилення специфічних стадій розвитку;
- 4) розвиток ПТСР без змін особистості;
- 5) розвиток ПТСР у сполученні з патологічними змінами особистості.

Постстресові зміни особистості можуть включати весь діапазон рівнів від акцентуацій до патохарактерологічних особливостей розвитку особистості. Вони можуть виникати безпосередньо після стресової події, частіше тривалої, або в результаті хронічного постстресового розладу: невротичного розвитку особистості, постреактивного розвитку особистості.

4.3. Методи надання психологічної допомоги військовослужбовцям внутрішніх військ

Аутогенне тренування (АТ) – активний метод психотерапії, психопрофілактики і психогієни, при якому підвищуються можливості саморегуляції основних функцій організму, досягається регуляція емоційно-вегетативних реакцій, зокрема, зменшення емоційної напруженості. Цей метод використовується не тільки у клінічній практиці, але й у ряді професій, пов'язаних з гострими або хронічними стресовими ситуаціями. Основні прояви порушень психіки, які можуть піддаватися корекції за допомогою АТ, такі:

1. Розлади сну у вигляді порушення засинання, поверхневого сну, раннього пробудження, відсутності відчуття відпочинку після сну; рухові психічні нічні кошмари, що призводять до відчуття підвищеної втоми, зниження працездатності, швидкої стомлюваності тощо. У цьому випадку використання прийомів АТ з метою швидкого відпочинку й відновлення сил, а також регуляції сну дозволяють поліпшити його структуру, підвищити працездатність.

2. Емоційне збіднення, підвищена збудливість (нестриманість, дратівливість, лють, гнів, потяг до насильства) і тривожність (відчуття напруженості, нервозності, ненадійності, страху), що супроводжуються вегетативними проявами, відбиваються на сімейному житті та якості міжособистісних відносин. Ці прояви спричиняють підвищену конфліктність, соціальну ізоляцію, зловживання алкоголем або наркотиками. Застосування АТ з метою зниження емоційного напруження, тривожності й поліпшення настрою в цьому випадку є ефективним методом психотерапії для розширення адаптаційних можливостей людини.

3. Порушення концентрації уваги; знижений настрій та мотивація (почуття пригніченості, безнадійності, марності, відчуття зниження життєвої енергетики, відсутність інтересу до чогось).

4. Подолання болю і самостійне регулюванням таких функцій організму, як кровообіг, частота серцевих скорочень і подихання.

Аутогенне тренування є індивідуально-груповою методикою, тому що групове навчання закріплюється індивідуальним (аутогенним) застосуванням. Навчання проводиться протягом 15–20 занять під керівництвом психолога. Кожне заняття починається з елементів попередніх вправ. Далі йде обговорення самостійних занять, проводиться бесіда про мету вправи, прийоми й механізми

її досягнення. Наприкінці заняття дається домашнє завдання. Оптимальний склад групи – 8–12 чоловік. Навчання необхідно проводити у просторому тихому приміщенні при кімнатній температурі. Основні пози тренування: сидячи, напівлежачи або поза “кучера на джоггах”. Пози лежачи може бути рекомендована тільки для самостійних занять. Потрібно пам'ятати, що пози повинні бути симетричними. Спеціальна методика виходу дозволяє за короткий час ефективно перейти від аутогенного стану до максимальної активності. Перед початком курсу проводиться вступна бесіда, під час якої психолог дає загальні інструкції, пояснює принципові положення АТ, показує й закріплює основні прийоми у тих, кого навчають, створюючи позитивну установку про сприятливу дію АТ на організм.

Курс аутогенного тренування складається із попередніх вправ і самого методу за Шульцем або його різних модифікацій. Попередні вправи займають важливе місце у тренуванні релаксації і можуть продемонструвати більше високу ефективність, ніж безпосередньо саме аутогенне тренування. До попередніх вправ відносять таку дихальну гімнастику: ранковий (мобілізуючий) і вечірній (заспокійливий) тип; ритмічне черевне (діафрагмальне) подання; ідеомоторне тренування, а також вправи в розслабленні попереково-смугастої мускулатури. Як попередні вправи для розслаблення цієї мускулатури може використовуватися метод прогресивної м'язової релаксації, який ефективний для навчання розслабленню, зниження емоційної напруженості, тривожності й поліпшення настрою.

Активна м'язова релаксація (АМР) – процес виконання ряду найпростіших вправ, які можуть знижувати мимовільне напруження попереково-смугастої мускулатури і значно знижувати тривожність, надмірну нервово-психічну напруженість і зменшувати патогенну дію емоційного стресу.

При постійних щоденних, нетривалих за часом заняттях, у людини відзначається прогресуюча тенденція до розвитку звички відпочивати у будь-яких умовах професійної діяльності, тим самим формується психологічна установка, яка характеризується меншою збудливістю і схильністю до стресів, у тому числі і в умовах службово-бойової обстановки. Використання методу активної м'язової релаксації показано у випадках наявності у військовослужбовців вираженої нервово-психічної напруги, невротичних реакцій, що супроводжуються фобіями й порушеннями сну. Крім того, дана методика показана військовослужбовцям, професійна діяльність яких супроводжується тривалим перебуванням у вимушеній робочій позі або пов'язана з більшими фізичними навантаженнями.

Навчання військовослужбовців прийомам активної м'язової релаксації здійснюється психологом як у груповому (8–10 чоловік), так і індивідуальному варіантах. Під час ознайомчого інструктивного заняття психолог дає загальні інструкції, пояснює принципи дії активної м'язової релаксації, відпрацьовуються основні прийоми, створює позитивну установку про сприятливу дію даної методики на організм військовослужбовця. Загальний час ознайомчого інструктивного заняття займає 25–30 хвилин. Загальний курс

самостійних занять військовослужбовців за тривалістю повинен займати по 15–20 хвилин щодня 2–3 тижні.

Методика пасивної м'язової релаксації полягає в зосередженні уваги пацієнта на сенсорних сигналах, що надходять із конкретних груп попереково-смугастих м'язів і наступному їх розслабленні у процесі безпосередньої концентрації уваги на цих м'язових групах.

Показання до використання методу пасивної м'язової релаксації такі ж самі, що і з активною м'язовою релаксацією. Однак даний метод є найбільш дієвим для нормалізації сну, що в екстремальних умовах діяльності потерпає в першу чергу. Перевага методу пасивної м'язової релаксації полягає в тому, що військовослужбовець може займатися релаксацією в будь-яких умовах, не привертаючи до себе уваги. Навчання прийомам пасивної м'язової релаксації здійснюється психологом як у груповому, так і в індивідуальному варіантах. Під час ознайомчого інструктивного заняття психологом даються загальні інструкції, пояснюються принципи дії, спрацьовуються основні прийоми й елементи даної методики. Загальний час даного заняття становить 20–25 хвилин. Самостійні заняття пасивної м'язової релаксації здійснюються, як правило, перед сном протягом 15–20 хвилин. Крім того, дана методика може використовуватися вдень у зручний час з метою зняття зайвої нервово-психічної напруженості. Головним недоліком методу пасивної м'язової релаксації є те, що він недостатньо ефективний з появою відволікаючих думок або низького рівня інтелектуального розвитку військовослужбовця, у цьому випадку доцільно використовувати метод активної м'язової релаксації.

Раціональна психотерапія полягає у психологічному переконанні й формуванні правильного розуміння причин тимчасового погіршення психологічного та фізіологічного станів військовослужбовців, що виконують службово-бойові завдання.

Основними показаннями до проведення раціональної психотерапії є наявність у військовослужбовців невротичних реакцій і станів, девіантної поведінки. При здійсненні психологом заходів раціональної психотерапії головне полягає у розробленні адекватного ставлення до психосоматичних змін, розуміння природи виникнення цих порушень і формування стійкої установки на те, що такі відхилення у стані здоров'я ситуативне зумовлено й мають транзиторний характер.

Раціональна психотерапія характеризується дещо директивним підходом із залученням авторитету психолога, його досвіду і знань, а також методик переконання, роз'яснення і підбадьорення військовослужбовців. Заходи раціональної психотерапії здійснюються як у груповому варіанті, так і індивідуально.

Групова раціональна психотерапія (15–20 чоловік) може здійснюватись у будь-яких приміщеннях, пристосованих для цього, або на відкритому повітрі, якщо дозволяють погодні умови. Орієнтовний час однієї бесіди 35–40 хвилин. При проведенні раціональної психотерапії психолог повинен упевненим тоном зрозуміло пояснити з позиції учення про вищу нервову діяльність та емоційний стрес причини й механізми виникнення невротичних симптомів і

психосоматичних змін у військовослужбовців під час виконання службово-бойових завдань. Зазвичай, однієї бесіди буває цілком достатньо, щоб заспокоїти слухачів, які починають розуміти, що з ними не трапилося якоїсь особливої незрозумілої хвороби, а відбувається природна фізіологічна реакція на ситуацію бойового стресу. У процесі заняття психолог повинен довести до слухачів, що існують досить прості й дієві методи та способи зняття зайвого нервово-психічного напруження, які можуть застосовуватись у складній обстановці: активна й пасивна м'язова релаксація, використання деяких фармакологічних препаратів тощо.

Під час проведення раціональної психотерапії водночас здійснюється й реконструкція порушених відносин особистості військовослужбовців, корекція неадекватних поведінкових реакцій і форм їх прояву. Необхідно особливо зазначити, що наявність невротичних реакцій і станів може негативно позначатися на міжособистісних взаєминах у службовому колективі. Тому психолог повинен робити особливий наголос на те, тому що в складних умовах необхідно уважніше ставитися до товаришів по службі, усіляко підтримувати й підбадьорювати товаришів, стримувати прояв власних негативних емоцій.

Індивідуальна раціональна психотерапія здійснюється в умовах конфіденційності. Спочатку особу необхідно переконати, що бесіда спрямована на її благо, а вся інформація не стане надбанням командування й товаришів по службі. Потім доцільно дати можливість військовослужбовцеві виговоритися, "виплеснути" всі негативні емоції, які в нього накопичилися. З цією метою психолог може використати методику "збудливих спогадів", коли у процесі бесіди необхідно цілеспрямовано торкатися моментів, які особливо хвилюють військовослужбовця. У процесі індивідуальної раціональної психотерапії необхідно досягти повної довіри пацієнта. Для цього психолог повинен уважно слухати, не перебиваючи співрозмовника, усіляко демонструючи йому свою щирість і доброзичливість. Тому час однієї бесіди може сягати 1,5 години.

Для закріплення отриманого ефекту на завершальному етапі бесіди психологу доцільно аргументовано довести або спростувати основні положення, пов'язані з уявленням пацієнта про сутність питань, щодо хворобливих станів, і обов'язково намагатися вселити впевненість у кращому майбутньому.

Музично-колірний вплив використовується з метою позитивного впливу на психологічний стан військовослужбовців. Музика впливає на нервову систему людини, а через неї – на організм у цілому. Прослуховування спеціально підібраних музичних програм може сприяти нормалізації психічного стану, насамперед сфери емоційних переживань, а також підтримувати працездатність, попереджати розвиток станів стомлення, допомагати найшвидшому відновленню сил під час відпочинку після важкої роботи. Музика також може допомогти швидко мобілізуватися, зібратися із силами або навпаки відволікти, заспокоїти, підняти настрій, у ситуації тривожного очікування, при надмірному хвилюванні та емоційному напруженні.

Загальні вимоги для функціональної музики такі: повинна бути незнайомою для тих, хто слухає, і час від часу оновлятися, оскільки вплив

асоціацій із минулого досвіду людини, пов'язаних із звучанням знайомої музики, може вступати в суперечність із впливом, який здійснюється при її прослуховуванні функціональної. Функціональна музика має бути досить легкою для сприйняття, не містити багато незвичних для слуху звучань, але й не спрощеною. За емоційною насиченістю музика повинна бути середньою, з меншою емоційною розмаїтістю в межах однієї композиції, ніж це буває в музиці, що прослуховується в концертному залі, оскільки функціональна музика, як правило, буває лише підґрунтям для повсякденних занять. У музиці не має бути різких перепадів гучності, композиції, що становлять одну програму, повинні бути схожі за стилем, контрастувати різко за тональністю, тому що різкі контрасти завжди бувають сильним відволікаючим подразником, причому, найчастіше – негативно емоційно забарвленим.

У приміщенні з підвищеним рівнем шуму бажано, щоб тональність музики збігалася з основною тональністю шумів, причому там кращі електронні звучання. Найчастіше рекомендується використовувати інструментальну музику або вокальну незнайомою мовою, не надто великою але й не малою кількістю інструментів, що беруть участь. Музичний супровід використовується також при проведенні сеансів психологічної релаксації для формування стану аутогенного занурення на початковому періоді сеансу АТ, а також для виходу із цього стану в завершальній стадії, активації дихальної гімнастики та інших активізуючих процедур.

Крім музичного супроводу, доцільно використовувати методи *кольородинамічного впливу*. Ефективність такого комплексного впливу істотно зростає. Основний принцип візуального впливу, що використовується у методиці кольородинамічного впливу, полягає у проектуванні на екран звичайного розміру особливих рухомих кольорових плям різного розміру, усередині яких відбувається плавна зміна кольорів за допомогою поступового заповнення поточної кольорової плями новою, причому такий рух відбувається як від периферії до центра, так і навпаки. Сам колірний набір мозаїчних плям, що чергуються, режим зміни колірної гами зображень, його темпоритміка, напрямок ефектів руху, час експозиції і освітленість підбираються залежно від завдання корекційного впливу за типом релаксації або активації.

Ефект кольородинамічного впливу реалізується за рахунок розмаїтості й декоративності цих зображень, закладених у конструктивні можливості нових оптичних принципів перетворення дискретних колірних рядів у кольородинамічне зображення. Вони мають психологічний ефект реабілітації або активації. Від традиційних візуальних засобів їх істотно відрізняють динамізм, неповторність і абстрактність зображень, відсутність конкретних образів на екрані. Це викликає активне включення у процес корекційного впливу розширеного поля зору, загальмовування мнемічних і когнітивних процесів, що знижує пороги сугестивності. Прослуховування кольородинамічних музичних програм рекомендується сполучити з демонстрацією відеослайдів.

Поведінкова психотерапія заснована на принципі, який ґрунтується на тому, що не обов'язково розуміти визначальні психологічні причини щодо

зміни поведінки. Її мета – формувати і зміцнювати здатність до адекватних дій, набуття навичок, що дозволяють поліпшити самоконтроль.

Методи поведінкової психотерапії включають позитивне й негативне підкріплення, покарання, систематичну десенсибілізацію, градуйоване подання й самоконтроль. Поведінкова психотерапія передбачає заміну неприйнятних дій на прийнятні та використанні деяких методів, що ведуть до зменшення або припинення небажаної поведінки.

Когнітивна психотерапія. Залежно від того, яким чином пояснюються причини стресу, його подолання являє собою фокусування на проблемі (спробу змінити ситуацію) або концентрацію на емоційній стороні пережитої події (спробу змінити відчуття, що стали результатом стресу). Найважливішими детермінантами каузальної атрибуції є особистий атрибутивний стиль і локус контролю. Локус контролю може стримувати ефект травмуючої події. Каузальна атрибуція значно впливає на вибрані стратегії подолання стресу. Когнітивна терапія заснована на теорії, відповідно до якої поведінка людини визначається його думками про себе і свою роль у суспільстві. Деадаптивна поведінка обумовлена вкоріненими стереотипними думками, які можуть призвести до когнітивних перекручень або помилок у мисленні. Ця теорія орієнтована на корекцію подібних когнітивних перекручень і поведінкових установок, що є їх наслідками, спрямованими на самозахист. Когнітивна терапія являє собою короткостроковий метод психологічної корекції розрахований на 15–20 сеансів, що проводяться протягом 12 тижнів. У цей період пацієнти повинні усвідомити власні перекручені уявлення й установки. Передбачаються домашні завдання, які полягають у такому: пацієнтів просять написати, що вони відчувають у певних стресових ситуаціях (наприклад, “я недосконалий” або “нікому до мене немає справи”) і визначити основні припущення, які частково неусвідомлювані і провокують появу негативних установок. Такий спосіб називається розпізнаванням і корекцією мимовільних думок. Когнітивна модель депресії включає когнітивну тріаду, що являє собою опис уявних перекручень, характерних для людини, яка перебуває у стані депресії. Ця тріада включає негативне ставлення до самого себе, негативну інтерпретацію сьогодення й минулого життєвого досвіду і песимістичний погляд на майбутнє.

Психодинамічна психотерапія виявляє роль конфліктів, що виникли через невідповідність особистісних цінностей і внутрішньої картини світу пацієнта дійсності травмуючої ситуації. Тому корекція в цьому психотерапевтичному напрямку передбачає в дослідження системи цінностей і потреб людини і те, як поведінка й досвід травмуючої ситуації порушили їх; вирішення виниклих у зв'язку з цим свідомих і несвідомих конфліктів; трансформація руйнівної енергії у творчу в атмосфері розуміння та емоційного комфорту.

Виведення витіснених подій на рівень свідомості, емоційне реагування звільняє людину від систематичної амнезії, пов'язаною з тенденцією уникати певних негативних спогадів. Для цієї мети широко використовуються проєктивні методики. Робота також спрямована на відновлення самоповаги й

самовладання, розвиток здорового рівня особистісної відповідальності, відновлення цілісності “я”.

Клиентцентрована (роджерівська) психотерапія приділяє увагу повному проробленню пацієнтом чотирьох етапів суб’єктивного переживання кризи:

1. Відчуття психологічного дискомфорту – початок усвідомлення кризи. Прикладаються зусилля для виходу із травмуючого стану, які призводять до збільшення кризи.

2. Підсилюється й наростає відчуття ізоляції й самотності.

3. Вживають спроби використати більш легкі засоби для поліпшення емоційного стану (вітаміни, відпочинок тощо).

4. Депресія. Психічна енергія, що витрачається на запобігання травмуючого стану і придушення відчуттів, сковує й розморує людину. Виникає відчуття втоми й безпорадності. На цій стадії людина звертається до психотерапевта – це початок прийняття кризи й пошуку виходу з нього.

Головне завдання психолога – допомогти пацієнтові усвідомити можливість трансформації його кризового стану, побачити нові перспективи й можливості повернення до нормального життя. Насамперед, він інформує пацієнта про необхідність дотримання психологічної гігієни, змінює його установку стосовно інших людей: учить відокремлювати особистість від її поведінки. Психолог допомагає пацієнтові висловити свої відчуття, подивитися на ситуацію з боку, завершити незавершене, знайти опору в собі. На наступній стадії усвідомлюються причини появи кризи і прийняття відповідальності за стан самим пацієнтом. У результаті останній приходить до розуміння, що відбувається, й усвідомлює кінець кризи. Слабшає страх перед майбутнім. Таким чином, під час проведення через всі етапи кризи психотерапевт трансформує, змінює стан пацієнта, навчає його, як не бути жертвою. Заключна стадія роботи – це кристалізація ідеї майбутнього, обговорення нових можливостей і нових дій, прийняття відповідальності за майбутні зміни, психологічна підтримка нових дій пацієнта.

Гештальт-терапія традиційно розглядається як один з ефективних методів терапії тривожних, фобічних і депресивних розладів. Метою цієї роботи є зняття блокування і стимулювання процесу розвитку людини, реалізація її можливостей і прагнень за рахунок створення внутрішнього джерела опори й оптимізації процесів саморегуляції. Головним теоретичним принципом гештальт-терапії є переконання, що здатність індивіда до саморегуляції нічим не може бути адекватно замінена. Тому особлива увага приділяється розвитку в пацієнта готовності приймати рішення й робити вибір. Ключовим аспектом терапевтичного процесу є усвідомлення й переживання контакту із самим собою і оточенням. Увага й активність терапевта концентруються на тому, щоб допомогти пацієнтові в розширенні та збагаченні усвідомлення і здатності переживання свого контакту з навколишнім і внутрішнім світом. Багато уваги приділяється підвищенню усвідомлення різних установок і способів поведінки й мислення, які закріпились у минулому. Традиційно гештальт-терапія використовується у групових методах роботи,

однак при роботі з особами, що страждають ПТСР, ефективніша індивідуальна терапія.

Інтегративна трансперсональна психотерапія – напрямок групової психотерапії, в основі якого покладено інтеграцію елементів дихальних технік (холотропної терапії, ребефінгу), тілесно-орієнтованої терапії, арт-терапії і психосинтезу, які взаємодоповнюють і потенціюють один одного, що дозволяє вести роботу на глибинному рівні, обійти механізми психологічного захисту й добитися реагування на тілесному й емоційному рівні, не виводячи у свідомість ситуацію, що травмує психіку.

Метою *сімейної терапії* є гармонізація сімейних відносин, поліпшення взаєморозуміння в родині, ліквідація у подружжя негативних емоційних тенденцій один до одного. Завдання групової сімейної психотерапії такі:

- ліквідація неадекватних форм реагування, спілкування й поведінки, зумовлених особливостями особистості;
- установа адекватного ставлення дружини до проблем чоловіка, пов'язаного з військовою службою у внутрішніх військах;
- ослаблення невротизації дружини;
- зміцнення установки на здоровий спосіб життя.

Основним методом є групова психотерапевтична дискусія, що відповідає орієнтації групи. Метод заснований на використанні групової динаміки, що виникає в результаті взаємин і взаємодії членів групи між собою і членів групи з психотерапевтом або психологом. Дуже важливо застосовувати допоміжні методи групової психотерапії: психогімнастику, музикотерапію.

Психотерапія будується в системі трикомпонентної структури міжособистісної взаємодії: когнітивного (інформаційного), афективного (емоційного) та поведінкового компонентів, що реалізуються у трьох площинах особистості: інтраіндивідуальної, інтеріндивідуальної і метаіндивідуальної. Таким чином, здійснюється корекція характерологічних особливостей подружжя, корекція їх міжособистісних відносин і нормалізація процесу персоналізації.

Кататимно-імагінативна психотерапія (символдрама) – метод психотерапії, який можна інакше назвати методом сновидінь наяву. Перевагою цього методу є його глибока теоретична розробка й детальне опрацювання всього комплексу психотерапевтичних дій. Метод кататимного переживання образів виявився ефективним при короткостроковому лікуванні неврозів і психосоматичних захворювань, а також при психотерапії порушень, пов'язаних з невротичним розвитком особистості.

У пацієнта, який у розслабленому стані лежить на кушетці або зручно сидить у кріслі, психотерапевт може викликати схоже на сновидіння наяву уявлення образів – імагінації. Якщо попередньо задати якийсь невизначений мотив уявлення, то це виходить значно легше. Пацієнта просять відразу ж повідомляти психотерапевта про зміст образів, що з'являються. Психотерапевт може зробити на них впливати і структурувати сновидіння наяву відповідно до спеціально розроблених правил. Уся система розділена на три розділи: основний, середній і вищий. Поряд із втручанням у кризових ситуаціях

психотерапевтичний наголос робиться на коротку терапію, що не перевищує 30 сеансів.

Нейролінгвістичне програмування (НЛП) – психотерапевтична концепція, відповідно до якої за рахунок зміни уявленого у свідомості психічного образу життєвої ситуації змінюється психічний стан людини для забезпечення можливості ефективного реалізації себе в житті й задоволенні актуальних потреб.

Одним із базисних положень НЛП є твердження, що кожна людина містить у собі приховані невикористані психічні ресурси. Головними завданнями НЛП-терапевта є: забезпечення доступу пацієнта до цих прихованих ресурсів, добування їх із підсвідомості, доведення до рівня свідомості, а потім навчання пацієнта тому, як ними користуватися. Виконання цих завдань досягається використанням різних технік: інтеграція якорів, потрійна дисоціація, шестикроковий рефреймінг тощо.

Дебрифінг “стресу критичних інцидентів”. Як форма надання допомоги у кризових ситуаціях проводяться психологічні дебрифінги з групами людей, що спільно пережили стресові або трагічні події. Це можуть бути групи, утворені за професійною ознакою, або просто об’єднані спільністю пережитої ситуації. Дебрифінги не заміняють собою лікування, необхідне в деяких випадках. Їх мета – мінімізувати небажані психологічні наслідки й попередити розвиток синдрому ПТСР. Ця мета досягається шляхом “вентиляції” вражень і емоцій; когнітивної організації досвіду; зменшення тривоги й напруженості; розуміння універсального характеру індивідуальних реакцій, що досягається у процесі інтенсивного обміну почуттями; мобілізації ресурсів для соціальної підтримки, посилення групової солідарності та згуртованості; підготовки учасників до правильного сприйняття свого наступного стану й використанню різних стратегій психологічної допомоги. Процес дебрифінгу звичайно складається з трьох основних частин: “вентиляція” відчуттів у групі й оцінювання стресу ведучими; докладне обговорення симптоматики і психологічна підтримка; мобілізація ресурсів, надання інформації і планування подальшої допомоги.

Способи швидкого зняття психоемоційного напруження представлено в дод. 5.

4.4. Організація та робота кімнати індивідуальної та групової психопрофілактичної роботи

Кімната для індивідуальної та групової психопрофілактичної роботи, як правило, обладнується в одному з приміщень клубу військової частини, у навчальному корпусі, спортивному комплексі й іноді, як виключення, у казармі. Вона працює в установленій командиром (начальником) час.

До кімнати для індивідуальної та групової психопрофілактичної роботи ставляться певні технічні вимоги: корисна площа кімнати має бути не менше 30–40м² при висоті не менше 2,8–3м; вона повинна бути ізольованою від джерел шуму, вібрації, випромінювання тощо.

Будівельним матеріалом можуть бути перфоплити або акустична штукатурка. Для декоративної обробки може застосовуватися шкірозамінник, дерматин, драпірувальна тканина й інші матеріали, за допомогою яких створюється затишок, що позитивно впливає на настрій людини. Стіни доцільно мати світло-блакитні або ясно-зелених тонів (асоціації із природою). Підлога м'яка, що гармонує із забарвленням стін (може бути лінолеум на м'якій основі).

Кімната для індивідуальної і групової роботи призначена для такого:

- психологічне розвантаження військовослужбовців, особливо після зміни з бойового чергування (служби), гарнізонної і вартової служби;
- психологічна настроєність (мобілізація) військовослужбовців з дезадаптаційними реакціями на умови військової служби (бойового навчання), навчання навичкам мобілізації у стресі (контрольні стрільби, водіння бойових машин тощо);
- зняття психологічного навантаження у військовослужбовців, які знаходяться у групі посиленої психологічної уваги;
- психопрофілактична робота з практично здоровим контингентом військовослужбовців (навчання методам релаксації, аутогенного тренування, навичкам безконфліктного спілкування тощо);
- забезпечення процесу інтенсивного навчання військовослужбовців, що включає методи сугестії, релаксації, а також для експериментальної розробки нових методів навчання.

Варіант обладнання кімнати: інтер'єр повинен викликати у відвідувачів позитивні емоції, впливати на організм людини, у кімнаті розміщається 10–15 м'яких крісел, бажано з високими підголівниками.

Кімната забезпечується таким обладнанням: система затемнення вікон, екран з кольоромузикальним пристроєм; акустичні колонки, технічні аудіо-відео засоби (телевізор; діапроектор; кінопроектор, відеомагнітофон і стереомагнітофон з набором відео- та аудіокасет, що містять запис функціональної музики, яка релаксує і стимулює, відповідає настрою або формулам аутогенного тренування тощо); світлопідсвітка по периметру кімнати; апарати для кондиціонування повітря.

У кімнаті створюється ілюзія великого відкритого простору (широкоформатні фотошпалери, дзеркала, великі вікна), також доцільно створити куточок природи.

Не треба перенасичувати кімнату дрібними деталями і предметами, що заважають настроїтися на розслаблення.

4.5. Особливості психологічного консультування і проведення психокорекційних заходів з особовим складом внутрішніх військ

Індивідуальне психологічне консультування проводиться, як правило, у формі взаємного спілкування психолога і клієнта (тобто людини, що звернулася до нього за допомогою).

За консультацією до психолога військовослужбовці можуть звернутися самі або за рекомендацією (направленням) командирів (начальників). Крім того, психолог за власною ініціативою може запросити на консультацію конкретного військовослужбовця з ознаками депресивного стану, підвищеної агресивності чи інших негативних проявів у поведінці.

Сутність консультування полягає в наданні допомоги клієнтові за допомогою його психологічних знань, а також у виробленні на основі результатів психодіагностики, спеціальних рекомендацій щодо зміни певних психологічних факторів, що утрудняють нормальне функціонування особистості в умовах військової служби.

При первинному звертанні до психолога людина може не зважитися відразу заговорити про свої внутрішні проблеми. Тому психологові необхідно вибрати найбільш прийнятну тактику спілкування з ним, установити довірливий контакт, щоб спонукати його до відвертої розмови. Наприкінці діалогу варто визначити строки подальших зустрічей для консультування.

Консультування проводиться, як правило, у формі спеціальної бесіди. Істотно важливим для проведення бесіди є те, що предметом взаємодії буде внутрішній світ клієнта. Процес бесіди повинен спрямовуватися на те, щоб в обговоренні різних тим змінити ставлення клієнта до його внутрішнього світу – зробити його динамічнішим. Консультаційна бесіда передбачає вплив на клієнта за допомогою питань і спеціальних завдань, що розкривають актуальні й потенційні можливості клієнта.

Установлення контакту являє собою ситуацію просторової організації взаємодії психолога і клієнта. Консультування необхідно проводити в окремому кабінеті або штучно обмеженому просторі. Оптимальний варіант просторового розташування – два однакових крісла, розділені журнальним столиком (1,5м один від одного) при неяскравому висвітленні.

Звичайно застосовується поетапна (п'ятикрокова) модель процесу консультаційної бесіди:

| Етапи бесіди | Головні завдання етапу | Використовувані прийоми |
|---|---|---|
| <i>1-й етап</i> початковий “Привіт”! | Установлення емоційного контакту зі співрозмовником, атмосфери співпраці | Співпереживання; емпатійне слухання |
| <i>2-й етап</i> “У чому проблема”? | Навіщо клієнт прийшов? Як бачить свою проблему? У чому його можливості в рішенні цієї проблеми? Установлення послідовності подій, які привели до кризової ситуації; зняття відчуття безвихідності ситуації. | Подолання винятковості ситуації; підтримка успіхами й досягненнями; структурування бесіди; постійна увага до змісту; визначення конфлікту |
| <i>3-й етап</i> “Чого Ви хочете добитися”? | Спільне планування діяльності по подоланню кризової ситуації. Що відбудеться, коли | Інтерпретація; планування; тримання паузи; |

| | бажаний результат буде досягнутий? | фокусування на ситуації |
|--|---|--|
| 4-й етап “Що ще ми можемо зробити з цього приводу”? | Робота з різними варіантами вирішення проблеми, пошук альтернатив | Дослідження особистісної динаміки; рефлексія; директивні рекомендації; фантазії |
| 5-й етап “Ви будете робити це”? | Остаточне формулювання плану діяльності; активна психологічна підтримка | Логічна аргументація; раціональне навіювання впевненості |

Темп ведення бесіди повинен бути однаковим і у клієнта й у психолога. Бесіда може розпочатися зі вступу – питання-пропозиції психолога: “Слухаю Вас, або розповідайте про себе, або що привело до мене...”

Клієнт отримує можливість розмови про себе, тобто задається предмет взаємодії – клієнт і події його життя. При встановленні контакту психологові необхідно звертатися до клієнта по імені. Як відомо, ім'я і його вживання – це засіб керування клієнтом. Повторення імені створює умови як для індивідуалізації контакту, так і для впливу на клієнта. Є люди, які не йдуть на контакт і якщо протягом 10 хвилин такий клієнт не заговорив, то бажано йому не потурати й не будувати бесіду на питаннях. Інакше психолог бере на себе відповідальність за клієнта і його активність у бесіді, що суперечить цілям консультування.

У процесі визначення проблеми клієнта психолог може й зазвичай виступає в ролі “слідчого”, прагнучи довідатися про клієнта якнайбільше, відновлюючи всі деталі досліджуваної проблеми клієнта. При цьому психолог задає конкретні питання про перебіг і учасників подій та їхніх конкретних дій. Вся інформація спрямована на усвідомлення клієнтом контексту замовлення й своєї ролі в походженні психологічної інформації. Приблизно 15–20 хвилин триває широка розповідь клієнта про себе.

У цей час психолог висуває припущення про будову внутрішнього світу клієнта, про те, якими модальностями цього внутрішнього світу володіє клієнт, тобто, що він знає:

- про можливості своїх дій;
- про свої цілях;
- про свої почуття;
- про свої думки;

Також слід вирішити питання про те, що повинен знати клієнт про зміст свого внутрішнього світу, аби зробити його більш мобільним.

Психолог, який задає питання, аналізує життєві ситуації клієнта на щодо професійної взаємодії з ним. Він розмовляє із ним про його внутрішній світ, його роль у виникненні подій його життя, при цьому розкриваючи потенційні можливості клієнта, спеціально звертаючись до нього з оптимістичними судженнями: “змінюючись самі, ви будете змінювати інших”, “потрібно час і

терпіння, щоб змінився той, хто поруч” і т.п. Відповідаючи на питання психолога, клієнт аналізує свою поведінку й поведінку інших у цій ситуації і усвідомлює їх.

Гіпотези, які психолог обговорюватиме із клієнтом, повинні бути просто й адекватно виражені для клієнта. Мова консультаційної бесіди має відповідати таким правилам побудови діалогу:

- а) вживати оцінні судження;
- б) орієнтуйтеся на ключове слово – тему клієнта;
- в) не нав'язувати свою точку зору;
- г) уживати прості слова й образи для передачі інформації;
- д) говорити коротко.

Консультавання не буде ефективним без емоційної включеності людини в розповідь про себе. Під час консультавання не слід пояснювати клієнтові все, що про нього довідався психолог. Достатньо чітко викласти одну перевірену фактами гіпотезу, щоб показати клієнту варіант логіки в його поведінці. При цьому психолог демонструє клієнтові різні аспекти проблеми через зміст своїх запитань, щоб клієнт міг цю інформацію прийняти й перевірити. Для цього використовується принцип зворотного зв'язку, що для психолога виявляється у вигляді питання щодо висловлення клієнта, а для клієнта – у вигляді відповіді на це питання.

На цьому етапі бесіди психолог удається до повторення головних параметрів розв'язуваної ним завдання. Повторення – один із принципів консультавання, що дозволяє продемонструвати клієнтам різні боки його проблеми, структурувати його внутрішній світ. Емоційна включеність клієнта в цю ситуацію визначає процес структурування.

Розмова психолога з клієнтом щодо висунутої гіпотези, не має тривати довше 10 хвилин. Доцільно переривати розповідь клієнта, якщо психологові вже зрозумілі робочі гіпотези. Коли цілі клієнта також чітко з'ясовані психологом, варто повернутися до визначення проблеми. Це дозволяє клієнтові побачити проблему й уточнити свої позитивні можливості.

Наступний етап бесіди є фазою усвідомлення клієнтом бажаного результату. Психолог разом із клієнтом визначає і його ідеал – яким клієнт хоче бути; що в його житті відбудеться, коли проблеми будуть вирішені. Якщо клієнтові і психологу все зрозуміло, то рекомендації повинні даватися негайно.

Цей етап бесіди передбачає вплив психолога – це основний зміст консультавання, для клієнта воно не повинне мати якийсь особливий вигляд. У діалозі з психологом відбувається, так би мовити, “інсайт” – клієнт зазнає змін, що відбуваються з ним як результат його власних зусиль (“Я сам усе зрозумів”). Психолог покладається на потенційні можливості клієнта, таким чином зміни пережиті клієнтом, під час консультаційної бесіди, зумовлять і зміни в його поведінці.

Спрямований вплив на клієнта здійснюється такими методами:

1) *інтерпретація* (нове бачення ситуації на основі теорії або особистого досвіду психолога) – психолог відкриває клієнтові альтернативне бачення реальності, сприяє зміні його настрою й поведінки;

2) *директива* (вказівка) – строго пропонує клієнтові виконання певних дій, що за задумом психолога, сприяють рішенню проблеми клієнта, передбачається, що клієнт виконає вказівку;

3) *рада* (інформація, домашнє завдання, побажання, загальні ідеї щодо того, як діяти, думати, поводитися) – психолог дає клієнтові корисну інформацію;

4) *саморозкриття* – психолог ділиться особистим досвідом і переживаннями або розділяє нинішні почуття клієнта, при цьому встановлює раппорт;

5) *зворотний зв'язок* – дозволяє клієнтові зрозуміти, як його сприймає психолог і навколишні;

6) *логічна послідовність* – психолог пояснює клієнтові логічні наслідки його мислення й поведінки “Якщо..., то...”, дає клієнтові точку відліку для розуміння своїх переживань і дій, дозволяє передбачати їх результат;

7) *відкриті питання* (“Хто”? – факти; “Як”? – відчуття; “Чому”? – причина; “чи можна”? – загальна картина) – психолог з'ясовує основні факти, що полегшують розмову із клієнтом;

8) *переказ* – психолог повторює сутність слів клієнта і його думок, використовує його ключові слова, тим самим активізує обговорення, показує клієнтові рівень розуміння його проблем;

9) *відбиття почуттів* – психолог пояснює емоційне підґрунтя ключових фактів, допомагає відкривати відчуття;

10) *резюме* – психолог у стислому вигляді повторює основні факти й почуття клієнта, проясняє напрямок бесіди;

11) *впливове резюме* – використовується наприкінці бесіди як підсумовуюче судження психолога, найчастіше в комбінації з резюмуючими висновками й висловленнями клієнта.

У процесі впливу на клієнта психолог застосовує **такі прийоми**: посилення на авторитет, апеляція до літературних джерел, звертання до наукових даних, на прикладах із повсякденного життя тощо.

Якщо клієнт чинить опір впливу психолога й не реагує на м'які форми впливу (викладені вище), то психолог відмічає цей опір і працює з клієнтом (наприклад, “Вам важко прийняти...”, “Вам не хочеться погодитися...”). Це дозволяє обговорити ситуацію опору клієнта й одночасно, психологові важливо показати своє прагнення визнати за клієнтом деяку правоту, відмовившись від сильного тиску в переорієнтуванні клієнта. Клієнтові надається право не погоджуватись із психологом.

Важливий момент впливу полягає в тому, що звичайно бесіда йде на тлі негативної інформації про людину, позитивну інформацію самій людині створити важко, бо він часто просто нічого придумати не може. Психологові дуже важливо проговорити з клієнтом можливі позитивні варіанти поведінки. У ненав'язливій манері треба відтворити цей варіант поведінки. Тестування в цій ситуації дозволяє клієнтові виявити приховані ресурси своєї особистості, сфокусувати увагу на можливостях, про які він і не підозрював. Позитивне

обговорення може бути не дуже чітким, але обов'язково проводиться. Йому може присвячуватися ціла консультація.

На цьому етапі вплив закінчено. Триває він приблизно *15 хвилин*. При виробленні альтернативних рішень психолог створює клієнтові умови вибору. Тут психологу важливо пам'ятати про те, що “правильне” на його думку рішення не обов'язково є таким для клієнта.

Консультування складається з аналізу не тільки вербальних реакцій психолога й клієнтів. Особливу увагу необхідно приділяти на невербальну поведінку клієнта під час бесіди. При цьому варто враховувати, що невербальна мова відбиває: умови взаємодії із клієнтом (час і місце бесіди, оформлення кабінету й т.ін.); інформаційний потік (зміст мовного висловлення може бути виражений невербально); інтерпретацію змісту теми учасниками взаємодії. Основну інформацію психолог знімає у візуальному контакті з клієнтом (коли й чому індивід перестає дивитися в очі), в аналізі мови тіла (уважається, що найбільш інформативним є зміна нахилу тулуба), у фіксації інтонації і типу мови (того, що вимовляється й т.ін.), а також у врахуванні всіх змін теми.

Найважливішим показником ефективності психологічного консультування будуть переживання клієнта, які узагальнено можуть бути описані так: “Я став іншим”.

Заключним етапом консультаційної бесіди є узагальнення психологом у формі резюме результатів взаємодії із клієнтом із приводу проблеми, перехід від навчання до дії. На цій стадії консультування завдання психолога полягає в тому, щоб сприяти зміні думок, дій і почуттів клієнта в повсякденному житті.

Закінчувати консультацію найкраще домашнім завданням, обов'язково відзначаючи для клієнтів необхідність звіту про його виконання (невиконання). У такий спосіб мобілізуються засоби контролю за змістом змін, що відбувались із клієнтом під час бесіди.

Домашнє завдання формулюється в простій, доступній для розуміння і виконання формі, спрямовано на конкретну ситуацію й дію в ній. Обговорюючи завдання на наступній зустрічі із клієнтом, можна по-новому побачити досліджувану ситуацію. Якщо клієнт не виконав домашнє завдання або виконав його частково, з ним обговорюються причини невиконання завдання.

На закінчення бесіди психолог обговорює з клієнтом майбутню зустріч і спокійно, не кваплячись, прощається з ним.

Групове консультування проводиться з метою згуртування військових (трудова) колективів, зниження в них загальної психологічної напруженості, поліпшення міжособистісних відносин, оптимізації морально-психологічного клімату, підвищення групової згуртованості, поліпшення стилю керівництва, усунення небажаних емоційних станів або їх наслідків, підвищення ефективності виконання навчально-бойових завдань.

Завдання групового консультування визначаються на основі результатів психодіагностичного дослідження.

Насамперед, у груповому консультуванні психолог оцінює систему реально існуючих відносин між військовослужбовцями. Виділяє найбільш значущі відносини, вносить їх на обговорення в групі.

Завдання психолога полягає в тому, щоб знайти предмет взаємодії членів групи з урахуванням інтересів кожного з них. Для вирішення цього завдання психолог повинен розташовувати психодіагностичним матеріалом про тип відносин між членами групи (особливо вивчаються факти, що говорять про стійкість відносин).

Показниками наявності постійних травмуючих факторів можуть бути стан глобальної колективної невдоволеності, стан групової тривоги, стан провини, пов'язаний з колективом, стан нестерпної, непосильної нервово-психічної й фізичної напруженості. У всіх цих випадках військовий колектив виступає як об'єкт, що визначає стійкий незадовільний стан індивіда. Робота з цим станом можлива тільки тоді, коли психолог працює зі змістом міжособистісних відносин. Іншими показниками наявності стійких, у цьому випадку конфліктних відносин, можуть бути соматичні захворювання людини. Наявність в одного із членів групи соматичних захворювань може створювати умови для відтворення в групі того самого типу відносин. У цьому разі робота психолога з конфліктною особою може стати підґрунтям для зміни групових відносин.

Для корекції соціально-психологічного клімату в підрозділі психолог працює в таких напрямках:

- подолання бар'єрів психологічної напруженості й напруженість негативних емоцій, що виникають у процесі спілкування людей;
- удосконалювання відносин функціонально-рольової взаємозалежності, відносин керівника й виконавця;
- підвищення рівня включеності в діяльність кожного члена групи.

Консультування в цих напрямках може здійснюватись у декількох формах: рекомендації командирам (начальникам) із зазначенням конкретних способів психолого-педагогічного впливу на колектив і навчання військовослужбовців адекватним способам поведінки й відносин методами психологічних вправ, ігор, спілкування, дискусій, невербальних контактів і змін обстановки.

У процесі консультування психолог реконструює емоційні аспекти міжособистісної взаємодії, працює в зоні несвідомих психічних явищ. При цьому у членів групи з'являється впевненість у своїх соціальних ролях, підвищується здатність до розуміння емоційного світу тих, хто їх оточує, вирішуються проблеми особистісного зростання.

Принцип консультування полягає у безпосередньому уявленні проблем військовослужбовцями у їх реальному вигляді у процесі групових подій. Акцент робиться на дії механізму зворотного зв'язку і при загальній емоційній підтримці. Вибираються особистісна значущі теми для обговорення, використовуються прийоми психодіагностики і способи невербального спілкування з метою розширення емоційної і перцептивної сторін спілкування, зміни способів взаємодії.

Найбільший ефект від психологічної консультації буде досягнутий, якщо в групі вдасться створити особливу психологічну атмосферу єдності.

4.6. Основи проведення соціально-психологічного тренінгу (СПТ)

Індивідуальний і груповий тренінг спілкування дозволяє істотно підвищити соціально-психологічну компетенцію людини: його психологічну чутливість, контактність, здатність до орієнтування в складних міжособистісних ситуаціях і тощо.

Організація тренінгу. Психологу варто пам'ятати, що активне включення військовослужбовців у тренінг можливе за певних умов і правил його проведення:

1. Заняття потребують обов'язкової підготовки (заздалегідь визначаються місце проведення СПТ і час його початку).
2. Перед початком СПТ створюється невимушена довірча обстановка, знімаються напруженість, скутість військовослужбовців.
3. До учасників доводяться норми поведінки у СПТ.
4. Тренінг варто розпочинається з легкої розминки і лише потім слід переходити до відпрацювання основних психокорекційних завдань.
5. Усі військовослужбовці забезпечуються ролями (тих, кому не вистачило ролей активних учасників призначаються на ролі експертів).

Використовувані ігри й сюжети повинні відповідати таким умовам:

- сприяти згрунтуванню підрозділу;
- сприяти формуванню статутних взаємин;
- мати пізнавальне значення;
- створювати умови для індивідуальної й групової творчості.

Багато залежить від ігрової позиції психолога (керівника СПТ), він повинен:

- сприяти реалізації ігрового плану, (тобто до гри ставитися досить серйозно й у ході її відмовитися від менторської позиції);
- доброзичливо ставитися до військовослужбовців, бути відкритим, сприйнятливим і доступним;
- сприяти формуванню переконаності в необхідності ігрової поведінки;
- реалізовувати швидкий перехід із реального в ігровий план, насамперед за рахунок гумору;
- володіти широким діапазоном ігрових прийомів.

Тільки в цьому випадку ігрова позиція офіцера-психолога сприятиме виконанню її основних функцій: гуманізація взаємин з учасниками тренінгу, підвищення згуртованості і спрацьованості в колективній діяльності, економії нервових втрат у спілкуванні й, нарешті, забезпеченню гнучкої поведінки керівника.

Використовувані у тренінгу прийоми повинні максимально відповідати принципу “не нашкодь” і в жодному разі не загострювати й без того загострені відносини між військовослужбовцями. З учасниками СПТ необхідно заздале

обумовити норми поведінки при проведенні ігор і вправ, без дотримання яких тренінг може не тільки не дати результатів, але й просто зашкодити.

Норми поведінки учасників СПТ:

- виявляти доброзичливість і повну довіру одне до одного;
- у групі про всіх говорити відкрито й щиро;
- відмовитися від загальних фраз, говорити про проблеми й переживання, як свої власні, так і товаришів по групі, конкретно й за принципом “тут і тепер”;
- оцінювати не особистість, а її дії, поведінку й спілкування;
- допомагати товаришам по групі усвідомлювати й змінювати свій спосіб поведінки, якщо він суперечить загальноприйнятим нормам;
- вислуховувати погляди, думки й поради членів групи, обмірковувати їх, але приймати рішення самостійно;
- доводити до керівника гри враження і ступінь задоволеності грою з боку учасників.

Варіанти ігрових ситуацій соціально-психологічних тренінгів представлено в дод. 6.

Питання для самоконтролю

1. Охарактеризуйте психічні реакції і стани, які можуть виникати у військовослужбовців під впливом екстремальних факторів при виконанні службово-бойових завдань.
2. Охарактеризуйте посттравматичні стресові розлади, які можуть виникати у військовослужбовців внутрішніх військ після виконання службово-бойових завдань.
3. Назвіть головні методи надання психологічної допомоги військовослужбовцям внутрішніх військ.
4. Розкрийте сутність основних методів психотерапії, які використовуються для надання психологічної допомоги військовослужбовцям.
5. Охарактеризуйте організаційно-методичні аспекти функціонування кімнати індивідуальної і групової психопрофілактичної роботи.
6. Розкрийте зміст та особливості психологічного консультування і проведення психокорекційних заходів з особовим складом внутрішніх військ.
7. Охарактеризуйте організаційно-методичні основи проведення соціально-психологічного тренінгу.

**Типові плани роботи психолога внутрішніх військ МВС України на
тиждень, місяць, рік**

**Типовий план роботи на тиждень посадових осіб служби
психологічного забезпечення внутрішніх військ МВС України**

| Дні тижня | Заходи |
|-----------|---|
| Понеділок | Вивчення соціально-психологічних характеристик військових колективів та психологічних характеристик окремих військовослужбовців за допомогою індивідуальних бесід |
| Вівторок | Здійснення психодіагностичного тестування військовослужбовців, віднесених до групи посиленої психологічної уваги за спеціальними методиками |
| Середа | Вивчення психологічних характеристик кандидатів на посади за контрактом |
| Четвер | Консультування командирів (начальників), офіцерів органів виховної роботи з психологічних аспектів організації життєдіяльності підрозділів, проблем, які мають психологічне підґрунтя |
| П'ятниця | Психологічне консультування членів сімей військовослужбовців |
| Субота | Психологічне супроводження організації дозвілля особового складу |
| Неділя | Організація та проведення психологічного лекторію для особового складу строкової служби. Психологічне супроводження організації дозвілля особового складу |

Типовий план роботи на місяць посадових осіб служби психологічного забезпечення внутрішніх військ МВС України

| Дні тижня | I ТИЖДЕНЬ | II ТИЖДЕНЬ | III ТИЖДЕНЬ | IV ТИЖДЕНЬ |
|------------------|--|---|--|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Пн. | Вивчення соціально-психологічних характеристик військових колективів і психологічних характеристик окремих військовослужбовців за допомогою індивідуальних бесід | Вивчення соціально-психологічних характеристик військових колективів і психологічних характеристик окремих військовослужбовців за допомогою індивідуальних бесід | Організація та проведення психологічного лекторію для особового складу сержантів строкової служби. Вивчення соціально-психологічних характеристик військових колективів і психологічних характеристик окремих військовослужбовців за допомогою індивідуальних бесід | Вивчення соціально-психологічних характеристик військових колективів і психологічних характеристик окремих військовослужбовців за допомогою індивідуальних бесід |
| Вт. | Здійснення психодіагностичного тестування військовослужбовців, віднесених до групи посиленої психологічної уваги, за спеціальними методиками | Психологічний лекторій для офіцерів, прапорщиків і військовослужбовців за контрактом (проводиться в системі командирської і гуманітарної підготовки). Здійснення психодіагностичного тестування військовослужбовців, віднесених до групи посиленої психологічної уваги, за спеціальними методиками | Здійснення психодіагностичного тестування військовослужбовців, віднесених до групи посиленої психологічної уваги, за спеціальними методиками | Здійснення психодіагностичного тестування військовослужбовців, віднесених до групи посиленої психологічної уваги, за спеціальними методиками |
| Ср. | Вивчення психологічних характеристик кандидатів на посади за контрактом | Вивчення психологічних характеристик кандидатів на посади за контрактом | Вивчення психологічних характеристик кандидатів на посади за контрактом | Вивчення психологічних характеристик кандидатів на посади за контрактом |

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|------------|---|---|---|---|
| Чт. | Консультавання командирів (начальників), офіцерів органів виховної роботи з психологічних аспектів організації життєдіяльності підрозділів, проблем, які мають психологічне підґрунтя | Консультавання командирів (начальників), офіцерів органів виховної роботи з психологічних аспектів організації життєдіяльності підрозділів, проблем, які мають психологічне підґрунтя | Консультавання командирів (начальників), офіцерів органів виховної роботи з психологічних аспектів організації життєдіяльності підрозділів, проблем, які мають психологічне підґрунтя | Консультавання командирів (начальників), офіцерів органів виховної роботи з психологічних аспектів організації життєдіяльності підрозділів, проблем, які мають психологічне підґрунтя |
| Пт. | Психологічне консультування членів сімей військовослужбовців | Психологічне консультування членів сімей військовослужбовців | Психологічне консультування членів сімей військовослужбовців | Психологічне консультування членів сімей військовослужбовців |
| Сб. | Психологічне супроводження організації дозвілля особового складу | Психологічне супроводження організації дозвілля особового складу | Психологічне супроводження організації дозвілля особового складу | Психологічне супроводження організації дозвілля особового складу |
| Нд. | Організація та проведення психологічного лекторію для особового складу строкової служби. Психологічне супроводження організації дозвілля особового складу | Психологічне супроводження організації дозвілля особового складу | Психологічне супроводження організації дозвілля особового складу | Психологічне супроводження організації дозвілля особового складу |

**Типовий план роботи на рік
посадових осіб служби психологічного забезпечення внутрішніх військ
МВС України**

| Січень, липень | Лютий, серпень | Березень, вересень | Квітень, жовтень | Травень, листопад | Червень, грудень |
|---|--|---|---|--|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| <p>1. Інструкторсько-методичні заняття з офіцерами підрозділів ротної ланки з питань роботи з військовослужбовцями групи посиленої психологічної уваги строкової служби.</p> <p>2. Інструкторсько-методичні заняття з начальницьким складом та офіцерами батальйонної ланки з питань роботи з військовослужбовцями групи посиленої психологічної уваги – офіцерами, прапорщиками та військовослужбовцями за контрактом.</p> <p>3. Інструкторсько-методичні заняття з власниками автотранспорту щодо профілактики подій на особистому транспорті.</p> <p>4. Підбір і навчання позаштатного активу психологічної служби з числа особового складу з'єднань і частин.</p> | <p>1. Уточнення списку військовослужбовців групи посиленої психологічної уваги строкової служби.</p> <p>2. Проведення соціометричних досліджень у штатних підрозділах (ротах) і підготовка відповідних рекомендацій.</p> <p>3. Психодіагностична робота з військовослужбовцями групи посиленої психологічної уваги строкової служби та на замовлення командирів підрозділів (рот, окремих взводів); здійснення соціометричних досліджень в штатних підрозділах (рота, окремих взводів) з метою визначення наявної соціальної структури військових колективів, реального місця кожного з військовослужбовців строкової служби в системі міжособистісних стосунків, складу мікрогруп, неформальних лідерів та осіб, які користуються в колективах підрозділів найменшим авторитетом.</p> | <p>1. Уточнення списку військовослужбовців групи посиленої психологічної уваги: офіцерів, прапорщиків і військовослужбовців за контрактом.</p> <p>2. Психодіагностична робота з військовослужбовцями групи посиленої психологічної уваги: офіцерами, прапорщиками, військовослужбовцями і за контрактом і на замовлення начальницького складу (батальйонної ланки, начальників структурних підрозділів управлінь тощо).</p> <p>3. Психологічний аналіз дисциплінарної практики; планове психологічне консультування офіцерів, прапорщиків, військовослужбовців за контрактом, які віднесені до групи посиленої психологічної уваги.</p> | <p>1. Робота на збірних пунктах військкоматів з відбору особового складу для проходження служби у внутрішніх військах і його вивченню.</p> <p>2. Здійснення психодіагностичного тестування військовослужбовців, віднесених до групи посиленої психологічної уваги за спеціальними методиками.</p> <p>3. Підведення підсумків роботи з військовослужбовцями, які віднесені до групи посиленої психологічної уваги та підготовка відповідного огляду.</p> <p>4. Психологічне консультування членів сімей військовослужбовців.</p> <p>5. Проведення засідань атестаційних комісій щодо розгляду військовослужбовців, які недбало ставляться до виконання функціональних обов'язків, систематично порушують військову дисципліну, зловживають алкогольними напоями.</p> | <p>1. Робота на збірних пунктах військкоматів з відбору особового складу для проходження служби у внутрішніх військах та його вивченню.</p> <p>2. Уточнення списку військовослужбовців в групі посиленої психологічної уваги строкової служби.</p> <p>3. Аналіз стану забезпеченості особового складу у відповідності до видів постачання.</p> <p>4. Перед прибуттям молодих солдатів до військових частин та перед уведенням їх у бойову службу проводити відповідну консультативну роботу з офіцерами та сержантами, які призначені для їх прийому та введення в службу, щодо ознайомлення з основними проявами негативних емоційно-вольових (нервово-психічних) станів, передсуїцидальним і ситуаційними реакціями людей та запобігання таким порушенням.</p> | <p>1. Під час проведення навчальних зборів молодого поповнення здійснювати дослідження психологічних характеристик молодого поповнення за спеціальними методиками, визначати військовослужбовців, які мають ознаки емоційно-вольової нестійкості.</p> <p>2. Визначення військовослужбовців, яким призначається служба без зброї.</p> |

Типовий план роботи з військовослужбовцями, які віднесені до групи посиленої психологічної уваги

| Січень, липень | Лютий, серпень | Березень, вересень | Квітень, жовтень | Травень, листопад | Червень, грудень |
|--|---|--|---|---|--|
| <p>1. Інструкторсько-методичні заняття з офіцерами підрозділів ротної ланки з питань роботи з військовослужбовцями групи посиленої психологічної уваги строкової служби.</p> <p>2. Інструкторсько-методичні заняття з начальницьким складом та офіцерами батальйонної ланки з питань роботи з військовослужбовцями групи посиленої психологічної уваги – офіцерами, прапорщиками та військовослужбовцями за контрактом.</p> <p>3. Інструкторсько-методичні заняття з власниками автотранспорту щодо профілактики подій на особистому транспорті.</p> | <p>1. Уточнення списку військовослужбовців групи посиленої психологічної уваги строкової служби.</p> <p>2. Проведення соціометричних досліджень у штатних підрозділах (ротах) та підготовка відповідних рекомендацій</p> <p>3. Психодіагностична робота з військовослужбовцями групи посиленої психологічної уваги строкової служби та на замовлення командирів підрозділів (рот, окремих взводів).</p> | <p>1. Уточнення списку військовослужбовців групи посиленої психологічної уваги – офіцерів, прапорщиків та військовослужбовців за контрактом.</p> <p>2. Психодіагностична робота з військовослужбовцями і групи посиленої психологічної уваги – офіцерами, прапорщиками, військовослужбовцями і за контрактом та на замовлення начальницького складу (батальйонної ланки, начальників структурних підрозділів управління тощо).</p> <p>3. Психологічний аналіз дисциплінарної практики; планове психологічне консультування офіцерів, прапорщиків, військовослужбовців за контрактом, які віднесені до групи посиленої психологічної уваги.</p> | <p>1. Підведення підсумків роботи з військовослужбовцями, які віднесені до групи посиленої психологічної уваги та підготовка відповідного огляду.</p> <p>2. Психологічне консультування членів сімей військовослужбовців.</p> <p>3. Проведення засідань атестаційних комісій щодо розгляду військовослужбовців, які недбало ставляться до виконання функціональних обов'язків, систематично порушують військову дисципліну, зловживають алкогольними напоями.</p> | <p>1. Уточнення списку військовослужбовців групи посиленої психологічної уваги строкової служби.</p> <p>2. Аналіз стану забезпеченості особового складу у відповідно до видів постачання.</p> | <p>1. Визначення військовослужбовців, які мають ознаки емоційно-вольової нестійкості під час заходів первинного вивчення молодого пополнення.</p> <p>2. Визначення військовослужбовців, яким призначається служба без зброї.</p> |

Основні вимоги до роботи з групою посиленої психологічної уваги

Управління виховної роботи проводить активну роботу з удосконалення психопрофілактичної та виховної роботи у внутрішніх військах МВС України.

Одним із головних завдань офіцерів виховних структур є формування здорового морально-психологічного клімату й атмосфери нетерпимості до порушників дисципліни та законності. Командири підрозділів внутрішніх військ всіх рівнів несуть особисту відповідальність за організацію та проведення виховної і психопрофілактичної роботи в підпорядкованих підрозділах.

У внутрішніх військах розроблено комплекс заходів психологічного та виховного характеру, що здійснюються з метою своєчасної профілактики і попередження надзвичайних подій серед військовослужбовців внутрішніх військ МВС України, підвищення рівня адаптаційних можливостей особистості військовослужбовців (курсантів, слухачів) до умов службово-бойової діяльності, забезпечення їх психологічного благополуччя, збереження психічного і фізичного здоров'я, запобігання службовому й побутовому травматизму. Ця система доповнена заходами виховного впливу і насамперед спрямована на виховання у військовослужбовців почуття відповідальності за виконання функціональних обов'язків, забезпечення відкритості та об'єктивності в оцінці службової діяльності та дисципліни.

З метою диференційованого розподілу заходів первинної психопрофілактики, зусиль психологів і вихователів за рахунок визначення кола осіб, які потребують першочергової психологічної допомоги та проведення заходів виховного спрямування у зв'язку з особливостями впливу на них стресогенних та інших факторів службово-бойової і позаслужбової діяльності та навчально-виховного процесу у підрозділах внутрішніх військ, створені групи посиленої психологічної уваги.

Аналізуючи досвід роботи з військовослужбовцями, віднесеними до групи посиленої психологічної уваги, в управлінні виховної роботи розроблено Методичні рекомендації, згідно з якими військовослужбовці, котрі потребують психологічної допомоги, умовно розділені на дві категорії. Підгрупа індивідуально-виховного впливу та психологічного спостереження складається з осіб, які потребують поточного психолого-виховного впливу. Роботу з даною категорією проводять спільно психологи й офіцери виховної роботи. У підгрупу психологічної уваги (до неї включаються військовослужбовці, які потребують поглибленої психологічної допомоги та здійснення корекційних заходів. Консультативну роботу з цією категорією осіб проводять найбільш підготовлені психологи-консультанти.

Психопрофілактична та індивідуальна виховна робота в підрозділах внутрішніх військ – це процес виховного і профілактичного впливу на особовий склад, метою якого є виховання підготовленого, висококваліфікованого, дисциплінованого військовослужбовця, який може стійко переносити

навантаження, психологічні стреси, долати труднощі військової служби. Проведення індивідуальної роботи передбачає систему виховних і психопрофілактичних заходів, які здійснюються з урахуванням індивідуальних особливостей військовослужбовця і спрямовані на формування у нього необхідних умінь і навичок, високих особистісних та професійних якостей.

Виходячи з цього, головними завданнями проведення індивідуальної та психопрофілактичної роботи з військовослужбовцями, віднесеними до групи посиленої психологічної уваги, є забезпечення якісного виконання військовослужбовцями своїх функціональних обов'язків, піднесення ефективності їх оперативно-службової діяльності та боєздатності цілеспрямованим використанням науково-обґрунтованих форм і методів виховання.

Визначені у рекомендаціях спільні заходи виховної і психопрофілактичної роботи з військовослужбовцями, включеними до групи посиленої психологічної уваги внутрішніх військ, являють сукупність науково обґрунтованих комплексних організаційно-управлінських, морально-психологічних, педагогічних, правових, культурно-просвітницьких і соціальних заходів, спрямованих на своєчасну профілактику та попередження надзвичайних подій серед військовослужбовців внутрішніх військ МВС України, забезпечення психологічного благополуччя, запобігання службовому та побутовому травматизму.

У внутрішніх військах з групою посиленої психологічної уваги проводиться ціла низка різних заходів.

Виховна робота:

- командирами підрозділів – з безпосередньо підпорядкованим особовим складом;
- офіцерами виховної роботи відповідно до функціональних обов'язків;
- заступниками командирів усіх ланок з підлеглим особовим складом за напрямком діяльності.
- громадськими організаціями, створеними в підрозділах, відповідно до положень про громадські організації;
- кураторами – із закріпленими військовослужбовцями.
- до участі у виховній роботі можуть залучатись органи місцевого самоврядування, релігійні, громадські та інші організації, які створені і діють згідно з законодавством;
- загальне керівництво виховною роботою з особовим складом та її координацію здійснює командир підрозділу;
- організація виховної роботи в підрозділі покладається на заступників командирів з виховної роботи.

Психопрофілактична робота здійснюється:

- офіцерами-психологами відділень, груп, батальйонів (військових частин) виховної роботи (далі – офіцерами-психологами);
- керівниками підрозділів – з безпосередньо підпорядкованим особовим складом;

– офіцерами виховної роботи з особовим складом відповідно до функціональних обов'язків;

Психологічне супроводження військовослужбовців віднесених до ГППУ

До психологічного супроводження ГППУ належать:

– надання індивідуальної і групової психологічної допомоги військовослужбовцям для запобігання девіантній поведінці та збереження нормального психологічного стану за їх особистим зверненням або ініціативою психолога, командира чи офіцерів виховної роботи, які здійснюють індивідуальну-виховну роботу, а також рекомендацій щодо її організації і проведення;

– проведення з військовослужбовцями під час професійної підготовки рольових ігор (тренінгів), направлених на формування ціннісної орієнтації, мотиваційної спрямованості, на вироблення, підтримку й розвиток професійно-важливих якостей і таких рис, як здатність знаходити адекватні шляхи вирішення й самореалізації у різноманітних життєвих ситуаціях, зокрема у службово-бойовій діяльності та міжособистісних стосунках;

– регулярне вивчення соціально-психологічного клімату в підрозділах і надання рекомендацій командуванню всіх ланок щодо його корекції та поліпшення;

– вивчення психологічної сумісності й готовності до спільної службово-бойової діяльності військовослужбовців, командирів, офіцерів закріплених за військовослужбовцем, та молодих фахівців при організації введення у службу.

Індивідуальна виховна робота з військовослужбовцями віднесеними до ГППУ

Ця діяльність проводиться із застосуванням засобів зовнішнього впливу:

– індивідуальний контроль за військовослужбовцем;

– індивідуальна допомога військовослужбовцям, які мають труднощі в адаптації (насамперед молодих військовослужбовців);

– відвідування військовослужбовця за місцем його проживання з метою вивчення морально-психологічного стану в сім'ї, міжособистісних стосунків між членами родини, побутових умов, виявлення фактів, які можуть дискредитувати військовослужбовця: зловживання спиртними напоями, вживання наркотичних засобів тощо;

– надання військовослужбовцю практичної допомоги щодо формування у нього стійкої суспільної орієнтації, розширення його світогляду;

– використання засобів дисциплінарного і морального впливу, в тому числі через заслуховування на загальних зборах;

– ознайомлення зі станом здоров'я військовослужбовця, включаючи результати проходження ним щорічного медичного огляду;

– підвищення особистої відповідальності військовослужбовця за свідоме виконання вимог Конституції та законів України, вірності Присязі, дотримання Кодексу честі, етики військовослужбовця;

– формування у військовослужбовців високої правової культури, прагнення набути високої професійної майстерності;

– формування у військовослужбовців, які внесені до ГППУ високої духовної культури і моральних якостей, почуття патріотизму, державного світогляду, засвоєння морально-етичних норм поведінки тощо у душі патріотизму, відданості Українському народу та його традиціям, високої дисциплінованості, усвідомлення і бездоганного виконання кожним військовослужбовцем службових обов'язків, дотримання законності.

Планування, облік та проведення індивідуальної виховної роботи проводиться насамперед із військовослужбовцями, схильними до порушень військової дисципліни і законності, мають дисциплінарні стягнення, молодими військовослужбовцями. Планування здійснюється на основі даних, отриманих під час вивчення соціально-психологічного клімату в колективах службою психологічного забезпечення, стану дисципліни та законності, висновків атестаційних комісій, індивідуальних особливостей військовослужбовця.

Діяльність органів виховної роботи та служби психологічного забезпечення стосовно військовослужбовців, віднесених до ГППУ.

З метою вивчення найефективніших форм і методів роботи з військовослужбовцями, віднесеними до ГППУ, систематично проводити заходи виховного впливу із залученням командирів підрозділів та заступників з виховної роботи. Спільно заслуховувати військовослужбовців, які потребують індивідуально-виховного впливу на загальних зборах та кадрових комісіях.

Для визначення помилок у вихованні, професійній підготовці, виявлення фактів, які негативно впливають на соціально-психологічний клімат та стан дисципліни в колективах, щороку здійснювати соціально-психологічні дослідження та опитування з вивчення думки про роботу командування підрозділу, виявлення труднощів в адаптації молодих військовослужбовців, порушників дисципліни. Дані результати в узагальненому вигляді доповідати в управління виховної роботи ГУВВ, рекомендації направляються в підрозділи для вдосконалення роботи.

Проводити роботу з узагальнення і поширення передового досвіду з молодими фахівцями серед підрозділів внутрішніх військ. Результати роботи відображаються в оглядах, які містять аналіз різноманітних форм участі офіцерів-кураторів, офіцерів, закріплених за підрозділом у професійній підготовці, вихованні, наданні допомоги у становленні на посадах, інформацію про найважливіші виховні та психопрофілактичні заходи з цією категорією військовослужбовців.

Проводити дні професійної підготовки кураторів (наставників, закріплених для введення у службу), які передбачають має виступи командирів, заступників з виховної роботи, психологів та офіцерів виховних структур. Метою цього заходу має бути навчання методам індивідуально-виховної і психопрофілактичної роботи з молодими військовослужбовцями.

Здійснювати контроль і аналіз причин та умов скоєння військовослужбовцями порушень військової дисципліни та законності, готувати й направляти у підрозділи рекомендації щодо їх усунення.

У визначені терміни направляти до ГУВВ огляди про організацію роботи з групою посиленої психологічної уваги і молодими військовослужбовцями та

узагальнену інформацію про звільнення молодих офіцерів (контрактників) із внутрішніх військ.

Проведення роботи з групою посиленої психологічної уваги

Робота з ГППУ здійснюється із суворим дотриманням Конституції України, Закону України “Про внутрішні війська”, інших законодавчих актів України, актів Президента України, Кабінету Міністрів України, наказів, директив командувача внутрішніх військ, Загальної декларації прав людини, міжнародних правових норм, ратифікованих у встановленому порядку, Етичного кодексу психолога служби психологічного забезпечення оперативно-службової діяльності та відповідно до Положення про групу посиленої психологічної уваги у внутрішніх військах (далі – ГППУ) затвердженого наказом командувача внутрішніх військ від 28.01.2006 р. № 39 “Про подальший розвиток служби психологічного забезпечення діяльності внутрішніх військ МВС України”.

Дані методичні рекомендації визначають вихідні підстави, порядок зарахування й виключення з груп посиленої психологічної уваги військовослужбовців підрозділів внутрішніх військ, курсантів і слухачів навчальних закладів внутрішніх військ МВС України (далі – військовослужбовці (курсанти, слухачі), надання їм психологічної допомоги та організацію взаємодії з офіцерами виховної роботи.

ГППУ утворюються з метою диференційованого розподілу заходів первинної психопрофілактики та виховного впливу, зусиль психологів та офіцерів виховної роботи з особовим складом за рахунок визначення кола осіб, які потребують першочергової допомоги у зв’язку з особливостями впливу на них стресогенних факторів службово-бойової та позаслужбової діяльності, навчально-виховного процесу.

Для покращення взаємодії між офіцерами психологами та офіцерами виховної роботи даними Методичними рекомендаціями ГППУ умовно розділено на дві категорії: групи психологічної уваги та групи індивідуально-виховного впливу.

Психопрофілактична робота з військовослужбовцями (курсантами, слухачами), яких віднесено до ГППУ, безпосередньо здійснюється офіцерами психологами, заходи профілактичного, індивідуально-виховного впливу здійснюються офіцерами виховної роботи.

Командири всіх ланок (підрозділів) внутрішніх військ, керівництво навчальних закладів МВС України, офіцери-психологи та офіцери виховної роботи не мають права змушувати військовослужбовців (курсантів, слухачів) повідомляти про себе будь-яку інформацію особистого характеру проти їх волі.

Узагальнення та зберігання матеріалів роботи з групою посиленої психологічної уваги

Матеріали роботи з підгрупою психологічної уваги ГППУ даних методичних рекомендацій, мають суто конфіденційний характер і зберігаються в окремій справі у офіцера-психолога.

У разі отримання під час психологічного супроводження службово-бойової діяльності військовослужбовця (курсанта, слухача) або проведення виховної

роботи інформації щодо загрози інтересам служби або безпеці військовослужбовців підрозділів внутрішніх військ чи громадян вона обов'язково подається командирові військової частини і заступникові з виховної роботи.

Результати психопрофілактичної і виховної роботи з військовослужбовцем (курсантом, слухачем), якого віднесено до ГППУ, надаються командирові підрозділу у вигляді консультативного висновку й мають рекомендаційний характер.

Повна інформація та матеріали стосовно особи, яку віднесено до ГППУ, зберігаються із дотриманням конфіденційності інформації, знаходиться виключно в користуванні психолога або офіцера виховної роботи і надається іншим особам лише у таких випадках:

- установлених чинним законодавством;
- учинення особою чи вияву нею реальних намірів учинити дії, що становлять безпосередню небезпеку для неї чи для інших людей, або неспроможність самотійно задовольняти свої основні життєві потреби на рівні, який забезпечує її життєдіяльність, або загрози заподіяння значної шкоди своєму здоров'ю у зв'язку з погіршенням психічного стану;
- письмового звернення самої особи до психолога або офіцера виховної роботи з проханням про передачу інформації іншим особам в її інтересах;
- направлення особи для поглибленого обстеження до Центру психіатричної допомоги та професійного психофізіологічного відбору відділу (служби) охорони здоров'я.

Командування підрозділів внутрішніх військ, керівництво навчальних закладів, офіцери-психологи, офіцери виховних структур не мають права змушувати військовослужбовців (курсантів, слухачів) повідомляти про себе будь-яку інформацію особистого характеру проти їх волі.

Підстави, умови та порядок включення військовослужбовців (курсантів, слухачів) до підгруп ГППУ:

Підставою для прийняття рішення про включення військовослужбовців (курсантів, слухачів) до підгрупи індивідуально-виховного впливу ГППУ є наявність таких факторів і умов:

- труднощі, пов'язані з процесом адаптації до умов службово-бойової діяльності;
- систематичні порушення військової дисципліни, відхилення від загальноприйнятих норм поведінки на службі й у побуті;
- конфліктні стосунки в сім'ї, розірвання шлюбу, утримання в сім'ях військовослужбовців важко хворих членів родини, смерть близьких людей;
- труднощі у формуванні міжособистісних стосунків у колективі;
- зловживання алкогольними напоями;
- особисте звернення військовослужбовця (курсанта, слухача) за наданням індивідуальної допомоги до працівника РОС.

Підставою для прийняття рішення про включення військовослужбовців (курсантів, слухачів) до підгрупи психологічної уваги ГППУ є наявність таких факторів і умов:

- застосування військовослужбовцем внутрішніх військ вогнепальної зброї на ураження;
- перебування військовослужбовцем внутрішніх військ в екстремальних ситуаціях, пов'язаних із загибеллю людей;
- виявлення за результатами психологічної діагностики у військовослужбовця підрозділу внутрішніх військ негативного психоемоційного стану;
- яскраво виражена схильність військовослужбовця до конфліктів, що призводить до погіршення соціально-психологічного клімату в колективі;
- ознаки формування соціально-психологічної дезадаптації особистості;
- уживання наркотичних, токсичних речовин чи психотропних препаратів, у тому числі й медичних без припису лікарів;
- підвищена хворобливість, часта відсутність на службі через стан здоров'я, скарги на самопочуття;
- передсуїцидальна поведінка, висловлювання намірів покінчити життя самогубством або наявність в анамнезі суїцидальних спроб;
- наявність випадків психічних захворювань, алкоголізму чи суїцидальної поведінки серед близьких родичів;
- акцентуації характеру, які зумовлюють виражені негативні риси особистості;
- схильність до невротичних і депресивних реакцій;
- перенесення психотравмуючих ситуацій, пов'язаних із службово-бойовою діяльністю, смертю родичів, товаришів, близьких людей, розірванням шлюбу тощо;
- особисте звернення військовослужбовця (курсанта, слухача) за психологічною допомогою до психолога.

Військовослужбовці (курсанти, слухачі), яких віднесено до ГППУ, залежно від підстав зарахування, умовно розподіляються за напрямками психопрофілактичної та індивідуально-виховної роботи.

Психопрофілактичний напрямок роботи

1. Службовий – робота з особами, які проходять службу в умовах підвищеного ризику, психоемоційного навантаження та постійного впливу стресогенних факторів службово-бойової діяльності.
2. Соціально-психологічний – робота з особами, які мають труднощі в адаптації до умов службово-бойової діяльності, конфліктні відносини з командуванням та колегами по службі, виявляють відхилення в поведінці, зловживають алкоголем, схильні до азартних ігор, виявляють наміри покінчити життя самогубством, мають у минулому суїцидальні спроби або відомі випадки суїцидальної поведінки серед їхніх близьких родичів тощо.
3. Психологічний, психосоматичний – робота з особами, в яких за підсумками психологічної діагностики отримано негативні результати та виявлено несприятливий психоемоційний стан, акцентуації характеру або схильність до невротичних і депресивних реакцій, які висловлюють скарги на самопочуття, тривалий час перебувають на лікарняному й виявляють

підвищену хворобливість, або особи, які зловживають алкоголем, помічені у вживанні наркотичних, токсичних речовин або психотропних препаратів.

Індивідуально-виховний напрямок роботи:

1. Службово-дисциплінарний – робота з особами, які систематично порушують службову дисципліну, мають низькі показники у службовій діяльності, професійній підготовці тощо.

2. Сімейно-побутовий – робота з особами, які мають конфліктні стосунки в сім'ї, розірвали шлюб, мають на утриманні важко хворих членів родини, пережили смерть близьких людей.

3. Термін перебування військовослужбовця (курсанта, слухача) у ГППУ встановлюється психологом, який безпосередньо здійснює психопрофілактичні заходи, залежить від загального психологічного стану особи та результатів проведеної психокорекційної та індивідуально-виховної роботи.

Матеріали та інформація, необхідні для зарахування військовослужбовця (курсанта, слухача) до ГППУ:

- результати психодіагностичного та соціально-психологічного вивчення;
- результати психологічного супроводження службово-бойової діяльності;
- інформація, надана командуванням, посадовими особами, безпосереднім оточенням, близькими й рідними;
- інформації, наданої офіцерами виховної роботи;
- інформації, наданої самою особою.

За наявності двох і більше осіб з подібними проблемами психолог або офіцер виховної роботи мають право сформувати таких осіб у відповідні групи й у подальшому здійснювати з ними групову роботу.

Термін перебування військовослужбовця (курсанта, слухача) у ГППУ встановлюється психологом, а в підгрупах індивідуально-виховного впливу психологом разом із офіцером виховної роботи, які безпосередньо здійснюють психопрофілактичні та виховні заходи.

Матеріали та інформація, необхідні для зарахування військовослужбовця (курсанта, слухача) до ГППУ:

- результати психодіагностичного та соціально-психологічного вивчення;
- результати психологічного супроводження службово-бойової діяльності;
- інформація, наданої командуванням, посадовими особами, безпосереднім оточенням, близькими й рідними;
- інформація, надана офіцерами виховної роботи;
- інформація, надана самою особою.

Психолог повинен повідомити під підпис військовослужбовця (курсанта, слухача) про включення його до ГППУ, пояснити підстави зарахування і порядок здійснення з ним подальших профілактичних заходів, скласти докладний план індивідуальної психопрофілактичної роботи з військовослужбовцем підрозділу, в якому визначається орієнтовна кількість годин, основні завдання психокорекційної роботи та бажаний результат, і затвердити його у заступника командира з'єднання, військової частини, навчального закладу з виховної роботи (по роботі з особовим складом).

Офіцер виховної роботи повинен пояснити підстави й порядок здійснення з військовослужбовцем, якого включено до підгрупи індивідуально-виховного впливу ГППУ, заходів індивідуально-виховного впливу, скласти докладний план індивідуально-виховної роботи з військовослужбовцем підрозділу, в якому визначається орієнтовна кількість годин, основні завдання виховної і роз'яснювальної роботи та бажаний результат, і затвердити його у заступника командира (начальника) з виховної роботи (по роботі з особовим складом).

Типові звіти за результатами психологічної роботи у військовій частині внутрішніх військ МВС України

Огляд за результатами роботи з офіцерами, прапорщиками та військовослужбовцями за контрактом, які потребують посиленої психологічної уваги та рекомендації щодо подальшої роботи з ними

Розробляється 1 раз на рік та надсилається до управління виховної роботи ГУВВ МВС України до 25 вересня

Зразок

ЗАТВЕРДЖУЮ

Командир військової частини 0000
підполковник Павлов О.П
__ січня 200__ р.

ОГЛЯД

роботи з військовослужбовцями строкової служби військової частини 0000, яких було віднесено до групи посиленої психологічної уваги у січні 200__ р.

У січні 200__ р. до групи посиленої психологічної уваги було включено:

1) рядового Воболя П.В., стрільця 1-ї патрульної роти через виявлення за результатами тестування 3-ї групи НПС, а також виявлення того, що до служби у в/с виникали думки про самогубство;

2) рядового Цуйбиду Я.С., стрільця 1-ї патрульної роти – через те, що лікарем психіатром йому визначена служба без зброї. Із прибуттям до частини молодого поповнення призову П-200__ у листопаді – грудні 200__ після проведеної роботи віднесено до ГППУ;

3) солдата Ларука В.П., стрільця 1-ї патрульної роти – через те, що він важко пристосовується до умов служби, дуже переживає розлуку з коханою дівчиною;

4) солдата Тітера П.Б., стрільця 1-ї патрульної роти – через те, що лікарем психіатром йому період адаптації визначена служба без зброї на;

Після завершення спланованої психопрофілактичної роботи та наявності позитивних результатів виключено з ГППУ таких військовослужбовців: рядового Слішина О.В., рядового Рикора В.І.

Відповідно до вимог директив КВВ МВС України № 75 від 27.09.2002 р. та № 21 від 13.10.1998 р. із вищезазначеними військовослужбовцями з боку відповідних посадових осіб здійснювалася профілактична виховна й організаційна робота, а саме: спостереження, контроль за поведінкою, індивідуальні бесіди.

Завдяки цій роботі військовослужбовцями, віднесеними до групи посиленої психологічної уваги, не було допущено злочинів, подій, дисциплінарних проступків і випадків травмувань.

Наполегливо й обмірковано профілактична виховна та організаційна

робота проводилася командиром 1-ої патрульної роти капітаном Плаксименко С.О., заступником командира роти з виховної роботи ст. лейтенантом Каровим Р.О

Під час здійснення дисциплінарної практики однією з найбільш дієвих форм виховання було подання командиром підрозділу військовослужбовців на заохочення або покарання правами командира частини, також упроваджено у практику таку форму виховання, як листування командування підрозділу з батьками військовослужбовців.

Роботу з даною категорією військовослужбовців у цілому оцінено як задовільну.

Зазначено про необхідність проведення більш цілеспрямованої індивідуально-виховної роботи та здійснення дієвого контролю за військовослужбовцями даної категорії.

З метою попередження загибелі та самогубств серед особового складу, виявлення військовослужбовців, які потребують посиленої психологічної уваги та організації роботи з ними, у підрозділах частини є певні пропозиції.

1. Роботу з групою посиленої психологічної уваги вважати пріоритетним напрямком у діяльності командирів підрозділів, їх заступників з виховної роботи. Проводити постійне спостереження та вивчення проблем військовослужбовців строкової служби.

2. Командуванню 1-ої патрульної роти забезпечити ефективну роботу з військовослужбовцями, віднесеними до групи посиленої психологічної уваги. Щоквартально на нараді командування частини аналізувати ефективність роботи з військовослужбовцями, яких віднесено до групи посиленої психологічної уваги.

3. Підвищити ефективність роботи з відбору військовослужбовців за контрактом для проходження служби у підрозділах частини. Особливу увагу приділити вивченню індивідуального рівня емоційно-вольової (нервово-психічної) стійкості, виявленню вірогідності наявності у кандидатів ознак девіантної поведінки, схильності до зловживання спиртними напоями, вживання наркотичних і збуджуючих речовин.

4. Індивідуально-виховну роботу військовослужбовцями строкової служби вважати основним засобом діяльності щодо профілактики загибелі та самогубств серед особового складу.

Офіцер (психолог) групи виховної роботи військової частини 0000
капітан
10.01.200_ року

А.В. Панов

Огляд за результатами роботи з військовослужбовцями строкової служби, які потребують посиленої психологічної уваги, і рекомендації щодо подальшої роботи з ними.

Розробляється двічі на рік і надсилається до управління виховної роботи ГУВВ МВС України до 25 січня та 25 липня.

Зразок

Список військовослужбовців строкової служби, яких віднесено до групи посиленої психологічної уваги

| Пор. № | Посада | В/зв | Прізвище, ім'я, по батькові | Призов | Причини зарахування | Заходи, що плануються з метою допомоги |
|--------|--------|---------|-----------------------------|---------|---|---|
| 1. | ІПР | рядовий | Тоболь Павло Владиславович | I-2006 | 3-тя група нервово психологічної стійкості. На підґрунті сімейно-побутових конфліктів (батько вживав спиртне) виникали думки про самогубство, спроб вчинити самогубство не було | Контроль, спостереження та поглиблене вивчення збоку офіцерів підрозділу. Цілеспрямована індивідуальна робота, консультації начальника медичної служби |
| 2. | ІПР | рядовий | Микор Василь Ігорович | I-2006 | 3-тя група нервово-психологічної стійкості. Діагноз лікаря психіатра: служба без зброї. Педагогічна запущеність. При хвилюванні сіпаються руки | Контроль, спостереження та поглиблене вивчення офіцерами підрозділу. Цілеспрямована індивідуальна робота, консультації начальника медичної служби |
| 3. | ІПР | рядовий | Лаврилук Василь Васильович | I-2006 | 3-тя група нервово психологічної стійкості. Рідний дядько по матері хворий на шизофренію | Контроль, спостереження та поглиблене вивчення збоку офіцерами підрозділу. Цілеспрямована індивідуальна робота, консультації начальника медичної служби |
| 4. | ІПР | солдат | Рітер Павло Богданович | II-2006 | Висновок лікаря психіатра: служба без зброї на період адаптації (акцентуація рис характеру) | Контроль, спостереження та поглиблене вивчення збоку офіцерів підрозділу. Цілеспрямована індивідуальна робота, консультації начальника медичної служби |

Офіцер (психолог) групи виховної роботи військової частини 0000
капітан

А.В. Панов

Зразок

Звіт

щодо кількості та причин зарахування військовослужбовців строкової служби до групи посиленої психологічної уваги військової частини 0000 станом на 15.07.200_р.

Таблиця 1

| Пор. № | Військова частина 0000 | Загальна чисельність військової строкової служби ГППУ | Із них віднесено до ГППУ за психодіагностичним тестуванням | З них | | Заг. чисельність особ. скл. стр. служби (станом на 10.06.07) | Відсоток від заг. чисельн. особ. складу строкової служби |
|--------|------------------------------|---|--|------------------|--------------------------|--|--|
| | | | | залуч. на службу | визнач. служба без зброї | | |
| 1. | 1ПР | 6 | 6 | 6 | 1 | 38 | 15,78% |
| 2. | 2ПР | - | - | - | - | - | - |
| 3. | ПРА | - | - | - | - | 12 | - |
| 4. | ВЗВ\ОХОР | - | - | - | - | 5 | - |
| 5. | ВЗВ\МТЗ | - | - | - | - | - | - |
| 6. | ЗВ\ЗВ'ЯЗКУ | - | - | - | - | - | - |
| 7 | В/СТРІЛЬБИЦЕ | - | - | - | - | 1 | - |
| 8 | Усього за військовою частину | 6 | 6 | 6 | 1 | 56 | 10,58 % |

Таблиця 2

| Порівняльні дані за 15.07.200_р. та 15.07 200_р. | | | | | |
|--|--|------------------------------|--------------------------------------|--------------------------|--|
| | | (місяць) | | (місяць) | |
| Пор. № | | Залучено на службу кількість | Визначена служба без зброї кількість | ГППУ всього кількість | Заг. чисельність особ. складу строкової служби |
| | | % від заг. кількості о/с | % від заг. кількості о/с | % від заг. кількості о/с | |
| 1 | Усього за військовою частину поточний період | $\frac{56}{100\%}$ | $\frac{1}{1,78\%}$ | $\frac{6}{10,58\%}$ | 56 |
| 2 | Усього за військовою частину попередній період | $\frac{74}{100\%}$ | $\frac{2}{2,7\%}$ | $\frac{16}{21,6\%}$ | 74 |

Таблиця 3

| Пор. № | Військова частина 3055 | Призов II-2006 | Призов I-2007 |
|--------|-----------------------------|----------------|---------------|
| 1. | 1ПР | 1 | 5 |
| 2. | 2ПР | - | - |
| 3. | ПРА | - | - |
| 4. | ВЗВ\ОХОП | - | - |
| 5. | ВЗВ\МТЗ | - | - |
| 6. | ВЗВ\ЗВ'ЯЗКУ | - | - |
| 7. | В\СТРІЛЬБИЩЕ | | |
| 8. | Всього за військову частину | 1 | 5 |

Таблиця 4

| Причина зарахування до ГППУ | 1ПР | 2ПР | ПРА | ОВО | ВМТЗ | В\СТРБ | ВЗ\ЗВ'ЯЗКУ | За в/ч |
|--|-----|-----|-----|-----|------|--------|------------|--------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| За результатами психодіагностичних методик | 6 | - | - | - | - | | - | 6 |
| Труднощі під час адаптації до умов служби та військового життя | - | - | - | - | - | | - | - |
| Низька комунікабельність, скритність, похмурість, підвищена чуттєвість, уразливість | | | | | | | | |
| Систематичні порушення військової дисципліни, відхилення від загальноприйнятих норм поведінки на службі й у побуті | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

| | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|--|---|---|
| Труднощі у формуванні міжособистісних стосунків, яскраво виражена схильність до конфліктів, що призводить до погіршення соціально-психологічного клімату в колективі | | | | | | | | |
| Наявність випадків психічних захворювань, алкоголізму чи суїцидальної поведінки серед близьких родичів | 1 | - | - | - | - | | - | 1 |
| Низька успішність навчання у школі (технікумі тощо), наявність ознак педагогічної запущеності | | - | - | - | - | | - | 1 |
| За результатами соціометричних досліджень показано найнижчий соціальний статус у колективі штатного підрозділу | | | | | | | | |
| За особистим бажанням | | | | | | | | |
| Інші причини..... | | | | | | | | |

Військовослужбовець, якому визначена служба без зброї, - солдат Рітер Павло Богданович

Офіцер(психолог) групи виховної роботи військової частини 0000
капітан

Панов А.В.

Зразок

ЗАТВЕРДЖУЮ

Командир військової частини 0000
полковник Павлов О.П.
17 вересня 200_р.

ОГЛЯД

роботи з офіцерами, прапорщиками, військовослужбовцями за контрактом військової частини 0000, яких було віднесено до групи посиленої психологічної уваги у 1-му півріччі 200_р.

У I півріччі 2007 року до групи посиленої психологічної уваги було в к л ю ч е н о :

1) капітана Калуньова С.В. – начальника служби артилерійського озброєння – через систематичне порушення службової дисципліни, відхилення від загальноприйнятих норм поведінки на службі й у побуті;

2) капітана Власененка С.А. – начальника служби КЕЧ – через відхилення від загальноприйнятих норм поведінки на службі й у побуті;

3) ст. лейтенанта Дузіна О.В. – командира взводу 1-ої патрульної роти – через те, що офіцер має низький авторитет серед товаришів по службі, тривале погіршення уваги її концентрації або здатності до якісного мислення, постійне відчуття неповноцінності, непридатності, втрата самоповаги, тривожність, неадекватне почуття відповідальності та провини;

4) прапорщика Табакова Т.К. – командира відділення 2 патрульної роти – через нестриманість та імпульсивність у поведінці, надмірну образливість та агресивне сприйняття критики на свою адресу, завищену самооцінку, вимогу особливого ставлення до себе;

5) прапорщика Мілясника О.В. – помічника НВН 2-ої патрульної роти – через неадекватну образливість, підвищене роздратування, підозріле ставлення до тих, хто його оточує, болоче сприйняття критики на свою адресу, безпричинну зміну настрою, схильність до необґрунтованого ризику, виявлення чудернацьких поведінкових особливостей;

б) ст. прапорщика Сванова С.І. – начальника їдальні – через відхилення від загальноприйнятих норм поведінки на службі й у побуті;

7) ст. сержанта Косманова О.О. – командира відділення ВМТЗ – через відхилення від загальноприйнятих норм поведінки на службі та в побуті;

8) ст. солдата Пладикіна А.А. – стрільця 1-ої патрульної роти – через відхилення від загальноприйнятих норм поведінки на службі й у побуті;

Після завершення спланованої психопрофілактичної роботи і наявності позитивних результатів з ГППУ в и к л ю ч е н о :

– капітана Власененка С.А., начальника служби КЕЧ частини.

Відповідно до вимог директиви КВВ МВС України № 14 від 01.09.2008 р.

із вищезазначеними військовослужбовцями відповідними посадовими особами здійснювалася профілактична виховна та організаційна робота, а саме: спостереження, контроль за поведінкою, індивідуальні бесіди, заходи дисциплінарного впливу, відвідування сімей військовослужбовців, для здійснення цієї роботи залучалися громадські організації.

Завдяки цій роботі військовослужбовцями, яких було віднесено до групи посиленої психологічної уваги, не було допущено злочинів, подій, дисциплінарних проступків і випадків травмувань.

Найбільш наполегливо та обмірковано профілактична виховна та організаційна робота проводилася з військовослужбовцями зазначеної категорії у I півріччі 2007 р. у 2-й патрульній роті, де командиром роти капітан Бужавков О.А., заступник з виховної роботи ст. лейтенант Браласов С.А.

Поверхово, епізодично індивідуально – виховна робота з військовослужбовцями зазначеної категорії у I півріччі 2007 р. проводилась у 1-й патрульній роті, де командир роти капітан О.С. Плаксименко, заступник командира роти з виховної роботи ст. лейтенант Каров Р.О.

Офіцерами командування, управління, підрозділів здійснювалося відвідування військовослужбовців зазначеної категорії за місцем проживання з метою вивчення житлово-побутових умов, проведення бесід з дружинами та батьками військовослужбовців.

У процесі здійснення дисциплінарної практики однією з найбільш дієвих форм виховання роль командирів підрозділів було зведено до подання військовослужбовців на заохочення або покарання правами командира частини.

Роботу з даною категорією військовослужбовців у цілому відмічено, як задовільну. Вказано на необхідність проведення більш цілеспрямованої індивідуально-виховної роботи та здійснення дієвого контролю за військовослужбовцями даної категорії.

З метою попередження загибелі й самогубств серед особового складу, виявлення військовослужбовців, які потребують посиленої психологічної уваги та організації роботи з ними, в підрозділах частини є пропозиції:

1. Роботу з групою посиленої психологічної уваги вважати пріоритетним напрямком у діяльності командирів підрозділів, їх заступників з виховної роботи. Проводити постійне спостереження та вивчення проблем офіцерів, прапорщиків, військовослужбовців за контрактом .

2. Командуванню підрозділів частини забезпечити ефективну роботу з військовослужбовцями, яких віднесено до групи посиленої психологічної уваги. Щоквартально на нараді командування частини аналізувати ефективність роботи з військовослужбовцями, віднесеними до групи посиленої психологічної уваги.

3. Підвищити ефективність роботи по відборі військовослужбовців за контрактом для проходження служби у підрозділах частини. Особливу увагу приділити вивченню індивідуального рівня емоційно-вольової (нервово-психічної) стійкості, виявленню вірогідності наявності у кандидатів ознак девіантної поведінки, схильності до зловживання спиртними напоями, вживання наркотичних і збуджуючих речовин.

4. Індивідуально-виховну роботу з офіцерами, прапорщиками, військовослужбовцями за контрактом вважати основним засобом діяльності щодо профілактики загибелі та самогубств серед особового складу.

5. Особливу увагу в індивідуальній роботі звертати на вивчення поведінки офіцерів, прапорщиків та військовослужбовців за контрактом у вільний від служби час. Організувати відвідування сімей офіцерів, прапорщиків і військовослужбовців за контрактом, яких віднесено до групи посиленої психологічної уваги.

Заступник командира військової частини 0000 з виховної роботи
підполковник

І.І. Петренко

Офіцер (психолог) групи виховної роботи військової частини 0000
капітан
17.09.200_р.

А.В. Панов

Зразок

Список офіцерів, прапорщиків, військовослужбовців військової служби за контрактом, яких віднесено до групи посиленої психологічної уваги

| Пор. № | Посада | В/зв | Прізвище, ім'я та по батькові | Термін перебування на посаді | Причини зарахування | Заходи, що плануються з метою допомоги | Заходи роботи психолога |
|--------|------------|---------|-------------------------------|------------------------------|--|--|---|
| 1. | КВ 2ПР | пр-к | Табаків Іван Костянтинівич | 4 роки | Нестриманість та імпульсивність у поведінці, надмірна образливість та агресивне сприйняття критики на свою адресу, завищена самооцінка, вимога на особливе ставлення до себе | Індивідуальні бесіди та спостереження за поведінкою з боку безпосередніх начальників. Відвідування за місцем проживання. Контроль за поведінкою під час служби | Спостереження за поведінкою консультативні співбесіди, відвідування за місцем проживання вивчення психічних станів (методика Басса–Дарки) |
| 2. | КВ 1ПВ 1ПР | ст. л-т | Дузін Володимир Володимирович | 2 роки 2 міс | Має низький авторитет серед співслужбовців. Тривале погіршення уваги її концентрації або здібності до якісного мислення постійне відчуття неповноцінності, непридатності, втрата самоповаги, тривожність, неадекватне почуття відповідальності та провини. | Індивідуальні бесіди та спостереження за поведінкою з боку безпосередніх начальників. Відвідування за місцем проживання. Контроль за поведінкою під час служби | Спостереження за поведінкою консультативні співбесіди, відвідування за місцем проживання вивчення психічних станів (методика Басса – Дарки) |

Офіцер (психолог) групи виховної роботи військової частини 0000
к-н

А.В. Панов

Зразок

Звіт

**щодо кількості та причин зарахування офіцерів, прапорщиків та
військовослужбовців за контрактом до групи посиленої психологічної
уваги військової частини 0000**

| Причини зарахування до ГППУ | | Офіцери | | Прапорщики та військовослужб. за контрактом | | Усього | |
|--------------------------------|---|------------------|---------------|---|---------------|------------------|---------------|
| | | Чисель- ність | % від ГППУ | Чисель- ність | % від ГППУ | Чисель- ність | % від ГППУ |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 1. | Зловживання алкоголем, уживання наркотичних, токсичних речовин чи психотропних препаратів, у тому числі й медичних без припису лікарів | | | | | | |
| 2. | Систематичні порушення службової дисципліни, відхилення від загальноприйнятих норм поведінки на службі й у побуті | 1 | 12.5 | 4 | 50 | 5 | 62.5 |
| 3. | Підвищена хворобливість, часта відсутність на службі через стан здоров'я, скарги на самопочуття | | | | | | |
| 4. | Труднощі, пов'язані з процесом адаптації до умов службової діяльності | 1 | 12.5 | | | 1 | 12.5 |
| 5. | Виявлення за результатами психологічної діагностики у військовослужбовців негативного психоемоційного стану | | | | | | |
| 6. | Застосування військовослужбовцями вогнепальної зброї на ураження | | | | | | |
| 7. | Перебування військовослужбовців в екстремальних ситуаціях, пов'язаних із загибеллю людей | | | | | | |
| 8. | Ознаки формування соціально-психологічної дезадаптації особистості | | | | | | |
| 9. | Труднощі у формуванні міжособистісних стосунків, яскраво виражена схильність до конфліктів, що призводить до погіршення соціально-психологічного клімату в колективі, сім'ї | | | 2 | 25 | 2 | 25 |
| 10. | Передсуїцидальна поведінка, висловлювання намірів покінчити життя самогубством або наявність в анамнезі суїцидальних спроб | | | | | | |
| 11. | Наявність випадків психічних захворювань, алкоголізму чи суїцидальної поведінки серед близьких. Акцентуації характеру, які зумовлюють виражені негативні риси особистості родичів | | | | | | |
| 12. | Схильність до невротичних та депресивних реакцій | | | | | | |

| | | | | | | | |
|------------------------------|---|----------|-----------|----------|-----------|----------|------------|
| 13. | Перенесення психотравмуючих ситуацій, пов'язаних із службовою діяльністю, смертю родичів, товаришів, близьких людей, розірванням шлюбу тощо | | | | | | |
| 14. | Особисте звернення військовослужбовця за психологічною допомогою до психолога | | | | | | |
| За військову частину: | | 2 | 25 | 6 | 75 | 8 | 100 |

Офіцер (психолог) групи виховної роботи військової частини 0000
капітан

А.В. Панов

Звіт психолога військової частини 0000

Примітка: (відповідно до наказу командувача ВВ МВС України № 39 від 28.01.2006 р. психолог частини надсилає за квартал, півріччя, 9 місяців, рік у групу психологічного забезпечення відділення виховної роботи ТрК, психолог ТрК надсилає до групи психологічного забезпечення управління виховної роботи ГУ ВВ МВС України. Розробляється щоквартально до 25 числа останнього місяця звітного періоду. Електронною поштою звіти направляються до 20 числа останнього місяця звітного періоду. Річний звіт додатково повинен мати описову частину).

Професійно-психологічний відбір, індивідуальна робота, первинна психопрофілактика

| Управління ТрК (з'єднання, військова частина) | Відбір на службу | | | | Відбір на навчання у ВНЗ | | | | Заходи адаптації до умов служби | | | | | | Індивідуальна робота та первинна психопрофілактика з військовослужбовцями | | | | | | | | | | | |
|--|----------------------------|------------|----------------------|---|----------------------------|------------|----------------------------|------------|---------------------------------|---|--------------------------|------------|-------------------------------|------------|---|----------------------------|-------------|------------------------------|---|-----------|-----------|-------------------------------------|------------|--|------------|----------|
| | Усього охоплено кандидатів | | Негативних висновків | | Усього прийнятих на службу | | Усього охоплено кандидатів | | Негативних висновків | | Охоплено працівників ОВС | | Звільнено на 1-му році служби | | К-сть консультацій наставників | Додаткова психодіагностика | | Надано психологічну допомогу | | | | Група посиленої психологічної уваги | | Направлено до спеціалізованих медичних установ | | |
| | К-сть | % | К-сть | % | К-сть | % | К-сть | % | К-сть | % | К-сть | % | К-сть | % | | К-сть | % | К-сть | % | К-сть | % | К-сть | % | | К-сть | % |
| Офіцери, прапорщики | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | 02 | 7 | | | | | .4 | - | | | .4 | - |
| Військовослужбовці контрактної служби | | 0.3 | | | 0 | .3 | | .8 | | | 0.3 | 1.6 | | | | 0.3 | | | | 8.9 | 7 | 0.3 | | .8 | - | |
| Солдати строкової служби | 7 | 8.1 | | | 7 | 8.1 | | | | | 4 | 00 | | | 4 | 4 | 00 | 7 | | 5 | 9.5 | 12 | 5.6 | 6 | 0.8 | - |
| Курсанти | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | - |
| Усього | 4 | 7.1 | | | 44 | 7,1 | | 0,8 | | | 81 | 2,4 | 4 | 1,6 | 80 | 181 | 72,4 | 18 | | 25 | 10 | 15 | 7,6 | 24 | 9,6 | - |

Психологічне супроводження служби

Таблиця 3

| Управління ТрК (з'єднання, військова частина) | Суїцидів і спроб | | | Службо ві розслідування | | Супроводження служби | | | | Психологічна підготовка працівників | | | Підтримка соціально-психологічного клімату | | | | | | | | |
|--|------------------------|---------------|--|---|-------------------------------------|--|--|---|--|--|---|---|---|------------------------------|--|--|----------------|---------------|----------------|---|-----|
| | Закінчених (к- сть) | Спроб (к-сть) | Участь психолога в розслідуванні | Участь психолога у службових розслідуваннях (к-сть) | Розглянуто заяв та скарг (к-сть) | Кількість поглиблених психологічних обстежень при призначенні на керівні | Кількість поглиблених психологічних обстежень при формуванні резерву на висування | Кількість поглиблених психологічних обстежень при призначенні на інші посади | Консультації керівників щодо організації професійної діяльності (к-сть) | К-сть занять, проведених психологом | К-сть консультацій, наданих психологами працівникам ОВС, які | К-сть проведених тематичних тренінгів | Чисельність осіб, які брали участь у вивченні | % від загальної кількості | Вивчення соціально- психологічного клімату | Стан соціально- психологічного клімату в колективі | | | | Низький рейтинг керівників (к- сть) | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | Опти мальний | Пози тивний | Несті йкий | Нега тивний | | |
| Офіцери, прапорщики | - | - | - | 3 | | - | - | - | 10 | | 12 | | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Військовосл ужбовці контрактної служби | - | - | | 1 | | 11 | | 7 | 12 | | 3 | | 4 | | | | | | | | - |
| Солдати строкової служби | - | - | | - | 2 | - | | - | 45 | | - | | 4 | | | | | | | | - |
| Курсанти | - | - | | - | | - | | - | - | | - | | | | | | | | | | - |
| Усього | - | - | | 4 | 7 | 11 | | 7 | 67 | 7 | 5 | | 08 | | | | | | | | 126 |

**Офіцер (психолог) групи виховної роботи військової частини 0000
капітан
А.В. Панов**

Зразок

Журнал обліку роботи з військовослужбовцями, які віднесені до групи посиленої психологічної уваги

1. Робота з офіцерами, прапорщиками та військовослужбовцями за контрактом

| з/п | Посада | Військове звання | Прізвище, ім'я та по батькові | Термін перебування у посаді | Причини зарахування | Заходи, що плануються | Заходи роботи офіцера-психолога |
|-----|----------------------|-------------------|-------------------------------|-----------------------------|--|--|--|
| | Старшина 2 ПР роти | прапорщик | Сергієнко Сергій Петрович | 1 рік | Постійне відчуття неповноцінності, втрата самоповаги. Схильність до вживання спиртних напоїв останнім часом посилюється. | Консультації начальника медичної служби. Контроль з боку командирів. | Додаткове психологічне вивчення підгрунтя наявного психологічного стану, застосування методик (вказуються які). Індивідуальна робота офіцера-психолога – щотижневе консультування. Робота з родиною |
| | Командир взводу РМТЗ | старший лейтенант | Іваненко Іван Васильович | 2 роки | Порушення дисципліни стають систематичними. Переважає безпідставно негативне відношення до інших людей. Низька комунікабельність, скритність, постійна похмурість | Контроль з боку командирів. Розгляд на засіданні атестаційної комісії, ІВР | Вивчення психологічних передумов (причин) наявного стану. Психологічне вивчення за допомогою методик (вказуються які). Індивідуальна робота офіцера-психолога (консультативні співбесіди). Робота з особами, яким офіцер підпорядкований |

2. Робота з військовослужбовцями строкової служби

| з/п | Підрозділ | Військове звання | Прізвище, ім'я та по батькові | Прізвище | Причини зарахування | Заходи, що плануються | Заходи роботи офіцера-психолога |
|-----|-----------|------------------|-------------------------------|----------|--|--|---|
| | 1 ПР 1 ПБ | рядовий | Ковальчук Павло Іванович | П-2001 | Тривожність, неадекватне почуття провини, має досвід вживання наркотичних речовин. За результатами методики "Прогноз" віднесений до III групи НПС | ІВР, контроль з боку командирів. Обмеження службового використання. Консультації начальника медичної служби. | Додаткове психологічне вивчення підгрунтя наявного психологічного стану, застосування методик (вказуються які). Підготовка пропозицій (рекомендацій) офіцера-психолога для командира 1 ПР та ЗКВР. Індивідуальна робота офіцера-психолога щодо зниження рівня тривожності. Оцінка можливості вживання наркотичних речовин. Консультування сержантського складу та активу підрозділу. Контроль виконання рекомендацій офіцера-психолога |

3. Робота з військовослужбовцями строкової служби, яким визначена служба без зброї

| з/п | Підр озділ | Війсь кове звання | Прізвище, ім'я та по батькові | Пр изов | Причини зарахування | Заходи, що плануються | Заходи роботи офіцера-психолога |
|-----|---------------|----------------------|-----------------------------------|-------------|---|---|---|
| 3 | РМТ | рядов ий | Борисов Петро Васильович | II- 2001 | Судорожні припадки, тик, тремтіння, судорожні рухи м'язів. За результатами методики "Прогноз" віднесений до III групи НПС | Контроль з боку командирів та медичних працівників. ІВР | Індивідуальна робота офіцера-психолога, консультації начальника медичної служби, психокорекційна робота. Підготовка пропозицій (рекомендацій) офіцера-психолога для командира РБМТЗ. Контроль виконання рекомендацій офіцера-психолога |
| 2 | 3 ПР ПБ | рядов ий | Павленко Андрій Миколайович | I- 2001 | Загибель через суїцид батька у 1996 р. Низька комунікабельність, скритність, постійна похмурість. Мав травму голови у 2000 р. Низька успішність навчання у школі (середній бал 3,0). За результатами методики "Прогноз" віднесений до IV групи НПС. | Контроль з боку командирів та медичних працівників, ІВР | Додаткове психологічне вивчення, визначення можливості розвитку суїцидальної поведінки. Індивідуальна робота офіцера-психолога щодо активізації та поглиблення позитивних соціальних стосунків, консультації начальника медичної служби. Підготовка пропозицій (рекомендацій) офіцера-психолога для командира 3 ПР 2ПБ. Контроль виконання рекомендацій офіцера-психолога |

Офіцер (психолог) групи виховної роботи військової частини 0000
к-н

А.В Панов

**Журнал
обліку психопрофілактичної роботи з
особовим складом військової частини 0000**

1. Робота з офіцерами, прапорщиками та військовослужбовцями військової служби за контрактом

| з/п | Посада | Військове звання | Прізвище, ім'я та по батькові | Термін перебування у посаді | Причини звернення до психолога | Заходи роботи офіцера-психолога |
|-----|-----------------------------------|------------------|-------------------------------|-----------------------------|---|--|
| | Начальник військового наряду 1 ПР | ст. прапорщик | Лях Петро Петрович | 1 рік | Має проблеми взаємовідносин з дружиною, тривожний сон | Додаткове психологічне вивчення підґрунтя наявного психологічного стану, застосування методик (вказуються які). Індивідуальна робота офіцера-психолога – щотижневе консультування. Робота з родиною. |
| | Командир Іпатрульного взводу | лейтенант | Прихненко Степан Васильович | 2 роки | Погані взаємовідносини у колективі, надмірна образливість на співслужбовців | Вивчення психологічних передумов (причин) наявного стану. Психологічне вивчення за допомогою методик (вказуються які). Індивідуальна роботи офіцера-психолога (консультативні співбесіди). Робота з особами, яким офіцер підпорядкований |

2. Робота з військовослужбовцями строкової служби

| з/п | Підрозділ | Військове звання | Прізвище, ім'я та по батькові | Призов | Причини звернення до психолога | Заходи роботи офіцера-психолога |
|-----|-----------|------------------|-------------------------------|--------|---|--|
| | 1 ПР | рядовий | Павлусенко Сергій Сергійович | П-2007 | Тривожність, неадекватне почуття відповідальності та провини. | Додаткове психологічне вивчення підґрунтя наявного психологічного стану, застосування методик (вказуються які). Підготовка пропозицій (рекомендацій) офіцера-психолога для командира 1 ПР та ЗКВР. Індивідуальна робота офіцера-психолога щодо зниження рівня тривожності. Контроль виконання рекомендацій офіцера-психолога |

Місце для
фотографії

Конфіденційно
(по заповненню)

КАРТА
психологічного супроводження
військовослужбовця (службовця) внутрішніх військ МВС України

(назва підрозділу)

1. Прізвище, ім'я та по батькові _____
2. Дата народження _____
3. Місце народження _____
4. Освіта _____
(указати рік отримання освіти та спеціалізацію)
5. Посада _____
(указати посаду та дату призначення)
6. Військова служба _____
(указати період служби, рід військ, місце проходження, звання та посаду)
7. Домашня адреса (телефон) _____
8. Склад сім'ї: _____

(прізвище, ім'я по батькові, рік та місце народження, домашня адреса,
рід діяльності близьких родичів)

9. Висновки психологічного
супроводження _____

(заповнюється психологом після проведення психодіагностичних обстежень
та інших форм психологічного супроводження)

Зразок

ЗАТВЕРДЖУЮ
Заступник командира військової
частини 0000 з виховної роботи
підполковник
М.І. Морканьов
_____ 2007 р.

ПРОГРАМА
проведення психологічного дослідження індивідуально-психологічних
особливостей військовослужбовців 1-ї роти (батальйону) в/ч

Актуальність дослідження. Недостатній рівень психологічного вивчення особового складу 1-го взводу 1-ї роти та необхідність ефективної організації процесу їхнього виховання та навчання визначає актуальність даного дослідження.

Об'єкт дослідження: особистість військовослужбовців 1-го взводу.

Предмет дослідження: показники основних психологічних властивостей темпераменту (екстраверсія–інтроверсія, ригідність–пластичність, активність, темп реакції), нервово-психологічної стійкості, основних рис характеру (акцентуації, комунікативність, організаційні здібності).

Мета дослідження: визначити та проаналізувати індивідуально-психологічні особливості військовослужбовців 1-го взводу та їх вплив на якість виконання службових обов'язків.

Завдання дослідження

1. Здійснити аналіз основних психологічних властивостей темпераменту особового складу 1-го взводу та визначити їх особливості.
2. Здійснити аналіз акцентуацій характеру особового складу 1-го взводу та визначити їх особливості.
3. Визначити рівень комунікативних та організаційних здібностей особового складу.
4. Здійснити аналіз і визначити рівень нервово-психічної стійкості особового складу.
5. Обґрунтувати вплив виявлених особливостей темпераменту, рис характеру, рівнів нервово-психічної стійкості, комунікативних та організаторських здібностей на якість виконання службово-бойових завдань.
6. Запропонувати практичні рекомендації командуванню частини, підрозділу щодо подальшої психологічної роботи з підлеглими, а також пропозиції військовослужбовцям щодо поліпшення особистісних професійно важливих якостей.

Стисла характеристика групи, що досліджується. Військовослужбовці 1-го взводу складаються виключно із військовослужбовців, що проходять

військову службу за контрактом. Вікові показники особового складу групи від 19 до 24 років, середній вік – 21 рік. Мають середньотехнічну освіту – 3 чол., середньо-спеціальну освіту – 3 чол., решта – середню освіту. Жоден із військовослужбовців групи в офіційному шлюбі не перебуває. За походженням: 6 чол. – представники західних областей, 3 чол. – представники центральних областей, 6 чоловік – представники південних областей та АР Крим, 9 чол. – представники східних областей. Термін перебування на військовій службі (у тому числі за контрактом) – від 1 до 5 років, середній термін – 2,3 роки.

Склад групи дослідників: психолог військової частини, заступник командира роти з виховної роботи.

Методи та методики дослідження: бесіда, спостереження, психодіагностичний метод, який включає: методику вивчення психологічних властивостей темпераменту; методику визначення екстраверсії, інтроверсії та рівня нейротизму Г. Айзенка; методику виявлення комунікативних та організаторських здібностей Б. Федоришина; методику оцінки рівня нервово-психічної стійкості (“Прогноз-2”) В.А. Бодрова; методику виявлення акцентуацій характеру Леонгарда–Шмішека.

Психолог військової частини 0000
майор
14.12.200_р.

В.С. Васищев

Зразок

ЗАТВЕРДЖУЮ

Заступник командира військової частини 0000 з виховної роботи
підполковник

М.І. Морканьов

_____ 2007 р.

ПРОГРАМА

проведення соціометричного дослідження військовослужбовців 1-ї роти

Актуальність дослідження. Поряд з офіційною структурою у відносинах між членами військового підрозділу зав'язується система неофіційних стосунків, які основані на емоційній природі спілкування воїна. Потреба кожного з них у спілкуванні, взаємній симпатії та інших відносинах із товаришами по службі є тією основою, на якій у військовому підрозділі як різновиді малої соціальної групи, формуються неформальні малі групи. Як правило, у первинних військових колективах, які нараховують 20–30 осіб, виникає кілька неформальних структур. Наприклад, структури взаємопідтримки, взаємовпливу, популярності, престижу, лідерства тощо. Неформальна структура військового підрозділу залежить від формальної його структури тією мірою, в якій воїни підпорядковують свою поведінку меті та

завданням спільної бойової діяльності, правилам рольової взаємодії. Звичайно, такі малі неформальні групи нараховують 2–3, іноді до 7–8 осіб. Їх члени груп прагнуть до близьких взаємовідносин не тільки у службових справах, а й у вільний від служби час. Такі неформальні групи можуть мати як позитивну спрямованість, так і негативну. Знання складу цих груп, особливо негативно спрямованих, допомагає офіцеру цілеспрямованіше організувати свою діяльність з особовим складом підрозділу.

Ураховуючи те, що підрозділ сформований чотири місяці тому, виникла необхідність детальної діагностики міжособистісних відносин з метою їх зміни, поліпшення та вдосконалення; вивчення типології соціальної поведінки воїнів в умовах групової діяльності; оцінки соціально-психологічної сумісності членів даного підрозділу; визначення статусу кожного військовослужбовця групи; вивчення неформальних відносин і виявлення неформальних мікрогруп у підрозділі, аналіз рівня розвитку колективу. Усе це визначило актуальність проведення соціометричного дослідження.

Об'єкт дослідження: особовий склад 1-ї роти.

Предмет дослідження: міжособистісні відносини у групі, соціально-психологічна сумісність військовослужбовців, соціально-рольовий статус кожного військовослужбовця.

Мета дослідження: діагностика міжособистісних відносин, вивчення типології соціальної поведінки військовослужбовців в умовах групової діяльності, оцінка соціально-психологічної сумісності членів військового підрозділу, визначення статусу членів даного колективу, вивчення неформальних відносин у підрозділі.

Завдання дослідження

1. Здійснити аналіз формальних і неформальних критеріїв міжособистісних відносин, які ґрунтуються на ділових якостях партнерів спільної діяльності.
2. Здійснити аналіз і визначити позитивних і негативних лідерів, і тих особистостей, які можуть бути неприйнятні колективом.
3. Запропонувати практичні рекомендації командуванню частини, підрозділу щодо подальшої психологічної роботи з підлеглими, а також пропозиції військовослужбовцям щодо поліпшення особистісних професійно важливих якостей.

Стисла характеристика групи, що досліджується: військовослужбовці 1-го взводу є виключно військовослужбовцями військової служби за контрактом. Вікові показники особового складу групи від 19 до 24 років, середній вік – 21 рік. Мають середньо-технічну освіту – 3 чол., середньо-спеціальну освіту – 3 чол., решта – середню освіту. Жоден із військовослужбовців групи в офіційному шлюбі не перебуває. За походженням: 6 чоловік – представники західних областей, 3 чол. – представники центральних

областей і 6 чоловік – представники південних областей та АР Крим, 9 чоловік – представники східних областей. Термін перебування на військовій службі (у тому числі за контрактом) – від 1 до 5 років, середній термін – 2,3 роки.

Склад групи дослідників: психолог військової частини, заступник командира роти з виховної роботи.

Методи та методики дослідження: методика соціометричного опитування (параметричний та непараметричний варіанти), соціограма, метод узагальнення незалежних характеристик.

Психолог військової частини 0000
майор
14.12.200_р.

В.С. Васищев

Способи швидкого зняття психоемоційного напруження

Перепочинок. Звичайно, коли ми буваємо чимось засмучені, то починаємо стримувати дихання. Вивільнення дихання – один із основних способів звільнитися від неприємних думок.

Відкладіть убік всі проблеми, які вас турбують. Ви зможете повернутися до них, коли побажаєте, але немає лиха в тому, щоб дати собі перепочинок. Протягом трьох хвилин дихаєте повільно, спокійно і глибоко. Можете навіть заплющити очі, якщо вам так більше подобається. За бажання полічіть до п'яти, поки робите вдих, і до семи, коли видихаєте. Витрата більшої кількості часу на видих створює м'який, заспокійливий ефект. Уявіть, що, при насолодженні цим глибоким неквапливим видихом, всі ваші занепокоєння й неприємності зникають.

Перепочинок – це техніка релаксації. Вона працює як засіб, що відволікає увагу, що відводить думки від проблем хоча б на кілька хвилин.

Прості твердження. Повторення коротких, простих тверджень дозволяє впоратися з емоційною напруженістю. От кілька прикладів:

- Зараз я почуваю себе краще.
- Я можу повністю розслабитися, а потім швидко зібратися.
- Я можу керувати своїми внутрішніми відчуттями.
- Я впораюся з напруженістю в будь-який момент, коли побажаю.
- Життя занадто коротке, щоб витрачати його на всякі занепокоєння.
- Що б не трапалося, я намагатимуся зробити все від мене залежне, щоб уникнути стресу.
- Внутрішньо я відчуваю, що в мене все буде добре.

Намагайтеся придумати свої власні формулювання. Робіть їх короткими, позитивними; уникайте негативних слів типу “ні” і “не виходить”. Дуже важливе повторення. Повторюйте свої твердження щодня по кілька разів уголос або записуйте на папері.

Чарівне слово. Перериває автоматичний потік думок за допомогою заспокійливого слова або фрази.

Виберіть прості слова типу: “мир”, “відпочинок”, “спокій”, “заспокоїтись”, “урівноважений”. Замість слів можна вживати: 1001, 1002 і т.д. або використати фрази типу: “глибоке і ще глибше розслаблення”. Нехай думки проносяться у вашій голові, не давайте їм заволодіти вами.

Закрийте очі й зосередьтеся. Повторюйте слово, фразу або лічіть про себе протягом 60 секунд. Дихаєте повільно й глибоко.

Зняття напруження у 12 точках. Кілька разів на день займайтеся такими вправами (завжди пам'ятати про свої фізичні можливості!). Почніть із плавного обертання очима і двічі в одному напрямку, а потім двічі в іншому. Зафіксуйте свою увагу на віддаленому предметі, а потім переключіть його на предмет, розташований поблизу. Насупіться, напружуючи навколоокові м'язи, а потім розслабтеся. Після цього займіться щелепою й широко позіхніть кілька разів. Розслабте шию, спочатку похитуючи головою, а потім покручуючи нею з боку

в бік. Підніміть плечі до рівня вух і повільно опустіть. Розслабте зап'ястя й поведіть ними. Стисніть і розтисніть кулаки, розслаблюючи кисті рук. Зробіть три глибоких вдихи. Потім м'яко прогніться у хребті назад і з боку в бік. Напружте і розслабте сідниці, а потім литки ніг. Покрутіть ступнями, щоб розслабити щиколотки. Стисніть пальці ніг таким чином, щоб вони загнулись нагору, повторите тричі. Якщо вам важко рухатися всім тілом, ви можете спробувати помірковано напружувати й розслаблювати кожен частину тіла окремо.

Дихання на рахунок 7–11. Допомагає зняти велику фізичну напруженість, не виходячи зі стресової ситуації. Дихати слід дуже повільно і глибоко, причому так, щоб увесь цикл дихання займав близько 20 секунд. Можливо, спочатку буде відчуватись утруднення, але без напруження. Лічити до 7 слід при вдиху і до 11 при видиху.

Необхідність настільки розтягувати дихання вимагає повної концентрації уваги. Глибокий вдих послаблює напруження, що неминухо з'являється у міжреберних м'язах. Розтягнутий у часі видих розслаблює живіт. Якщо при першій спробі відчувається легке запаморочення, то наступного разу скоротити період повного циклу й дихати менш глибоко.

Розминка. Деяким людям легше знімати напруженість у процесі руху, ніж у стані спокою. Можна спробувати виразити свої відчуття у фізичних вправах, зайнявшись гімнастикою або аеробікою, танцюючи або борючись з уявним супротивником. Навіть коротка активна дія (наприклад, кілька присідань) підніме тонус і змінить настрій. Ефективна швидка ходьба, біг. При цьому звичайно слід подбати про те, щоб не перевтомитися.

Самомасаж. Навіть протягом напруженого дня завжди можливо відняти час для міні-відпочинку й розслабитися. Ви можете злегка помасажувати певні точки тіла. Натискати не сильно, можна заплющувати очі. От деякі з цих точок:

- *міжбрівна область*: потерти це місце повільними круговими рухами;
- *задня частина шиї*: м'яко стисніть кілька разів однією рукою;
- *щелепа*: потерти по обидва боки місце, де закінчуються задні зуби;
- *плечі*: помасажувати верхню частину плечей усіма п'ятьма пальцями;

Більш проникний варіант самомасажу полягає в одночасному погладжуванні рукою напруженого м'яза й наяві тепла, що виходить від руки й проникає в напружену область. Найбільш дієвий, енергійний підхід – злегка поплескати себе з голови до кінчиків пальців ніг. Це й розслаблює, і дає певний заряд енергії.

Питання до самого себе. Нейтралізує засоби, що блокують відчуття щастя, шляхом створення нових перспектив у ситуаціях пресингу.

Коли ви підозрюєте, що перебільшуєте значення якоїсь проблеми, задайте собі такі питання:

- Це насправді така Велика Справа?
- Чи піддається в цей момент ризику що-небудь по-справжньому?
- Чи дійсно це гірше, ніж те, що було колись?
- Чи вважатиму я це таким же важливим через два тижні?
- Чи варте це того, щоб так переживати?

- Чи варто за це вмерти?
- Що найгірше може трапитися й чи зможу я впоратися з цим?

Відволікання уваги. Це спосіб позитивного відволікання, який блокує стресові думки й почуття.

Протягом кількох хвилин сконцентруйте свою увагу на якому-небудь нейтральному предметі. Нижче наведено чотири можливості.

1. Запишіть 10 найменувань предметів або речей, про які ви мрієте. Не обов'язково щось важливе, просто приємні речі, наприклад домашнє свято.
2. Повільно порахуйте предмети, емоційно нейтрально забарвлені: листя на квітці, цятки на квадраті черепиці, літери на видрукуваній сторінці тощо.
3. Потренуйте свою пам'ять, згадуючи 20 здійснених вами вчора дій.
4. Протягом двох хвилин перерахуйте якості, які вам у собі подобаються, і наведіть приклади кожної з них.

Самосприйняття. Зупиніться на хвилину й подумайте про те, що ви повинні подобатися й самому собі. Вимовте вголос або подумки про себе: “Я піклуюся про себе, моє благополуччя дуже важливе для мене. Я хочу підтримати себе і зробити все якнайкраще. Я хочу для себе по-справжньому гарного життя. Я завжди на своєму боці”. Почуття власної підтримки підсиляться, якщо себе обійняти або стиснути руки, наче б закріплюючи цим схвальні слова.

Ваші цінні якості. Ця техніка протистоїть властивій тенденції критикувати себе, підкріплює віру в себе конкретними, позитивними твердженнями.

Складіть список ваших безумовно цінних якостей. Можна внести в нього і якісь із наведених нижче пунктів.

- Я піклуюся про свою родину.
- Я - гарний друг.
- Я досяг дечого в житті.
- Я допомагаю людям.
- Я хочу добитися успіху.
- Я визнаю свої помилки.
- Я намагаюся поводитися інтелігентно.
- Я намагаюся не робити більше помилок, які робив колись.
- Я досить привабливий.
- Я талановитий у деяких галузях.
- Я намагаюся жити в моральній чистоті й бути добрим до людей.
- Я став краще розуміти себе.

Напишіть цей список на аркуші паперу й завжди носіть його із собою. Коли ви відчуєте себе пригнічено, прогляньте його й зосередьте увагу на своїх сильних сторонах. Наведіть приклади своєї позитивної поведінки. Краще робити це вголос або записати. Це значно змінить вашу впевненість у собі.

Непротивлення. Якщо вас дратує якась людина або конкретна ситуація, намагайтеся думати про це як про джерело негативної енергії. Ця негативна енергія впливає на ваші почуття так само, як і голосний звук на ваші вуха. Потім уявіть, що ви стали невразливі: представте перед собою щит, від якого

наче б відскакує негативна енергія, або що ви “втратили” її, вона пройшла крізь вас зовсім безболісно, як космічні промені, що постійно пронизують наше тіло. Коли хтось говорить вам неприємні речі, критикує, уявіть, що негативні слова наче б пролітають над головою, навіть не зачіпаючи вас.

Варіанти ігрових вправ соціально-психологічних тренінгів

“ДУМКИ”. Ця вправа-розминка застосовується на перших заняттях як вступне для серйозних вправ. Для кожного із присутніх всі члени групи по черзі називають одну – дві із властивих йому позитивних якостей, що відразу створює необхідну доброзичливу обстановку.

Вправу може бути продовжено й тоді вона стане методом корекції поведінки присутніх. Після повторення першої її частини (позитивних характеристик) і невеликої перерви кожен учасник по черзі називає одну негативну якість. Для того, щоб ця дещо напружена, вправа не призвела до конфлікту, можна порекомендувати неприємні характеристики висловлювати метафорично: “вовк-одинак”, “їжачок у тумані”, “нічого не бачу, нічого не чую, нічого нікому не скажу” і т.ін.

“ІНТЕРВ'Ю”. У кожного зі членів групи всі бажаючі по черзі беруть інтерв'ю. Тема його довільна, але не занадто інтимно-особиста. Кількість питань, що задаються, не повинна **перевищувати 5–7**. Бажано через цю вправу провести всіх членів групи. Для того, щоб викликати необхідну розкутість у того, у кого беруть інтерв'ю, на перших етапах заняття рекомендується запропонувати йому відповідати із частковою відвертістю або в “масці” – не за себе, а за когось іншого. Досить ефективним для “розговорювання” військовослужбовців строкової служби є тут інтерв'ювання “у ролях”, коли той хто питає, й опитуванні говорять не від себе, а від імені якоїсь персоніфікованої категорії або персонажа: Інопланетян, Робот, Супермен й т.п. Подібне інтерв'ю може стати чудовою розминкою перед складнішими іграми і вправами і допомагає краще пізнати товаришів по службі.

“ПОЧЕСНИЙ ГІСТЬ”. Учасникам гри оголошується, що через якийсь час один із членів групи (на роль протогоганісту бажано вибирати осіб, які не належать до числа “зірок”) вище із приміщення й увійде тільки тоді, коли його покличуть. Будуть також обрані п'ять чоловік – журі, що за п'ятибальною системою повинні оцінити всі наступні дії кожного з учасників.

Людина, що знаходиться за дверима, – почесний гість підрозділу (іноземець, представник цивільного відомства й т.п.), що сам вибирає собі національність. Ще один з учасників стане гідом і перекладачем гостя, а інші члени підрозділу повинні зробити так, щоб почесний гість почував себе як удома.

Члени журі незалежно один від одного можуть знижувати оцінку тим, хто поводить надто офіційно або надто фамільярно, догідливо або грубо, скуто або зухвало. Грубих і розв'язних можна виводити з гри. За оцінками журі буде виводиться середня оцінка для кожного з учасників.

Гра нескладна, часто містить комічні ефекти (незвичайна мова, зміни у формі одягу) і буде до вподоби її учасникам. проте водночас вона й досить серйозна, оскільки вимога ввічливості стосовно почесного гостя далеко не завжди виконується, і насамперед тими, хто недоброзичливо настроєний до

“протагоніста”. Їх дратують знаки уваги до гостя і за показною привітністю вони часто приховують глузування або навіть прямий укол, поступаючись заради цього оцінкою журі. Подібна поведінка заслуговує на обов’язкове обговорення групою по закінченні гри.

“ДРАМАТИЗАЦІЯ КОНФЛІКТУ”. За допомогою цього прийому виявляється можливим виявити й виділити реальні конфлікти, що існують у середовищі військовослужбовців. Рекомендується триетапне використання техніки драматизації конфлікту.

На першому етапі військовослужбовець, незадоволений сформованою ситуацією, у присутності опонента виконує його (опонента) роль, віддаючи власну роль кому-небудь іншому. При цьому, у разі якщо протесту опонента проти наявного виконання його ролі (а це буває часто, бо зображення “скривдженим” “кривдника” звичайно має виражений гротескний характер і взагалі досить шаржоване), йому пропонують зіграти свою роль, але не із самим незадоволеним, а знов-таки з “актором”. Явна ідеалізація власних дій з боку “кривдника” викликає протест “скривдженого”, і драматизація конфлікту закономірно й природно переходить до свого другого етапу.

На цьому етапі “винуватець” (у лапках, тому що приписування кому-небудь однієї провини за розбіжність досить умовно – винуваті, як правило, обоє) конфлікту сам відіграє роль “скривдженого”, відтворюючи зміст і тон його відповіді в діалозі з “актором”, що раніше зображував його самого. Звичайно це викликає протест із боку “скривдженого”, що вважає, що його дії також явно шаржовані, після чого йому самому пропонують їх відтворити з іншим “кривдником” – “актором”. Явна ідеалізація “скривдженим” власних дій породжує протест у “винуватця” розбіжності, що звичайно підтримується всіма присутніми.

Починається третій етап драматизації конфлікту. Психолог пропонує учасникам конфлікту зобразити те, як саме варто було б противній стороні звертатися й діяти в ситуації конфлікту. Почати можна з виконання “незадоволеним” ролі його опонента, а відразу після цього дати можливість усім бажаючим озвучити власну версію поведінки “кривдника”. “Кривдник” же далі сам представляє, як саме “незадоволеному” варто було б надходити в ситуації, після чого добровольці із групи також демонструють свої більш правильні форми реагування.

Результатом подібної драматизації конфлікту звичайно виступає не стільки вирішення розбіжності (бо конфлікт може виявитися дуже стійким і зберігатися без видимих на те причин), скільки корекція взаємної поведінки і взаємних сподівань, а також підвищення психологічної чутливості й точності поведінкових реакцій. Однак для того, щоб цей результат досягнути, психологові необхідно постійно пам’ятати про чотири найважливіші принципи драматизації.

1. Відмова від розповіді на користь показу.
2. Переведення агресивності на особу, яка заміняє (“актора”).
3. Обмін ролями партнерів по розбіжності.

4. Активне залучення аудиторії, причому не тільки для ігрового відтворення конфлікту, але й (найбільше) для спільного пошуку адекватних форм взаємодії у конфліктних ситуаціях.

“КЕРУВАННЯ КОНФЛІКТОМ”. В основу для цієї вправи можна покласти художній або публіцистичний конфлікт, що розігруватиметься двома учасниками. У присутності взводу (з нього доцільно виділити журі) ці двоє грають розбіжність, застосовуючи у взаємодії принципи керування конфліктом, запропоновані нижче.

1. Визначення необхідності загострення конфлікту, що досягається за рахунок чесної і безсторонньої відповіді на такі питання (відповіді ці можна давати вголос або записувати, обговорювати ж їх не можна):

а) можливе й чи бажане усунення суперечності (як відомо, суперечності – двигун прогресу)?

б) якщо так, то чи немає більш мирних, менш жорстких шляхів його дозволу?

в) якщо ні, то чи вистачить у вас сил на те, щоб виграти конфлікт?

г) якщо ні, то як довго він може тривати (це потрібно знати для того, щоб вийти із конфлікту з мінімальною витратою душевних і фізичних сил)?

2. Повний контроль за власними емоціями, що, як правило, заважають оцінювати те що відбувається.

3. Аналіз справжніх причин конфлікту, які опоненти можуть приховувати за причинами уявними.

4. Локалізація конфлікту, тобто встановлення його чітких меж і максимальне прагнення до звуження області суперечності.

5. Відмова від концентрації на самозахисті, оскільки захоплення власними захисними діями звичайно заважає людям вчасно помітити зміни в обстановці й поведінці іншої сторони.

6. Переформулювання аргументів опонента, які просто не варто спростовувати в тому порядку й у тих пропорціях, у яких їх викладено – краще спробувати “перевести” їх на зрозумілу вам мову, виділяючи опорні значеннєві моменти.

7. Достатня активність, оскільки навіть “відступаючи по всьому “фронті”, можна зберігати ініціативу, задаючи:

а) емоційний тон відносин (“давай говорити спокійно”);

б) тему розмови (“ми не про те говоримо, вернімося до...”);

в) мовний стиль (без брутальності й вульгарності);

г) ролі і ступінь суворості правил гри (у конфлікт можна й треба грати, розв’язуючи суперечності у вигляді театральної дії із застережними ролями, однак цьому найкраще вчить соціально-психологічний тренінг).

Виконання вправи обов’язково оцінюється й обговорюється за всіма семи складовими керування конфліктом.

“ДИСКУСІЯ–ЗМАГАННЯ”. Члени групи поділяються на дві команди й виборне журі, що розробляє критерії оцінки висунутих у дискусії аргументів (доказовість, логіка, чіткість формулювань, відповідність темі тощо) і систему оцінки (у балах). Визначається предмет дискусії, команди розбиваються на

“про” і “група-контра” (тобто за і проти), після чого починається сама дискусія-змагання. Наприкінці її журі повідомляє й коментує результати.

На закінчення – колективне обговорення ходу дискусії.

“СТРАТЕГІЯ В ДІАЛОЗІ”.

а) Двоє з учасників викликаються психологом і потай від аудиторії і один від одного одержують завдання: першому – підтримувати діалог у своїй звичайній манері, а другому – будь-якими способами втримувати лідерство у взаємодії. Тему може запропонувати аудиторія чи психолог, її можуть вибирати самі діючі особи. Хід і результати діалогу обов’язково обговорюються всією групою.

б) Інший варіант: другий партнер повинен змусити напарника стати лідером діалогу.

“РОЛЬОВЕ ОБГОВОРЕННЯ”. У цій грі психолог роздає учасникам аркуші з позначенням ролей, у яких вони повинні виступати в обговоренні (Філософ, Дипломат, Ерудит, Скептик, Громадський працівник, Гравець, Попелюшка і т.ін.; бажано підбирати ролі, у яких незвичли виступати члени групи). Далі домовляються про предмет обговорення, який може бути найрізноманітнішим, наприклад обговорення фільму, книги або газетної статті. Він не повинен бути занадто складним або надто хвилюючим. Після 10–15 хв. дискусії навколишні повинні визначити, хто був у якій ролі (список їх повинен бути повідомлений присутнім), причому невпізнані гравці вважаються такими що, не впорались із завданням.

“СМУТНИЙ НАСТРІЙ”. Грають двоє, один із гравців засмучений. Завдання іншого: надати підтримку й розвеселити.

“РОЗДРАТОВАНІСТЬ”. Грають двоє. Один з них напружений і чимось роздратований (обумовити заздалегідь чим саме). Завдання іншого: зняти напруженість, з’ясувати її причину, надати підтримку.

“СЛУЖБОВІ НЕПРИЄМНОСТІ”. Грають двоє. В одного трапилися неприємності по службі, про які він не бажає говорити. Завдання іншого: розговорити й надати підтримку.

“ДВОЄ ОДИН ПРОТИ ОДНОГО”. Грають троє. Основний гравець приходить у розташування, коли конфлікт (причини невідомі) між двома товаришами по службі вже завершився, вони розійшлися по кутках сердиті один на одного. Його завдання: з’ясувати причину розбіжності, зняти напруження й погасити знову спаленілу сварку (її вони грають), надати підтримку обом і знайти конструктивне рішення.

Кожна вправа завершується, як правило, широким обговоренням у групі. Учасники обмінюються враженнями про відчуття, які вони переживали під час виконання ролей, глядачі розповідають про побачене і допомагають оцінити дії учасників. Іноді обговорення має більший виховний ефект, а ніж сама динаміка гри, особливо якщо виникає відверта розмова про особисті проблеми, про моральні явища у своєму колективі.

Перелік вправ для СПТ з формування правильних взаємин у військових колективах не вичерпується описаними вище сценаріями. Психолог може й

повинен підбирати вправи й рольові ігри з урахуванням специфіки військової діяльності конкретного військового підрозділу.

Релаксаційний тренінг

Учасників групи спочатку навчають методу прогресивної м'язової релаксації.

“Сядьте у крісло. Розслабтеся. Заплющити очі. Кілька разів повільно й глибоко вдихніть, фіксуючи свою увагу на проходженні повітря по дихальних шляхах. Потім витягніть праву руку, міцно стисніть її у кулак. Відчуйте напруження м'язів. Розтисніть кулак. Відчуйте розслаблення м'язів. Знову стисніть кулак і відчуйте напруження. Через 5-10 секунд розтисніть кулак і відчуйте розслабленість, тепло, пвідчуття комфорту. Зосереджуйтеся тільки на м'язах, які напружуєте й розслаблюєте. Намагайтеся в цей час не напружувати інші групи м'язів.

Такі вправи у вигляді циклів напруження – розслаблення проробіть на інших групах м'язів (плечі, шия, рот, очі, чоло, ноги, живіт та ін.). Далі спробуйте розслаблювати все тіло. Відчуйте, як розслабленість “тече” від голови, шиї, рук через плечі, груди, живіт до ніг. Відчуйте пов'язаний із загальною розслабленістю стан заспокоєності й відчуття психічного комфорту. Після цього повільно порахуйте від 10 до 1, подумки даючи собі перед цим завдання, що після закінчення рахунку знову станете бадьорим і зібраним”.

Після освоєння техніки м'язової релаксації учасникам пропонують заплющити очі й уявити собі ситуацію, що викликає в них страх і тривогу. Як тільки емоційне напруження, спричинене уявним, досягає вищої межі, учасникам пропонують припинити і розслабитися. Розслаблення звичайно дає заспокоєння.

Тренування починають із уявлення образів, що викликають легке хвилювання, і закінчують образами, які супроводжуються вираженим психічним дискомфортом, тривогою і страхом. Вправа вважається відпрацьованою тільки в тому випадку, коли учасник при чіткому уявленні всіх психотравмуючих образів не відчуває тривоги й хвилювань.

Замість уявлення конкретних ситуацій учасникам можна запропонувати набір слайдів, що викликають у них страхи або інші негативні емоційні переживання. Чергуючи показ слайда, що спричиняє страх або нав'язливість, з наступною релаксацією, можна добитися зникнення хворобливих явищ.

Така методика широко використовується для вироблення впевненості в собі у будь-яких ситуаціях, наприклад, при утрудненні міжособистісних контактів, при хвилюванні перед публічним виступом або іспитом, прийнятті рішень тощо.

Перебудова переконань. Починається з “атак” на ортодоксальні установки й переконання, якими клієнт керується у своєму житті, але які не є для нього раціональними і спричиняють психічний дискомфорт або невроз.

Підсумком цього етапу роботи з клієнтом є формування в нього більше раціональнішого погляду на життя і адекватніших переконань.

Бібліографічний список

1. Актуальні проблеми психогієни та психопрофілактики у військових частинах та підрозділах: Метод. посібник. – Одеса: ВКФ “Друк”, 1998. – 107 с.
2. Александров А.А. Аутотренинг: Справочник. – СПб: Питер, 2007. – 272с.
3. Александровский Ю.А. Пограничные психические расстройства: Учебное пособие. – М.: Медицина, 2000. – 496 с.
4. Альманах психологических тестов. – М.: КСП, 1996. – 400 с.
5. Анастаси А., Урбина С. Психологическое тестирование. – 7-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 687 с.
6. Андреева Г. М. Социальная психология. Учебник для высших учебных заведений. – М.: Аспект Пресс, 2001. – 376 с.
7. Андросюк В.Г., Казміренко Л.І., Кириченко І.Г., Кондратьєв Я.Ю., Юхновець Г.О. Адаптація випускників вищих навчальних закладів МВС України до службової діяльності: Психол.-пед. реком. / Нац. акад. внутр. справ України. – К.: НАВСУ, 2001. – 46 с.
8. Антипов В.В. Психофизиологическая адаптация к экстремальным ситуациям. – М.: ВЛАДОС-пресс, 2004. – 173 с.
9. Бандурка А.М., Бочарова С.П., Землянская Е.В. Психология управления. – Х.: Фортуна-пресс, 1998. – 464 с.
10. Барко В.І. Професійний відбір кадрів до органів внутрішніх справ (психологічний аспект): Монографія. – К.: Ніка-Центр, 2002. – 296 с.
11. Блейхер В.М., Круг И.В., Боков С.Н. Практическая патопсихология: Рук-во для врачей и мед. психол. – Ростов-н/Д.: “Фенікс”, 1996. – 448 с.
12. Бодров В.А. Информационный стресс: Учеб. пособие для вузов. – М.: ПЭР СЭ, 2000. – 352 с.
13. Большаков В. Ю. Психотренинг: социодинамика, упражнения, игры. – СПб.: Изд-во “Социально-психологический центр”, 1996. – 381 с.
14. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. – К.: Укртехпрес, 1997. – 216с.
15. Бурлачук Л.Ф. Введение в проективную психологию. – К.: Ника-Центр, Вист-С, 1997. – 276 с.
16. Бурлачук Л.Ф. Психодиагностика: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2006. – 351 с.
17. Варій М. Й. Морально-психологічний стан військ, його оцінка та підтримка на високому рівні. – Львів: ВВП ДУ “Львівська політехніка”, 1996. – 159 с.
18. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехника. – М.: Ось-89, 1999. – 283 с.
19. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1990. – 288 с.
20. Військові Статути Збройних сил України. – К.: “Варта”, 2000. – 419 с.

21. Военная педагогика и психология: Учеб. пособие / Под ред. П.А. Корчемного, Л.Г. Лаптева, В.Г. Михайловского. – М.: Изд-во “Совершенство”, 1998. – 384 с.
22. Воинский труд: наука, искусство, призвание / Лаптев Л.Г., Маркитан Р.В., Хоменко И.Е. и др. – М.: Совершенство, 1998. – 480 с.
23. Говоруха В.В., Ілляк О.О. Морально-психологічне забезпечення службово-бойової діяльності внутрішніх військ МВС України: Навчальний посібник. – Харків: ВІ ВВ МВС України, 2000. – 280 с.
24. Гордиенко Н.И. Экстремальная психология в деятельности специалистов социальной сферы: Учеб. пособие. – Волгоград: Прин-Терра, 2006. – 103 с.
25. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психологический словарь-справочник. – Минск: Харвест, 2001. – 576 с.
26. Экстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка – К.: ТОВ “Август Трейд”, 2007. – 502 с.
27. Заступник командира підрозділу з виховної роботи: Навчальний посібник / За заг. ред. О.Ю.Бурківського. – Харків: ХВУ, 2003. – 458 с.
28. Караяни А.Г., Сыромятников И.В. Прикладная военная психология. – СПб.: Питер, 2006. – 480 с.
29. Квашнина Г.А. Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях: Учеб. пособие. – Воронеж: Воронеж. гос. тех. ун-т, 2004. – 145 с.
30. Климов Е.А. Основы психологии: Учебник для ВУЗов. – М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1997. – 295 с.
31. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: Монографія. – К.: Міленіум, 2004. – 265 с.
32. Конюхов Н.И. Словарь-справочник практического психолога. – Воронеж: Изд-во НПО “МОДЭК”, 1996. – 224 с.
33. Корольчук М.С., Крайнюк В.М., Косенко А.Ф., Кочергіна Т.І. Психологічне забезпечення психічного та фізичного здоров'я особистості. – К: Інкос, 2002. – 272 с.
34. Кравченко О.В., Тімченко О.В., Христенко В.Є. Психологічне забезпечення діяльності органів внутрішніх справ в ризиконебезпечних ситуаціях оперативно-службової діяльності: Навчальний посібник. – Харків, 2002. – 228 с.
35. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Психология малой группы: теоретические и прикладные аспекты. – М.: МГУ, 1991. – 194 с.
36. Липатов І.І. Основи військового виховання: Навчальний посібник. – Харків: ХУПС, 2006. – 218 с.
37. Липатов І.І., Шестопалова Л.Ф., Афанасенко В.С. Психологічна адаптація військовослужбовців до бойової діяльності: Навч. посібник. – Харків: ХВУ, 1999. – 236 с.
38. Макаренко Н.В. Теоретические основы и методики профессионального психологического отбора военных специалистов. – К.: “Сент-Жак”, 1996. – 336с.

39. Максименко С.Д. Теорія і практика психолого-педагогічного дослідження. – К.: НДІ психології, 1990. – 240 с.
40. Марасанов Г. И. Социально-психологический тренинг. – М.: Совершенство, 1998. – 208 с.
41. Марьин М.И., Касперович Ю.Г. Психологическое обеспечение антитеррористической деятельности: Учебное пособие – М.: Издательский центр «Академия», 2007. – 208 с.
42. Мосов С.П., Охременко О.Р. Соціально-психологічні аспекти професійної адаптації. – К.: Химджест, 2004. – 121 с.
43. Основы психофизиологии экстремальной деятельности: Курс лекцій / Под ред. д.п.н., проф. А.Н. Блеера. – М.: (б.н.), 2006. – 380 с.
44. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии: Учеб. пособие / В.Д. Балин, В.К. Гайда, В.К. Гербачевский и др. / Под общ. ред. А.А. Крылова, С.А. Маничева. – СПб.: Питер, 2000. – 560 с.
45. Практическая психология / Под общ. ред. М. К. Тутушкиной. – СПб: Изд-во «Дидактика Плюс», 1998. – 388 с.
46. Приходько І.І. Професійний психологічний відбір майбутніх офіцерів внутрішніх військ МВС України: Монографія. – Х.: Акад. ВВ МВС України, 2008. – 190 с.
47. Про затвердження Комплексної програми вдосконалення бойової та психологічної підготовки особового складу органів та підрозділів внутрішніх справ України: наказ МВС України № 385 від 26.05.2005 р.
48. Про подальший розвиток служби психологічного забезпечення діяльності внутрішніх військ МВС України: наказ командувача ВВ МВС України № 39 від 28.01.2006 р.
49. Про подальший розвиток служби психологічного забезпечення оперативно-службової діяльності органів внутрішніх справ України: наказ МВС України № 842 від 28.07.2004 р.
50. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Педагогика-Пресс, 1997. – 440 с.
51. Психология и педагогика. Военная психология: Учебник для вузов / Под ред. А.Г. Маклакова. – СПб.: Питер, 2005. – 464 с.
52. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – 2-е изд. – М.: Политиздат, 1990. – 494 с.
53. Психологія професійної діяльності офіцера. Хмельницький: Видавництво Національної академії ПВУ, 2000. – 226 с.
54. Психофизиологическое обеспечение участников ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций: Практ. руководство / Под ред. чл.-кор. РАМН С.Ф. Гончарова. – М.: Всерос. центр мед. катастроф “Защита”, 2005. – 211 с.
55. Рабочая книга практического психолога: Технология эффективной профессиональной деятельности (пособие для специалистов, работающих с персоналом). – М.: ИД “Красная площадь”, 1996. – 400 с.

56. Рабочая книга практического психолога: Пособие для специалистов, работающих с персоналом / Под ред. А. А. Бодалева, А. А. Деркача, Л. Г. Лаптева. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2001. – 640 с.
57. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. – М.: Прогресс, 1990. – 282 с.
58. Словарь практического психолога / Сост. С.Ю. Головин. – Минск: Харвест, 2001. – 800 с.
59. Соломин И.Л. Современные методы психологической экспресс-диагностики и профессионального консультирования. – М.: Речь, 2006. – 280 с.
60. Суходольский Г.В. Основы математической статистики для психологов. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1972. – 429 с.
61. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб: Питер, 2001. – 272 с.
62. Теорія та досвід застосування тренінгових технологій у практичній психології: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Київ, 22 листопада 2003 р. /За наук. ред. Л.І.Мороз. – К.: КІВС, 2003. – 260 с.
63. Тимченко А.В. Психогении в экстремальных условиях. Боевая психическая травма и методы ее коррекции. – Харьков: ХВУ, 1995. – 182с.
64. Тімченко О.В. Синдром посттравматичних стресових порушень: концептуалізація, діагностика, корекція та прогнозування: Монографія. – Х.: Вид-во Ун-ту внутр. справ, 2000. – 268 с.
65. Шадриков В.Д. Психология деятельности и способности человека: Учеб. пособие. – 2-е изд. – М.: ИК “Логос”, 1996. – 320 с.
66. Шмаков О.М. Словник офіцера внутрішніх військ з воєнно-наукових питань. – Харків: ВІ ВВ МВС України, 2005. – 362 с.
67. Ягупов В.В. Військова психологія: Підручник. – К.: Тандем, 2004. – 656 с.
68. Ягупов В.В. Морально-психологічне забезпечення: Курс лекцій. – К.: Видавничо-поліграфічний центр “Київський університет”, 2002. – 203 с.

Предметний покажчик

- Агресія, 108
Адаптація, 33
Ажитація, 107
Акцентуація, 165
Аналіз
 - кореляційний, 94
 - регресивний, 94
 - факторний, 94Аутогенне тренування, 115
Афект, 107
- Бойова готовність, 11, 38
Бойові можливості, 11, 12, 24
- Валідність тесту, 92
Вдосконалення, 12
Відмова, 111
Відхилення поведінки, 12, 29
Військова психологія, 9
Військово-психологічні дослідження, 101
- Гіперактивація, 114
Гіперакузія, 106
Група посиленої психологічної уваги, 48, 174
- Дебрифінг, 128
Девіантна поведінка, 37, 40, 118, 164, 171
Дезадаптація, 14, 25, 158, 173
Деформації, 39, 40
Дистрес, 113
Діагностична співбесіда, 40
- Експертний висновок, 29
Екстравертність, 68
Екстремальна ситуація, 48
Емоційна збудливість, 69
Емоційний зрив, 29
Емпірична інтерпретація, 68
Етичні норми, 42, 64
- Життєва проблема, 67
- Засоби психологічної роботи, 11, 16

Ідентифікація, 81

Індивідуально-психологічні особливості, 31, 181

Інтровертність, 69

Інформаційно-психологічний вплив, 28

Консультативна допомога, 58

Конфлікт, 12, 13, 25, 29, 115, 123, 129, 131, 138, 157, 158, 159, 165, 168, 173, 190, 191, 192, 193, 194, 195

Критичність, 109

Лабільність вегетативна, 112

Метод

- біографічний, 72
- експертних оцінок, 72
- емпіричного дослідження, 73
- математичної статистики, 94
- моделювання, 94
- обсерваційний, 71
- проєктивний, 91
- проксимічний, 72
- реконструювання, 74
- тестування, 89

Мікрогрупа, 12, 96, 146, 183

Мобілізація психіки, 41

Морально-психологічне забезпечення, 9, 10, 45, 48, 50, 54, 63

Морально-психологічний клімат, 12

Морально-психологічний стан, 42, 60, 61, 62, 63,

Мотивація, 103

Музикотерапія, 126

Напруженість, 105

Невротичні реакції, 117

Негативізм, 111

Нейролінгвістичне програмування, 127

Орієнтири, 12, 31

Особистий статус, 47, 49

Паніка, 108

Перевтома, 103

Персоногенії, 114

Підготовка

- бойова, 52

- психологічна, 52, 175

Почуття

- тривоги, 12
- розгубленості, 12

Принцип

- діяльнісного підходу, 17
- комплексного підходу й професійної кооперації, 17
- матеріально-технічної забезпеченості психологічної роботи, 18
- професійної компетентності, правової й етичної правочинності, 17
- своєчасності й сталості, 18
- суб'єктно-орієнтованої взаємодії, 17

Проблеми

- діяльнісні, 12
- колективно-групові, 12
- мотиваційні, 12
- особистісні, 12
- професійно-кваліфікаційні, 12
- психологічні, 12, 13, 25
- функціонально-психологічні, 12

Прогнозування, 11, 14, 16, 26, 32

Професійна деформація, 47

Професійна орієнтація, 13, 25

Професійно-етичні норми, 42, 64

Професійно-психологічний відбір, 14, 25, 174

Професіограма, 98

Процеси

- соціально-психологічні, 39
- мнемічні, 122
- когнітивні, 122

Психіка, 13, 65, 108

Психічне здоров'я, 11, 12

Психічне самопочуття, 11

Психогенії, 114

Психогігієна, 36

Психодіагностика, 35, 46, 50, 65, 174

Психодрама, 92

Психози, 113

Психокорекція, 36, 38, 46, 50

Психологічна допомога, 11, 36, 103

Психологічна компетентність, 31

Психологічна підготовка, 52, 175

Психологічна робота, 9, 10, 11, 12, 13, 18, 22, 63

Психологічна служба, 10

Психологічна стійкість, 11

Психологічне вивчення, 15, 31, 33, 51, 65, 66, 176, 177, 178

Психологічне забезпечення, 10, 11
Психологічне навчання й освіта, 36, 37
Психологічне супроводження, 26, 27, 28, 55, 142, 144, 175
Психологічні умови, 80
Психологічне управління, 31
Психологічні якості, 36, 61, 63
Психологічний відбір, 14, 25, 55
Психологічний вплив, 11, 15, 24
Психологічний лекторій, 53
Психопрофілактика, 36, 55, 174
Психореабілітація, 36, 38, 46, 50
Психотерапія, 36, 38, 118, 119, 120, 122, 123, 124, 125, 126
- гештальт-терапія, 125
- інтегративна трансперсональна, 125
- кататимно-імагінативна, 126
- клієнтцентована (роджерівська), 124
- когнітивна, 122
- поведінкова, 122
- психодинамічна, 123
- сімейна, 126

Регресія, 111
Релаксація, 117
Репресія, 111
Референтометрія, 75

Самоконтроль, 122
Саморегуляція, 123
Символ драма, 126
Симптом, 112
Системний аналіз, 68
Соціалізація, 38
Соціально-психологічне обстеження, 46, 50
Соціально-психологічний клімат, 63, 154
Соціально-психологічний тренінг, 139
Соціометричне дослідження, 39
Соціотехнічна система, 56
Стани,
- емоційно-вольові, 54
- психічні, 107
- психофізіологічні, 12
- донозологічні, 103
Страх, 104
Стрес, 104
Стомлення, 103

Ступор, 107
Субкомпенсації, 104
Сугестивність, 122
Сутінковий стан свідомості, 108
Темпоритміка, 122
Тренінгові технології, 78
Тривога, 104
Тривожність, 69, 105, 115, 169, 176, 178

Узагальнення незалежних характеристик, 40, 75, 184

Фіксація, 111
Флешбек–синдром, 113
Фобія, 117
Фрустрація, 110

Навчальне видання

ОСНОВИ РОБОТИ ПСИХОЛОГА ВНУТРІШНІХ ВІЙСЬК МВС УКРАЇНИ

Навчальний посібник

Відповідальний за випуск *Медвідь М.М.*

Підписано до друку. 18. 06. 2008 р. Формат паперу 60x84/16. Ризограф.
Папір офсетний. Ум. друк. арк. 7,2. Облік.-вид. арк. 5.4. Тираж 100 прим. Зам. №

72.

Редакційно-видавничий відділ Академії внутрішніх військ МВС України
Свідоцтво про Державну реєстрацію ДК № 2799 від 22.03.07 р.
Друкарня Академії внутрішніх військ МВС України
61001, м. Харків, пл. Повстання, 3