



Наукові перспективи
Видавнича група

№ 5 (59)

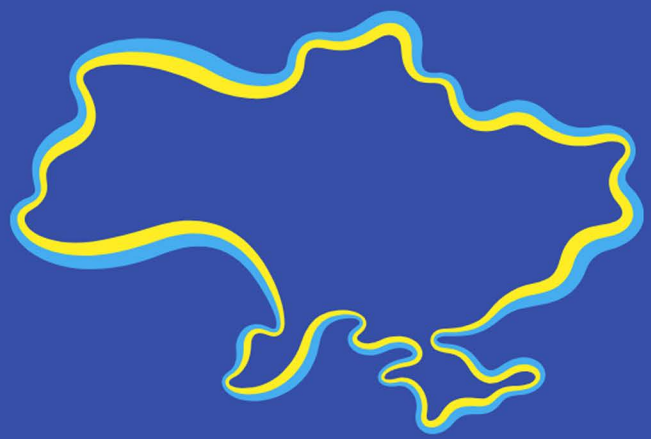
2026

ІТ НАУКА ТЕХНІКА

СЬОГОДНІ



З Україною
в серці!



Видавнича група «Наукові перспективи»

Всеукраїнська Асамблея докторів наук із державного управління

«Наука і техніка сьогодні»

Випуск № 5(59) 2026

Київ – 2026

Publishing Group «Scientific Perspectives»

Ukrainian Assembly of Doctors of Sciences in Public Administration

"Science and technology today"

Issue № 5(59) 2026

Kyiv – 2026

ISSN 2786-6025 Online

УДК 001.32:1 /3](477)(02)

R40-05553

DOI:  Crossref
we use DOIs

[https://doi.org/10.52058/2786-6025-2026-5\(59\)](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2026-5(59))

**«Наука і техніка сьогодні» (Серія «Педагогіка», Серія «Право», Серія «Економіка»,
Серія «Фізико-математичні науки», Серія «Техніка»):
журнал. 2026. № 5(59) 2026. С. 6514**



*Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 07.04.2022 № 320 журналу
присвоєно категорію "Б" із економіки та педагогіки (спеціальності – 015 -
Педагогічні науки; 076 - Економічні науки)*

*Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 06.06.2022 № 530 журналу
присвоєно категорію "Б" із права (спеціальність – 081 Юридичні науки)*

*Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 10.10.2022 № 894 журналу присвоєно
категорію "Б" із техніки (спеціальність - 122 Комп'ютерні науки)*

*Журнал видається за підтримки Міждержавної гільдії інженерів консультантів, Інституту філософії та
соціології Національної Академії Наук Азербайджану (Баку, Азербайджан), громадської організації «Християнська
академія педагогічних наук України» та громадської організації «Всеукраїнська асоціація педагогів і психологів з
духовно-морального виховання»*

*Рекомендовано до видавництва Президією Всеукраїнської Асамблеї докторів наук з державного управління
(Рішення від 25.05.2026, № 9/3-1/26)*



Журнал включено до міжнародної наукометричної бази Index
Copernicus (IC), міжнародної пошукової системи Google Scholar та до
міжнародної наукометричної бази даних Research Bible

Згідно Порядку формування Переліку наукових фахових видань України, затвердженого наказом МОН
України від 15.01.2018 № 32, повнотекстовий доступ до наукових статей журналу представлений на платформі
«Наукова періодика України» в Національній бібліотеці України імені В.І. Вернадського НАН України та в
Національному репозитарії академічних текстів

Головний редактор:



Коренева Інна Миколаївна - доктор педагогічних наук, професор, декан факультету природничої і фізико-математичної освіти Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка; професор кафедри теорії і методики викладання природничих дисциплін Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка (Україна)

Редакційна колегія:

1. **Біляковська Ольга Орестівна** доктор педагогічних наук, професор, завідувачка кафедри загальної педагогіки та педагогіки вищої школи Львівського національного університету імені Івана Франка (Україна)
2. **Воровка Маргарита Іванівна** – докторка педагогічних наук, професорка, професорка кафедри освітології та педагогіки мистецтва Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького (Україна)

ISSN 2786-6025 Online

- Карапузова Н.Д., Хоменко Л.Г.** 2012
ІНТЕГРАЦІЯ STEM-ТЕХНОЛОГІЙ У МЕТОДИЧНУ ПІДГОТОВКУ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ: ДОСВІД БІНАРНОГО МІЖФАКУЛЬТЕТСЬКОГО ПРАКТИЧНОГО ЗАНЯТТЯ
- Карпенко О.Є., Карпенко Є.В.** 2024
ЗАХИСТ ДИТИНИ ВІД НАСИЛЬСТВА В УКРАЇНІ: ПРАВОВИЙ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЙНИЙ АСПЕКТИ
- Квасенко О.В.** 2040
КРИТЕРІАЛЬНО-ДІАГНОСТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ ВИХОВАННЯ МЕДІАКУЛЬТУРИ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ У КУЛЬТУРНО-ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ ЗВО
- Коблик В.О., Гагарін М.І., Мартинюк В.В.** 2049
ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНО-ЕТИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ В УМОВАХ ІННОВАЦІЙНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА
- Коваль І.С., Ткачук Р.Л., Яремко Р.Я., Вавринів О.С.** 2060
НАУКОВЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ДОПУСТИМИХ НОРМ СЛУЖБОВОГО НАВАНТАЖЕННЯ НА ОДНУ ШТАТНУ ПОСАДУ ПСИХОЛОГА ДСНС УКРАЇНИ
- Ковальов Л.Є., Мелех В.П., Побережець І.І.** 2077
ВПРОВАДЖЕННЯ КОНТЕКСТНОЇ СКЛАДОВОЇ НАВЧАННЯ В КУРСІ «МАТЕМАТИКА ДЛЯ ЕКОНОМІСТІВ»
- Ковальчук О.Р.** 2085
МЕТОДИЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОФІЦЕРА-КІНОЛОГА В УМОВАХ ЗБРОЙНОГО КОНФЛІКТУ: ПЕДАГОГІЧНА СУТНІСТЬ ТА СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНА МОДЕЛЬ
- Кожевников П.П., Фалько О.М.** 2099
ЗАСТОСУВАННЯ ТЕХНОЛОГІЙ НАВЧАННЯ У СПІВРОБІТНИЦТВІ В ПРОЦЕСІ МЕТОДИКИ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ БАКАЛАВРІВ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ (ЦИФРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ)

Коваль Ігор Святославович доктор педагогічних наук, начальник факультету психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, <https://orcid.org/0000-0002-9204-9228>

Ткачук Ростислав Львович доктор технічних наук, професор кафедри управління інформаційною безпекою Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, <https://orcid.org/0000-0001-9137-1891>

Яремко Роман Ярославович кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри практичної психології та педагогіки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, <https://orcid.org/0000-0002-2781-7788>

Вавринів Олена Степанівна кандидат психологічних наук, доцент, професор кафедри загальної та соціальної психології, Львівський державний університет внутрішніх справ, м. Львів, <https://orcid.org/0000-0002-5166-6887>

НАУКОВЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ДОПУСТИМИХ НОРМ СЛУЖБОВОГО НАВАНТАЖЕННЯ НА ОДНУ ШТАТНУ ПОСАДУ ПСИХОЛОГА ДСНС УКРАЇНИ

Анотація. В умовах зростання кількості надзвичайних ситуацій природного, техногенного та воєнного характеру, а також тривалого впливу факторів підвищеного психоемоційного ризику, діяльність психологів підрозділів психологічного забезпечення Державної служби України з надзвичайних ситуацій набуває особливої значущості. Психологи ДСНС забезпечують психологічний супровід особового складу та надання екстреної психологічної допомоги населенню в умовах високої інтенсивності, обмеженого часу та значного психотравмуючого впливу.

Актуальність дослідження зумовлена зростанням психоемоційного навантаження на особовий склад ДСНС України в умовах воєнного стану, масштабних надзвичайних ситуацій, тривалого перебування у стані професійного стресу та необхідності постійної психологічної підтримки рятувальників. Діяльність психологів ДСНС охоплює широкий спектр завдань: психологічний супровід особового складу, кризове консультування, психодіагностику, профілактику професійного вигорання, роботу з постраждалими та членами їхніх родин. Водночас відсутність чітко визначених науково

обґрунтованих норм службового навантаження на одну штатну посаду психолога призводить до професійного перевантаження фахівців, зниження ефективності психологічного забезпечення та ризику розвитку емоційного виснаження.

Ефективність виконання завдань психологічного забезпечення безпосередньо залежить від раціональної організації службового навантаження, яке має відповідати науково обґрунтованим нормативам та враховувати специфіку професійної діяльності в екстремальних умовах. Надмірне службове навантаження призводить до професійного вигорання, зниження якості психологічної допомоги та зростання ризиків для психічного здоров'я як фахівців, так і осіб, яким надається допомога.

Ключові слова: психологічне забезпечення, службове навантаження, професійний стрес, професійне вигорання, екстрена психологічна допомога, психічне здоров'я, психологічний супровід, екстремальні умови діяльності.

Koval Ihor Sviatoslavovych Doctor of Pedagogical Sciences, Head of the Faculty of Psychology and Social Protection, Lviv State University of Life Safety, Lviv, <https://orcid.org/0000-0002-9204-9228>

Tkachuk Rostyslav Lvovych Doctor of Technical Sciences, Professor of the Department of Information Security Management, Lviv State University of Life Safety Lviv, <https://orcid.org/0000-0001-9137-1891>

Yaremko Roman Yaroslavovych Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of Department of Practical Psychology and Pedagogy, Lviv State University of Life Safety, Lviv, <https://orcid.org/0000-0002-2781-7788>

Vavryniv Olena Stepanivna Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of General and Social Psychology, Lviv State University of Internal Affairs, Lviv, <https://orcid.org/0000-0002-5166-6887>

SCIENTIFIC SUBSTANTIATION OF ACCEPTABLE SERVICE WORKLOAD STANDARDS FOR ONE STAFF POSITION OF A PSYCHOLOGIST OF THE STATE EMERGENCY SERVICE OF UKRAINE

Abstract. In the context of the growing number of natural, technological, and military emergencies, as well as the prolonged impact of factors associated with increased psycho-emotional risk, the activities of psychologists within the psychological support units of the State Emergency Service of Ukraine acquire

ISSN 2786-6025 Online

particular significance. SESU psychologists provide psychological support to personnel and deliver emergency psychological assistance to the population under conditions of high intensity, limited time, and considerable psychological trauma exposure.

The relevance of the study is determined by the increasing psycho-emotional workload on the personnel of the State Emergency Service of Ukraine under martial law conditions, large-scale emergencies, prolonged professional stress, and the need for continuous psychological support for rescuers. The activities of SESU psychologists encompass a wide range of tasks, including psychological support of personnel, crisis counseling, psychodiagnostics, prevention of professional burnout, and work with victims and their family members. At the same time, the absence of clearly defined scientifically grounded standards of service workload per штатна посада psychologist leads to professional overload, reduced effectiveness of psychological support, and an increased risk of emotional exhaustion among specialists.

The effectiveness of psychological support tasks directly depends on the rational organization of service workload, which should comply with scientifically substantiated standards and take into account the specifics of professional activity in extreme conditions. Excessive workload contributes to professional burnout, deterioration in the quality of psychological assistance, and increased risks to the mental health of both specialists and the individuals receiving assistance.

Keywords: psychological support, service workload, professional stress, professional burnout, emergency psychological assistance, mental health, psychological support, extreme working conditions.

Постановка проблеми. Сучасні умови функціонування системи цивільного захисту України характеризуються зростанням кількості надзвичайних ситуацій, високим рівнем психоемоційного навантаження на фахівців ДСНС України, необхідністю роботи в умовах воєнного стану, тривалого стресу, загрози життю та постійної психологічної напруги. За таких умов особливої ваги набуває діяльність психологів ДСНС України, які забезпечують психологічний супровід особового складу, здійснюють кризове консультування, психопрофілактичну та психокорекційну роботу, беруть участь у ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій, а також надають допомогу постраждалому населенню.

Водночас збільшення обсягу функціональних обов'язків психологів, розширення напрямів їх професійної діяльності та дефіцит кадрового забезпечення призводять до перевантаження фахівців психологічної служби. Відсутність науково обґрунтованих нормативів службового навантаження на одну штатну посаду психолога у системі ДСНС ускладнює ефективну

організацію психологічного забезпечення, негативно впливає на якість надання психологічної допомоги та створює ризики професійного вигорання самих психологів.

Аналіз наукових джерел. У наукових джерелах проаналізовано нормативи, науково-теоретичні і практико орієнтовані підходи до визначення ефективності професійної діяльності психолога, зокрема у сфері діяльності психологічної служби системи МВС України. Приділено увагу критеріям оцінювання ефективності роботи психологів силових відомств та закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання, а також запропоновано практичний інструментарій для проведення відповідної оцінювальної процедури.

Проте існує об'єктивна потреба у проведенні науково обґрунтованого розрахунку допустимих норм службового навантаження на одну штатну посаду психолога підрозділу психологічного забезпечення ДСНС з урахуванням інтенсивності виконання службових завдань, рівня психоемоційного напруження, умов залучення до ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій та регіональних особливостей функціонування підрозділів.

Метою нашого розрахунку є визначення оптимальних показників службового навантаження, які забезпечують належну якість психологічної допомоги, збереження професійної працездатності психологів та створення умов для сталого функціонування системи психологічного забезпечення ДСНС в умовах підвищених ризиків.

Виклад основного матеріалу. Для досягнення зазначеної мети доцільно використати порівняльно-аналітичний підхід, взявши за основу нормативно врегульовану модель діяльності практичного психолога, як одну з найбільш структурованих та науково описаних в Україні.

Таблиця 1

Зразкова посадова інструкція психолога у сфері освіти

| Блок | Зміст |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Посада</i> | <i>Практичний психолог закладу освіти</i> |
| <i>Підпорядкування</i> | <i>Директору закладу освіти</i> |
| <i>Нормативна база</i> | <i>Закон «Про освіту», Положення про психологічну службу (МОН №509), ДСТУ</i> |
| <i>Робочий час</i> | <i>40 год/тиждень (1 ставка)</i> |
| <i>Категорія</i> | <i>Педагогічний працівник</i> |

Діяльність практичного психолога у сфері освіти чітко регламентована, має нормативно визначену тривалість робочого часу та усталений перелік функцій. Це дозволяє використовувати дану модель як еталонну для

розрахунків навантаження в інших галузях, зокрема у службах підвищеного ризику.

Таблиця 2

Функції та типові задачі

| <i>Напрямок</i> | <i>Типові задачі</i> |
|---------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| <i>Психодіагностика</i> | <i>Оцінка адаптації, емоційного стану, ризиків дезадаптації</i> |
| <i>Консультавання</i> | <i>Індивідуальні/групові консультації учнів, батьків, педагогів</i> |
| <i>Корекційна робота</i> | <i>Розвиток соціальних навичок, емоційної регуляції</i> |
| <i>Профілактика</i> | <i>Булінг, ПТСР, тривожність, суїцидальні ризики</i> |
| <i>Освітня діяльність</i> | <i>Тренінги, психопросвіта</i> |
| <i>Документація</i> | <i>Плани, звіти, індивідуальні картки</i> |

Навіть у відносно стабільному освітньому середовищі діяльність психолога включає високоінтелектуальні та емоційно навантажені види роботи, що потребують значних ресурсів уваги, емпатії та професійної рефлексії.

Таблиця 3

Орієнтовний розподіл навантаження (на ставку)

| <i>Вид діяльності</i> | <i>% часу</i> | <i>Год/тиждень</i> |
|----------------------------------|---------------|--------------------|
| <i>Консультавання</i> | <i>30 %</i> | <i>~12 год</i> |
| <i>Діагностика</i> | <i>20 %</i> | <i>~8 год</i> |
| <i>Корекція / тренінги</i> | <i>20 %</i> | <i>~8 год</i> |
| <i>Профілактика</i> | <i>10 %</i> | <i>~4 год</i> |
| <i>Документація, методробота</i> | <i>20 %</i> | <i>~8 год</i> |

Варто зазначити, що у нормальних (неекстремальних) умовах:

- лише 70 % робочого часу припадає на безпосередню роботу з клієнтами;
- 20 % часу є обов'язковим для документації та аналітичної роботи;
- 10 % часу – для профілактики та відновлення.

У сучасних умовах функціонування соціальних та безпекових інституцій практичні психологи виконують ключову роль у забезпеченні психологічної стійкості персоналу та населення.

Водночас аналіз нормативно-правової бази та фактичної організації праці свідчить про системне перевантаження фахівців- психологів, що негативно впливає як на якість наданої психологічної допомоги, так і на психічне здоров'я самих спеціалістів.

Незважаючи на встановлену норму робочого часу **40 годин на тиждень**, фактичне навантаження практичного психолога в закладі освіти істотно перевищує цю межу через:

- значну кількість суб'єктів психологічного супроводу (здобувачі освіти, батьки, педагоги);
- зростання запитів, пов'язаних із травматичним досвідом, тривожними та депресивними розладами, ПТСР;
- відсутність нормативно визначеного максимального співвідношення “психолог – здобувачі освіти”.

У практиці один психолог часто обслуговує 500–1200 осіб, що суттєво перевищує науково обґрунтовані рекомендації психологічного супроводу.

До традиційних функцій психолога (діагностика, консультування, корекція) додатково включено:

- кризове втручання;
- профілактику суїцидальної поведінки;
- роботу з булінгом;
- участь у міждисциплінарних командах;
- ведення розширеної звітності.

При цьому штатні нормативи та кількість ставок залишаються незмінними, що призводить до хронічної перевантаженості та професійного вигорання. Таким чином, фактичне навантаження перевищує функціональні можливості одного фахівця, що призводить до зниження якості психологічної допомоги.

Діяльність практичного психолога ДСНС України здійснюється в межах системи цивільного захисту та має чітко виражений службовий, екстремальний і кризовий характер.

Посада психолога підрозділу ДСНС передбачає безпосереднє підпорядкування начальнику відповідного підрозділу або службі психологічного забезпечення та регламентується Кодексом цивільного захисту України, Порядком психологічного забезпечення в системі ДСНС України, затвердженим наказом ДСНС від 31.08.2017 № 747, а також іншими відомчими нормативно-правовими актами.

Таблиця 4

Зразкова посадова інструкція

| Блок | Зміст |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| <i>Посада</i> | <i>Психолог підрозділу ДСНС</i> |
| <i>Підпорядкування</i> | <i>Начальнику підрозділу / службі психологічного забезпечення</i> |
| <i>Нормативна база</i> | <i>Кодекс ЦЗУ, Наказ ДСНС №747</i> |
| <i>Робочий час</i> | <i>Ненормований, чергування, виїзди</i> |
| <i>Статус</i> | <i>Державна служба / служба цивільного захисту</i> |

На відміну від цивільних галузей, робочий час психолога ДСНС не має жорсткого нормування та характеризується ненормованим режимом, що включає чергування, термінові виїзди, роботу у нічний час, вихідні та святкові дні. За своїм статусом психолог ДСНС є посадовою особою державної служби у сфері цивільного захисту, що обумовлює підвищену відповідальність за результати професійної діяльності в умовах загрози життю та здоров'ю людей.

Таблиця 5

Функції та типові задачі

| Напрямок | Типові задачі |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------|
| <i>Психозабезпечення служби</i> | <i>Супровід рятувальників, профілактика вигорання</i> |
| <i>Екстрена допомога</i> | <i>Робота з постраждалими під час НС</i> |
| <i>Психодіагностика</i> | <i>Оцінка придатності, стресостійкості</i> |
| <i>Реабілітація</i> | <i>Дебрифінг, стабілізація після НС</i> |
| <i>Навчання</i> | <i>Тренінги з психологічної стійкості</i> |
| <i>Аналітика</i> | <i>Звіти, висновки, рекомендації командуванню</i> |

Функціональне навантаження психолога ДСНС є багатовекторним і включає комплекс взаємопов'язаних напрямів діяльності. У межах психологічного забезпечення служби психолог здійснює постійний супровід особового складу, спрямований на підтримання психологічної готовності рятувальників до виконання завдань за призначенням, профілактику професійного вигорання, зниження рівня психоемоційного напруження та стабілізацію психічного стану.

Важливим напрямом є надання екстреної психологічної допомоги постраждалим під час надзвичайних ситуацій, зокрема внаслідок техногенних аварій, природних катастроф та бойових дій. Така робота здійснюється в умовах дефіциту часу, високої емоційної напруги та значної психотравматизації.

Окреме місце займає психодіагностична діяльність, яка включає оцінку психологічної придатності кандидатів до служби, визначення рівня стресостійкості, виявлення факторів ризику та моніторинг психоемоційного стану особового складу. Після участі в надзвичайних ситуаціях психологи проводять реабілітаційні заходи, зокрема психологічні дебрифінги, стабілізаційні інтервенції та заходи з відновлення психологічного ресурсу.

Крім того, психологи ДСНС залучаються до навчальної діяльності – проведення тренінгів з психологічної стійкості, формування навичок саморегуляції та поведінки в екстремальних умовах. Обов'язковою складовою є аналітична робота, підготовка звітів, узагальнень, висновків і рекомендацій для керівництва з метою прийняття управлінських рішень.

Таблиця 6

Орієнтовне штатне навантаження

| <i>Показник</i> | <i>Значення</i> |
|----------------------------|------------------------------------------------|
| <i>Рекомендована норма</i> | <i>1 психолог на 400 осіб особового складу</i> |
| <i>Форма роботи</i> | <i>Індивідуальна, групова, виїзна</i> |
| <i>Робочі години</i> | <i>Не нормуються жорстко (службовий режим)</i> |

Згідно з наявними рекомендаціями, орієнтовною нормою є навантаження одного психолога на 400 осіб особового складу. При цьому діяльність психолога має індивідуальну, групову та виїзну форми, а робочі години не підлягають жорсткому обліку через службовий режим.

Таблиця 7

Структура робочого навантаження (умовно)

| <i>Вид діяльності</i> | <i>% часу</i> | <i>Год/тиждень</i> |
|----------------------------------|---------------|--------------------|
| <i>Робота з особовим складом</i> | <i>~40 %</i> | <i>~16 год</i> |
| <i>Екстрена допомога</i> | <i>~15 %</i> | <i>~6 год</i> |
| <i>Діагностика</i> | <i>~15 %</i> | <i>~6 год</i> |
| <i>Навчання та профілактика</i> | <i>~10 %</i> | <i>~4 год</i> |
| <i>Документація та аналіз</i> | <i>~20 %</i> | <i>~8 год</i> |

Умовна структура робочого навантаження психолога ДСНС свідчить, що близько 40 % часу припадає на роботу з особовим складом, ще приблизно 15 %

– на екстрену психологічну допомогу під час надзвичайних ситуацій. Психодіагностика займає близько 15 % робочого часу, навчально-профілактична діяльність – близько 10 %, а документація та аналітична робота

– ще 20 %. Такий розподіл свідчить про високу інтенсивність безпосередньої психологічної взаємодії та значне емоційне навантаження.

Таблиця 8

Порівняльний підсумок нормування робочого часу практичних психологів закладів освіти та ДСНС України

| <i>Критерій</i> | <i>Освіта</i> | <i>ДСНС</i> |
|------------------------------|---------------------------|-------------------------------------|
| <i>Нормування годин</i> | <i>Чітке (40 год)</i> | <i>Ненормоване</i> |
| <i>Основний контингент</i> | <i>Діти, педагоги</i> | <i>Рятувальники, постраждалі</i> |
| <i>Характер навантаження</i> | <i>Плановий</i> | <i>Екстремальний</i> |
| <i>Психологічні ризики</i> | <i>Емоційне вигорання</i> | <i>ПТСР, вторинна травматизація</i> |

Порівняння умов діяльності практичних психологів закладів освіти та психологів ДСНС демонструє принципову відмінність у характері навантаження. У сфері освіти робочий час чітко нормований 40 годинами на тиждень, основним контингентом є діти та педагогічні працівники, а діяльність має плановий характер. У ДСНС, навпаки, робота є ненормованою, екстремальною, пов'язаною з високими психологічними ризиками, включно з розвитком посттравматичних стресових розладів та вторинної травматизації.

Психологи ДСНС працюють в умовах постійного контакту з психотравмуючими подіями, залучаються до ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій та одночасно забезпечують психологічний супровід як особового складу, так і постраждалого населення. Фактична кількість осіб, з якими здійснюється робота, часто перевищує рекомендовані показники через міжрегіональні залучення та масштабні надзвичайні події.

Суттєвим чинником перевантаження є відсутність чітко визначених годинних нормативів та граничних показників кількості кризових втручань. Психологи виконують функції консультанта, кризового інтервента, діагноста та аналітика одночасно, що призводить до накопичення вторинної травматизації та зростання ризику професійного вигорання.

Наслідками системного перевантаження є зниження ефективності психологічної допомоги, формалізація психологічного супроводу, зростання плинності кадрів і підвищення ризику помилок у кризових та екстремальних ситуаціях. Таким чином, перевантаження психологів безпосередньо впливає на загальну стійкість та безпеку системи цивільного захисту.

Чинна нормативно-правова база визначає широкий спектр завдань психологів ДСНС України, однак не забезпечує адекватного нормування службового навантаження з урахуванням сучасних умов воєнного стану,

ISSN 2786-6025 Online

зростання кількості надзвичайних ситуацій та масштабів психотравматизації населення і особового складу. Фактичне навантаження на одного психолога становить у середньому 400 і більше осіб особового складу, при цьому в чинних нормативних підходах не враховується обсяг роботи з цивільним населенням, який є обов'язковою складовою діяльності психологів ДСНС під час ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій.

Аналіз фактичних показників діяльності (згідно наданих додатків) свідчить, що психологи ДСНС систематично залучаються до надання екстреної психологічної допомоги населенню в умовах надзвичайних та екстремальних подій. Так, відповідно до наданих додатків, протягом 2025 року психологи ДСНС були залучені до реагування на надзвичайні ситуації 260 разів, у ході яких психологічну допомогу було надано 10 617 особам цивільного населення. Так, середній показник навантаження під час одного виїзду на надзвичайну ситуацію становить:

$$10\ 617 / 260 = 40,8;$$

тобто 41 особі в середньому надавалась допомога психологами в одній надзвичайній ситуації за статистикою 2025 року.

Тобто під час одного виїзду на НС один психолог у середньому надає екстрену психологічну допомогу близько 41 особі. При цьому слід урахувати, що зазначена допомога надається в умовах:

- гострої психотравмуючої ситуації;
- дефіциту часу;
- високого рівня емоційного напруження;
- одночасної роботи з великою кількістю постраждалих;
- паралельного виконання функцій оцінки стану, стабілізації, кризового

втручання та маршрутизації осіб.

Важливо наголосити, що цей обсяг роботи не включається до розрахунків штатного навантаження, які зазвичай обмежуються лише чисельністю особового складу підрозділів ДСНС. Таким чином, фактичне психологічне навантаження на одного спеціаліста суттєво перевищує формально визначене та має подвійний характер: постійний (супровід особового складу) і піковий (масові виїзди на надзвичайні ситуації з роботою з цивільним населенням).

Крім того, робота з постраждалим населенням у надзвичайних ситуаціях є одним із найбільш емоційно затратних видів психологічної діяльності, оскільки пов'язана з переживанням втрат, травм, руйнування житла, загрози життю та безпеці. Систематичне виконання таких завдань без відповідного зменшення іншого службового навантаження або без введення додаткових штатних одиниць призводить до накопичення вторинної травматизації, зростання рівня професійного вигорання та зниження ефективності психологічної допомоги.

ISSN 2786-6025 Online

Отже, фактичні показники залучення психологів ДСНС до надання екстреної психологічної допомоги населенню свідчать про істотну невідповідність між реальним обсягом виконуваної роботи та чинними підходами до нормування службового навантаження. Це об'єктивно обґрунтовує необхідність перегляду нормативів, урахування роботи з цивільним населенням як окремого навантажувального компонента та введення додаткових штатних посад психологів у підрозділах ДСНС України.

Тому пропонуємо формулу розрахунку штату психологів:

$$Ч_{(п-гів)} = (Ч_{0/c} + 41 * К_{сер}) / 250$$

$Ч_{(п-гів)}$ – чисельність психологів;

$Ч_{0/c}$ – чисельність особового складу підрозділу;

$К_{сер}$ – середня кількість надзвичайних ситуацій за 5 років в конкретній місцевості (де надавалась допомога населенню).

Відповідно до формули, в областях які наближені до зони бойових дій має бути чисельність психологів більшою, а ніж в областях, де залучень практично не має. Введення додаткових штатних одиниць практичних психологів дозволить зменшити індивідуальне навантаження, підвищити якість і доступність психологічної допомоги, забезпечити своєчасне кризове втручання, підвищити психологічну стійкість особового складу та знизити ризики професійного вигорання і помилок у надзвичайних ситуаціях.

З урахуванням чинної нормативно-правової бази, реального обсягу функціональних обов'язків та зростання психологічних ризиків, введення додаткових ставок практичних психологів у підрозділах ДСНС України є об'єктивно необхідним, науково та нормативно обґрунтованим кроком, що відповідатиме вимогам безпеки, ефективності та сталого функціонування системи психологічного забезпечення в умовах підвищених ризиків.

Розглянемо також міжнародні практики штатної чисельності психологів, так у Збройних силах Ізраїлю співвідношення психологів до особового складу одне з найнижчих у світі – приблизно 1 психолог на 70–90 військових, що вважається ефективною практикою для інтенсивного психологічного супроводу військовослужбовців. Для порівняння, в Україні нині – близько 1 психолога на 400–500 військових, що значно менше у порівнянні з ізраїльським показником.

Така різниця індикативно показує, що ефективні моделі психологічного забезпечення передбачають менше навантаження на одного психолога за рахунок більшої кількості штатних одиниць.

У Великобританії відзначають зростання потреби у штатних психологах саме через внутрішні дослідження рівня психологічних проблем серед

ISSN 2786-6025 Online

працівників поліції (наприклад, збільшення лікарняних через психологічні причини та високий рівень ПТСР) – саме для цього створюють підрозділи підтримки психологічного здоров'я зі значним кадровим забезпеченням.

Хоча жорстких нормативів «1 психолог на X осіб» для поліції немає на офіційному рівні у Великобританії, практика багатьох місцевих підрозділів – орієнтуватись на менші «клієнтські» навантаження (тобто одного психолога на декілька сотень службовців) для ефективної роботи з психоемоційним здоров'ям. У США створюються спеціальні підрозділи психологічної підтримки (наприклад, при Fixated Threat Assessment Centre у Лондоні, яке працює разом з NHS Trust та поліцією і має штат, де психологи працюють у тісній взаємодії з правоохоронцями).

Хоча загальної нормативної формули «психолог на X офіцерів» в американських службах немає, практика великих агентств показує:

- психологи входять у штат фахівців з ментального здоров'я як невід'ємна частина забезпечення безпеки;
- штат формується з урахуванням обсягу запитів, інтенсивності стресових ситуацій та профілактичної роботи.

Це свідчить про тенденцію на посилення кадрового компоненту психологічної служби у безпекових структурах.

В Ізраїлі орієнтовно 1 психолог на 70–90 військових, що є «цільовим стандартом» для максимально ефективного психологічного супроводу під час бойових дій/стресових умов.

В Україні дослідники вказують, що в силових структурах часто 1 психолога припадає 400–500 осіб, що значно перевищує навантаження в сучасних ефективних силових структурах.

Ці співвідношення варто розглядати як орієнтири для розрахунку потреб штату психологів у безпекових структурах. Міжнародно вважається, що менше співвідношення означає кращу здатність охопити запити на підтримку та менше перевантаження одного фахівця.

На основі міжнародного досвіду можна запропонувати орієнтовні стандарти для подальших розрахунків штатної чисельності психологів у таких структурах:

Таблиця 9

| Сектор | Орієнтовне співвідношення | Коментар |
|------------------|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Військові служби | 1 психолог на 70–90 осіб | Модель Ізраїлю – еталон ефективного психозабезпечення; низьке навантаження на психолога – кращий результат |

| Сектор | Орієнтовне співвідношення | Коментар |
|------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Полицейські служби (великі департаменти) | ~1 психолог на 150–300 осіб | Орієнтовно, враховуючи практику НАТО/партнерів (без жорстких нормативів) |
| Спеціальні психостійкі підрозділи | ~1 психолог на 100 осіб | Управління кризами/високий рівень стресових подій |

Зауваження: для поліції та інших правоохоронних служб немає єдиного всеосяжного нормативу, натомість штат формується відповідно до потреб, місцевої практики, вимог безпеки і обсягу психологічної роботи (клінічні втручання, тренінги, реакція на стрес).

У наукових оглядах зазначається, що організаційні стресори у поліцейській діяльності значно впливають на психічне здоров'я, що підсилює потребу в адекватній чисельності психологічних служб для зниження навантаження на окремих фахівців.

У силових структурах психологи виконують не лише консультування, але й роботу з відбором, навчаннями, супроводом після служби – це розширює спектр функцій, що треба враховувати при визначенні штатної чисельності.

Таблиця 10

Міжнародні орієнтири навантаження на одного психолога (безпекові та екстремальні служби)

Узагальнена таблиця

| Країна / структура | Орієнтовне навантаження | Пояснення |
|------------------------------------|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Ізраїль (IDF) | 1 психолог на 70–90 осіб | Інтенсивний супровід, робота з бойовим стресом, кризами, профілактика ПТСР |
| США (армія, поліція) | 1 на 100–250 | Залежить від функцій: клініка + оцінювання + кризові інтервенції |
| Велика Британія (військо, поліція) | 1 на 150–300 | Акцент на wellbeing, резильєнтність, профілактику вигоряння |
| Канада, Австралія | 1 на 150–250 | Психолог як штатний елемент системи безпеки |
| Рекомендований безпечний рівень | до 150 осіб | Вважається межею, за якою починається професійне перевантаження |

Міжнародна практика організації психологічного забезпечення у безпекових та екстремальних службах свідчить про чітке обмеження допустимого службового навантаження на одного психолога. У більшості структур психологічної підтримки граничним вважається співвідношення не більше одного психолога на 250 осіб, тоді як для екстремальних та силових структур цей показник є суттєво нижчим і часто не перевищує 150 осіб на одного спеціаліста. Такі підходи застосовуються у системах психологічного забезпечення служб реагування та безпеки низки країн, зокрема Ізраїлю, США та Великої Британії, де психологічний супровід персоналу, залученого до дій в умовах підвищеного ризику, розглядається як критично важливий елемент національної безпеки. У зазначених країнах нормативи навантаження формуються з урахуванням інтенсивності психотравмуючих подій, ризику вторинної травматизації та необхідності збереження високого рівня психологічної готовності персоналу.

Висновки. З урахуванням зазначених міжнародних практик, а також специфіки діяльності психологів ДСНС України, пов'язаної з ліквідацією наслідків надзвичайних ситуацій, роботою в умовах воєнного стану, масової психотравматизації населення та особового складу, безпечно службове навантаження на одного психолога в умовах екстремальної діяльності не повинно перевищувати 250 осіб особового складу, а в регіонах підвищеного ризику – бути ще нижчим.

У зв'язку з цим введення додаткових штатних одиниць психологів у підрозділах ДСНС України є науково, практично та міжнародно обґрунтованим заходом, спрямованим на приведення фактичного службового навантаження у відповідність до безпечних нормативів, підвищення якості психологічної допомоги та забезпечення сталого функціонування системи психологічного забезпечення в умовах підвищених ризиків.

Перспективою подальших розвідок вбачаємо розроблення науково обґрунтованих критеріїв і нормативів службового навантаження на фахівців психологічного забезпечення з урахуванням специфіки професійної діяльності, рівня психоемоційного навантаження та умов виконання завдань в особливий період.

Література:

1. Про затвердження Порядку психологічного забезпечення в Державній службі України з надзвичайних ситуацій : наказ ДСНС України від 31.08.2017 № 747 // База даних «Законодавство України». – URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z1390-17> (дата звернення: 03.02.2026).

2. Про затвердження Порядку організації системи психологічного забезпечення поліцейських, працівників Національної поліції України та курсантів : наказ МВС України від 06.02.2019 № 88 // База даних «Законодавство України». – URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z0348-19> (дата звернення: 03.02.2026).

ISSN 2786-6025 Online

3. Про затвердження Положення про психологічне забезпечення в Національній гвардії України : наказ МВС України від 08.12.2016 № 1285 // База даних «Законодавство України». – URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z0080-17> (дата звернення: 03.02.2026).

4. Про затвердження Порядку психологічного забезпечення в Державній прикордонній службі України : наказ МВС України від 09.03.2021 № 179 // База даних «Законодавство України». – URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z0533-21> (дата звернення: 03.02.2026).

5. Алещенко В. О., Кокур О. М. Psychological support for military personnel in combat conditions // *Psychological Journal*. – 2025. – Vol. 11, No. 1. – P. 18–33. – URL: <https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/1629> (дата звернення: 03.02.2026).

6. Сокурєнко В. В. Психологічне забезпечення службової діяльності поліцейських // *Бочаровські читання* : матеріали наук.-практ. конф. – Харків, 2018. С.249–253. – URL: <https://dspace.univd.edu.ua/entities/publication/a774ae93-b98e-4aa7-9acb-3903b88ee0a5> (дата звернення: 03.02.2026).

7. Ключко А. М. Сучасний стан психологічного забезпечення поліцейських // *Проблеми сучасної психології*. – 2020. – № 2. – С. 45–52. – URL: <https://dspace.univd.edu.ua/items/08b92e5a-638b-4000-8583-fab30a04d7a2> (дата звернення: 03.02.2026).

8. Brooks S. K. et al. Mental health and wellbeing of border security personnel // *Occupational Medicine*. – 2022. – Vol. 72, Issue 9. – P. 636–644. – DOI: 10.1093/occmed/kqac075. – URL: <https://academic.oup.com/occmed/article/72/9/636/6782925> (date of access: 03.02.2026).

9. Campos F. D., Chambel M. J., Lopes S. Work Social Support and PTSD in Police Officers // *Sustainability*. – 2023. – Vol. 15, No. 24. – Article 16728. – DOI: 10.3390/su152416728. – URL: <https://www.mdpi.com/2071-1050/15/24/16728> (date of access: 03.02.2026).

10. Lentz L. et al. High Rates of Mental Health Disorders in Civilian Employees Working in Police Organizations // *Frontiers in Psychology*. – 2020. – Vol.

11. – Article 1031. – DOI: 10.3389/fpsyg.2020.01031. – URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.01031/full> (date of access: 03.02.2026).

12. Planning Police Staffing Levels / J. M. Wilson, A. Weiss. – Washington : U.S. Department of Justice, 2012. – 98p. – URL: https://www.researchgate.net/publication/245280266_Planning_Police_Staffing_Levels (date of access: 03.02.2026).

13. Projecting Health Workforce Supply and Demand: Behavioral Health Providers. – Rockville : Health Resources & Services Administration, 2021. – URL: <https://bhwh.hrsa.gov/data-research/projecting-health-workforce-supply-demand/technical-documentation/behavioral-health-care-provider> (date of access: 03.02.2026).

14. Guidelines for Psychosocial Support of Uniformed Workers. – Prague : Ministry of the Interior of the Czech Republic, 2020. – URL: <https://mv.gov.cz/soubor/covid19-psyops-guidelines-and-preamble-psychosocial-support-english-pdf.aspx> (date of access: 03.02.2026).

15. Police psychology // *Wikipedia*. – URL: https://en.wikipedia.org/wiki/Police_psychology (date of access: 03.02.2026).

16. Center for Deployment Psychology // *Wikipedia*. – URL: https://en.wikipedia.org/wiki/Center_for_Deployment_Psychology (date of access: 03.02.2026).

References:

1. Pro zatverdzhennia Poriadku psykhologichnoho zabezpechennia v Derzhavnii sluzhbi Ukrainy z nadzvychainykh sytuatsii : nakaz DSNS Ukrainy vid 31.08.2017 № 747. Baza danykh

«Zakonodavstvo Ukrainy». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z1390-17> (data zvernennia: 03.02.2026).

2. Pro zatverdzhennia Poriadku orhanizatsii systemy psykholohichnoho zabezpechennia politseiskykh, pratsivnykiv Natsionalnoi politsii Ukrainy ta kursantiv : nakaz MVS Ukrainy vid 06.02.2019 № 88. Baza danykh «Zakonodavstvo Ukrainy». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z0348-19> (data zvernennia: 03.02.2026).

3. Pro zatverdzhennia Polozhennia pro psykholohichne zabezpechennia v Natsionalnii hvardii Ukrainy : nakaz MVS Ukrainy vid 08.12.2016 № 1285. Baza danykh «Zakonodavstvo Ukrainy». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z0080-17> (data zvernennia: 03.02.2026).

4. Pro zatverdzhennia Poriadku psykholohichnoho zabezpechennia v Derzhavnii prykordonnii sluzhbi Ukrainy : nakaz MVS Ukrainy vid 09.03.2021 № 179. Baza danykh «Zakonodavstvo Ukrainy». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/go/z0533-21> (data zvernennia: 03.02.2026).

5. Alieshchenko, V. O., Kokun, O. M. Psychological support for military personnel in combat conditions. *Psychological Journal*. 2025. Vol. 11, No. 1. P. 18–33. URL: <https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/1629> (data zvernennia: 03.02.2026).

6. Sokurenko, V. V. Psykholohichne zabezpechennia sluzhbovoi diialnosti politseiskykh. Bocharovski chytannia : materialy nauk.-prakt. konf. Kharkiv, 2018. P. 249–253. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/entities/publication/a774ae93-b98e-4aa7-9acb-3903b88ee0a5> (data zvernennia: 03.02.2026).

7. Klochko, A. M. Suchasnyi stan psykholohichnoho zabezpechennia politseiskykh. *Problemy suchasnoi psykholohii*. 2020. № 2. P. 45–52. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/items/08b92e5a-638b-4000-8583-fab30a04d7a2> (data zvernennia: 03.02.2026).

8. Brooks, S. K. et al. Mental health and wellbeing of border security personnel. *Occupational Medicine*. 2022. Vol. 72, Issue 9. P. 636–644. DOI: 10.1093/occmed/kqac075. URL: <https://academic.oup.com/occmed/article/72/9/636/6782925> (date of access: 03.02.2026).

9. Campos, F. D., Chambel, M. J., Lopes, S. Work Social Support and PTSD in Police Officers. *Sustainability*. 2023. Vol. 15, No. 24. Article 16728. DOI: 10.3390/su152416728. URL: <https://www.mdpi.com/2071-1050/15/24/16728> (date of access: 03.02.2026).

10. Lentz, L. et al. High Rates of Mental Health Disorders in Civilian Employees Working in Police Organizations. *Frontiers in Psychology*. 2020. Vol. 11. Article 1031. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.01031. URL: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.01031/full> (date of access: 03.02.2026).

11. Wilson, J. M., Weiss, A. *Planning Police Staffing Levels*. Washington : U.S. Department of Justice, 2012. 98 p. URL: https://www.researchgate.net/publication/245280266_Planning_Police_Staffing_Levels (date of access: 03.02.2026).

12. *Projecting Health Workforce Supply and Demand: Behavioral Health Providers*. Rockville : Health Resources & Services Administration, 2021. URL: <https://bhwr.hrsa.gov/data-research/projecting-health-workforce-supply-demand/technical-documentation/behavioral-health-care-provider> (date of access: 03.02.2026).

13. *Guidelines for Psychosocial Support of Uniformed Workers*. Prague : Ministry of the Interior of the Czech Republic, 2020. URL: <https://mv.gov.cz/soubor/covid19-psyops-guidelines-and-preamble-psyosocial-support-english-pdf.aspx> (date of access: 03.02.2026).

14. Police psychology. Wikipedia. URL: https://en.wikipedia.org/wiki/Police_psychology (date of access: 03.02.2026).

ISSN 2786-6025 Online

15. Center for Deployment Psychology. Wikipedia. URL: https://en.wikipedia.org/wiki/Center_for_Deployment_Psychology (date of access: 03.02.2026).

Дата першого надходження статті до видання: 07.05.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 21.05.2026