



**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ**

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

**V МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ
СЛУЖБОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ
ПРАЦІВНИКІВ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ»**

(м. Київ, 31 жовтня 2024 року)

Київ 2024

УДК 159.9:351.74.08
А43

DOI <https://www.doi.org/10.32782/31-10-2024>

*Рекомендовано до друку та
поширення через мережу Інтернет
Вченою радою ДНДІ МВС України
(протокол №8 від 12.11.2024)*

А43 Актуальні проблеми психологічного забезпечення службової діяльності працівників правоохоронних органів : зб. матеріалів V Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 31 жовтня 2024 р.). Київ : ДНДІ МВС України, 2024. 360 с.

У матеріалах конференції представлено теоретико-методологічні засади та практичні розробки щодо психологічного забезпечення службової діяльності працівників правоохоронних органів відповідно до викликів воєнного стану та післявоєнного відновлення. Наведено напрацювання вчених і досвідчених практиків, присвячені підтримці оптимальної працездатності та формуванню професійно-психологічної надійності, стійкості, готовності правоохоронців до служби в кризових умовах. Матеріали конференції можуть бути корисними науковцям та практикам, викладачам закладів вищої освіти, здобувачам наукових ступенів, психологам.

*Матеріали викладено в авторській редакції з незначною коректурою.
Відповідальність за їхню якість, достовірність, академічну доброчесність,
а також відсутність у них відомостей, що становлять державну
таємницю та інформацію для службового користування, несуть автори.*

© Колектив авторів, 2024
© ДНДІ МВС України, 2024

Зінченко Д. А.

ВПЛИВ ВОЄННИХ ПОДІЙ НА ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я
ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ: ЗАГАЛЬНІ ТЕНДЕНЦІЇ ТА
РІШЕННЯ.....246

Ільїна Ю. Ю.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА ЛАТЕНТНОЇ АГРЕСІЇ В
УМОВАХ ВІЙНИ.....250

Коваль А. І., Мартенко О. Л.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА
РЕІНТЕГРАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ ПРАВООХОРОННИХ
ОРГАНІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....254

Коваль І. С., Пасічник С. В.

ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ФАХІВЦІВ СИЛ БЕЗПЕКИ
ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ.....258

Козут О. О.

РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....261

Копотун І. М., Ivo Svoboda

РЕАБІЛІТАЦІЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ, ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ
ВНАСЛІДОК ВІЙНИ267

Лефтеров В. О.

ПРОФІЛАКТИКА ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПСИХОЛОГІВ
ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ.....271

Макаренко П. В., Захаренко Л. М.

ТЕХНІКА «МАЙНФУЛНЕС» У ПСИХОЕМОЦІЙНОМУ ВІДНОВЛЕННІ
КОМБАТАНТІВ.....275

Малишкіна С., Кріцак І. В.

ВДОСКОНАЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗВО
СИСТЕМИ МВС УКРАЇНИ ЧЕРЕЗ ПРОФЕСІОНАЛІЗМ ТА ДУХОВНО-
ЦІННІСНУ СКЛАДОВУ.....279

Микитюк М. Ю.

ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ВИЗНАЧЕННЯ
СТРЕСОСТІЙКОСТІ.....283

Мілорадова Н. Е.

СТРАТЕГІЇ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ У СТАНІ
БЕЗНАДІЇ.....286

Мохнар Л. І.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕІНТЕГРАЦІЯ УЧАСНИКІВ
БОЙОВИХ ДІЙ.....289

Мохорева О. М.

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ РЕІНТЕГРАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ
ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ.....292

Коваль Ігор Святославович,

кандидат педагогічних наук,

заступник начальника факультету психології та соціального захисту,

Львівський державний університет безпеки життєдіяльності

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9204-9228>

Пасічник Софія Вікторівна,

лаборант лабораторії екстремальної психології та реабілітації,

Львівський державний університет безпеки життєдіяльності

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-6492-2268>

ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ФАХІВЦІВ СИЛ БЕЗПЕКИ ТА ОБОРОНИ УКРАЇНИ

Війна в Україні ставить нові виклики перед психологічними службами сил безпеки та оборони України, вимагаючи від них оперативного реагування на зростаючі психоемоційні навантаження, ефективної підтримки персоналу в умовах хронічного стресу, а також розробки сучасних програм реабілітації для відновлення психічного здоров'я фахівців, які працюють у бойових умовах та зонах екстремальних ситуацій. Також небезпеку посилюють бойові обставини, такі як постійні обстріли, їх очікування та невизначеність майбутнього, що значно впливає на плани людей як у професійному, так і в особистому житті. Такі стресові умови спричиняють постійне психологічне напруження, яке вимагає підвищеної пильності й відповідальності, що часто перевищує межі фізичних та емоційних можливостей особистості. З огляду на це, фахівці силових структур, зокрема працівники ДСНС, ЗСУ, поліції та інших служб, щоденно стикаються з надзвичайними ситуаціями, стресовими подіями та ризиками для життя, що суттєво впливає на їхнє психічне здоров'я. У зв'язку з цим психологічна реабілітація стає необхідною складовою для їхнього відновлення та підтримки працездатності.

Психологічна реабілітація – це комплекс заходів, спрямованих на відновлення психічного здоров'я особистості після пережитих стресових або травматичних подій. Вона допомагає людині справлятися з наслідками стресу, емоційних переживань, фізичних чи психологічних травм, що можуть виникати внаслідок бойових дій, катастроф, насильства, втрат або інших кризових ситуацій. До основних завдань психологічної реабілітації відносимо:

- відновлення емоційної рівноваги – допомога в управлінні тривогою, страхом, депресією або іншими негативними емоціями;
- підтримка соціальної адаптації – навчання навичкам адаптації до змін,

що відбулися в житті людини після травматичної події;

- робота з посттравматичними стресовими розладами (ПТСР) – допомога людям, які страждають від флешбеків, нічних кошмарів, підвищеної тривожності та інших симптомів ПТСР;

- поліпшення якості життя – формування навичок самодопомоги, соціальної підтримки, розвитку особистих ресурсів.

Реабілітаційний процес може включати індивідуальну або групову терапію, підтримку з боку сім'ї та близьких, а також участь у спеціальних програмах. Психологічна реабілітація є важливою частиною процесу відновлення для тих, хто пройшов через кризові або травматичні події.

Варто зазначити, що психологічна реабілітація виконує низку важливих функцій, а саме:

- попередження психічних розладів – інтенсивні та регулярні стресові фактори можуть призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), тривожних та депресивних станів. Психологічна реабілітація спрямована на попередження таких розладів та допомогу у подоланні їхніх симптомів;

- відновлення емоційного балансу – робота в екстремальних умовах продукує емоційне виснаження та емоційне вигорання. Реабілітаційні програми допомагають відновити внутрішні ресурси та підтримати стійкість особистості до подальших стресових ситуацій;

- підтримка професійної ефективності – вчасна психологічна допомога дозволяє зберегти високу професійну ефективність і уникнути зниження працездатності через стрес. Фахівці, які проходять реабілітацію, швидше повертаються до виконання своїх обов'язків з повною віддачею;

- розвиток навичок саморегуляції – реабілітаційні програми включають методи саморегуляції, такі як релаксаційні техніки, управління стресом, робота з емоціями, що допомагають фахівцям зберігати спокій у критичних ситуаціях та ефективніше справлятися з викликами;

- зміцнення психічної стійкості – психологічна реабілітація допомагає розвинути стійкість до стресових факторів, що сприяє довготривалій збереженості психічного здоров'я, а також здатності адекватно реагувати на кризові ситуації;

- забезпечення якості життя – відновлення психологічного стану важливе для загального покращення якості життя фахівців силових структур, зокрема у їхніх відносинах із сім'єю, соціальній активності та самопочутті поза службою.

Тобто психологічна реабілітація виступає ключовим елементом для підтримки психічного здоров'я фахівців силових структур, що сприяє їхній

готовності до виконання службових обов'язків на високому рівні та забезпеченню їхньої безпеки в умовах стресових навантажень.

Варто зазначити, що важливим елементом психологічної реабілітації фахівців сил безпеки та оборони України є використання тренінгових технологій, що допомагають людям відновлювати власні психологічні та соціальні функції. Такі тренінги створюються для розвитку навичок саморегуляції, емоційного контролю та адаптації в складних ситуаціях. Вони зазвичай включають когнітивно-поведінкові методи, техніки релаксації та різні моделі комунікації [2; 3].

Таким чином, психологічна реабілітація є критично важливою для підтримки психічного здоров'я фахівців сил безпеки та оборони України, забезпечуючи їх готовність до виконання службових завдань на високому рівні та підвищуючи їхню безпеку в умовах постійних стресових навантажень. Завдяки ефективним реабілітаційним заходам можна стабілізувати психічний стан кожної здорової особистості, а в комплексі психологічна допомога сприяє успішній реінтеграції фахівців у соціум. Підтримка з боку спільноти, родини та фахівців створює сприятливе середовище для відновлення, що значно підвищує ефективність процесу реабілітації та повернення до повноцінного життя.

Список використаних джерел

1. Дуб В. Реабілітаційна психологія: методичні рекомендації до семінарських занять. : метод. матеріали до семін. занять. Дрогобич : редакц.-вид. від. Дрогоб. держ. пед. ун-ту ім. І. Франка, 2017. 92 с. URL: https://www.dkpp.com.ua/wp-content/uploads/2020/10/reabilitatsiina-ps_rek_do_sem.pdf
2. Коваль М. С., Коваль І. С. Професійно-психологічний супровід рятувальників в умовах ризику: навчально-методичний посібник з організації та проведення тренінгу. Львів : ЛДУ БЖД, 2022. 252 с.
3. Koval I.S., Yaremko R. Ya., Vavryniv O. S. The use of training technologies in the process of professional training for future rescuers in higher education institutions. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми.* 2024. Вип. 71. С. 142-149. DOI: <https://doi.org/10.31652/2412-1142-2024-71-142-150>.