

ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У ПУНКТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОКРЕМОЇ МЕХАНІЗОВАНОЇ БРИГАДИ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ БОЙОВИХ ЗАВДАНЬ

PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF SERVICEMEN AT THE PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE POINT OF A SEPARATE MECHANIZED BRIGADE OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE DURING COMBAT MISSIONS

У статті розглядається діяльність пункту психологічної допомоги окремої механізованої бригади Збройних Сил України у зоні ведення бойових дій. Основна увага сконцентрована на новітніх формах та методах відновлення психологічного стану військовослужбовців по завершенню виконання бойових завдань в першій лінії оборони з огляду на специфіку отриманих психотравм.

Розглядаються різноманітні варіанти обладнання пунктів психологічної допомоги, які використовують в окремій механізованій бригаді. Зокрема, використання засобів віртуальної реальності та програмно-апаратного комплексу для психоемоційної корекції Brainbit-NeuroFit, що дозволяє в подальшому провести аналіз стану військовослужбовців та створити необхідну програму реабілітації.

Окрім інноваційних технологій, у пункті психологічної допомоги активно застосовуються традиційні методи психологічного відновлення, такі як психотерапевтичні бесіди, організація дозвілля, застосування релаксаційних практик (прослуховування музики, настільні ігри, арт-терапія). Важливим аспектом функціонування пункту є взаємодія з командирами підрозділів, що дозволяє своєчасно виявляти та скеровувати військовослужбовців, які потребують психологічної допомоги.

Також автор статті розглядає у даному дослідженні організаційно-штатну структуру, необхідної для повноцінного функціонування пунктів психологічної допомоги окремої бригади Збройних Сил України в умовах ведення активних бойових дій.

Результати дослідження підтверджують ефективність впроваджених методик, що дозволяють майже у 80% випадків забезпечувати швидке відновлення особового складу без необхідності госпіталізації. Автор статті на основі особистого відвідування пункту психологічної допомоги та спілкування з особовим складом, що проходив курс реабілітації, підтверджує дієвість новітніх методів психологічної реабілітації, які забезпечують високу ефективність відновлення та зменшення термінів психологічного відновлення військовослужбовців.

Ключові слова: ППП, психотравма, бойовий стрес, вигорання, психологічна реабілітація, психологічна допомога, психологічний супровід, відновлення, стабілізація.

The article examines the activities of the psychological assistance point of a separate mechanized brigade of the Armed Forces of Ukraine in the combat zone. The main focus is on the latest forms and methods of restoring the psychological state of servicemen after completing combat missions in the front line, considering the specifics of the received psychological trauma.

Various equipment options for psychological assistance points used in the separate mechanized brigade are considered. In particular, the use of virtual reality devices and the Brainbit-NeuroFit software and hardware complex for psycho-emotional correction, which allows for further analysis of the servicemen's condition and the creation of a necessary rehabilitation program. In addition to innovative technologies, traditional methods of psychological recovery are actively used at the psychological assistance point, such as psychotherapeutic conversations, leisure organization, and relaxation practices (listening to music, board games, art therapy). An important aspect of the point's functioning is the interaction with unit commanders, which allows timely identification and referral of servicemen who need psychological assistance.

The author of the article also examines the organizational and staffing structure necessary for the full functioning of psychological assistance points in a separate brigade of the Armed Forces of Ukraine during active combat operations.

The research results confirm the effectiveness of the implemented methods, allowing in 80% of cases to ensure the rapid recovery of personnel without the need for hospitalization. The author of the article, based on a personal visit to the psychological assistance point, confirms the effectiveness of the latest methods of psychological rehabilitation, which ensure high recovery efficiency and reduce the duration of psychological recovery of servicemen.

Key words: PAP, psychological trauma, combat stress, burnout, psychological rehabilitation, psychological assistance, psychological support, recovery, stabilization.

УДК 159.97:355.343

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.71.14>

Поронюк Р. О.

доктор філософії, викладач кафедри поведінкових наук та військового лідерства інституту психологічної підтримки персоналу Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

Постановка завдання (мета статті): є дослідження та аналіз функціонування пункту психологічної допомоги в окремій механізованій бригаді Збройних Сил України під час виконання бойових завдань. Основна увага приділяється впровадженню новітніх форм та методів психологічної реабілітації військовослужбовців, їх ефективності та впливу на бойову готовність особового складу. Стаття також розглядає організаційні аспекти функціонування пунктів психологічної допомоги,

їх оснащення, взаємодію з командирами підрозділів та вплив на загальний психологічний стан військовослужбовців. Результати дослідження допоможуть покращити функціонування пунктів психологічної допомоги, підвищити ефективність психологічної реабілітації військовослужбовців та забезпечити їх бойову готовність в умовах ведення бойових дій.

Постановка проблеми та її актуальність. Виконання бойового завдання вимагає від вій-

ськовослужбовця акумуляції всіх людських можливостей та ресурсів. В свою чергу, безпосередня участь в бойових діях може викликати симптоми бойового стресу, психоемоційні порушення, симптоми вигорання, внаслідок яких певний відсоток особового складу впродовж деякого проміжку часу не здатний в повному обсязі продовжувати виконувати завдання за призначенням. Тому для керівного складу бойової бригади існує важлива місія та функція – надання необхідної швидкої психологічної допомоги та реабілітації воїнів, аби підрозділи не втрачали свою боєздатність та могли повноцінно продовжувати виконувати бойові завдання. Ці функції покладаються на структури психологічної підтримки персоналу та групи контролю бойового стресу певного підрозділу, які за необхідності розгортають пункти психологічної допомоги.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Діяльність структур психологічної підтримки персоналу в умовах ведення бойових дій є одним з найбільш досліджуваних питань сучасності у зв'язку із збройною агресією російської федерації проти українського народу. Окрім цього, окремі аспекти надання психологічної підтримки військовослужбовцям стали предметом наукових розвідок фахівців з психології.

Так, українські науковці Тарас Грицевич, Ірина Гузенко, Олександр Капінус, Тарас Мацєрко, Андрій Романишин у навчальному посібнику «Психологія бою» дослідили сучасні підходи до розуміння психологічних особливостей сучасних бойових дій та їхнього впливу на бойову діяльність підрозділу. Зокрема у посібнику розглядається етапи психологічної підготовки військовослужбовців до бою, психологічної підтримки під час бою та психологічного відновлення після ведення бойових дій [2].

Також, українськими науковцями Ігорем Приходьком, Олександром Колесніченком та Яною Мацєгорою у науковій розвідці «Організація надання першою психологічної допомоги військовослужбовцям Національної гвардії України» розглянуто порядок організації та проведення психологічного супроводження службово-бойової діяльності військовослужбовців Національної гвардії України. Визначено порядок надання першої психологічної допомоги на трьох рівнях та запропоновано варіанти їх взаємодії [3].

Наталія Сургунт та Галина Верба розглядають різноманітні заходи, спрямовані на покращення і відновлення психологічних функцій організму при психологічній реабілітації військових [9].

Також різноманітні аспекти інформаційних війн досліджували вітчизняні науковці: Роман Попелюшко [7], Сергій Базарний [1] та інші.

Виклад основного матеріалу. В окремій механізованій бригаді, яка впродовж декількох років виконує бойові завдання, створено пункт психологічної допомоги. Даний пункт обладнаний згідно Наказу Головнокомандувача Збройних Сил України №99 від 28.07.2020 року «Про затвердження

Положення про пункти психологічної допомоги Збройних Сил України». Пункт психологічної допомоги – визначене місце, призначене для надання психологічної допомоги військовослужбовцям військових частин Збройних Сил України під час виконання завдань за призначенням (поза пунктами постійної дислокації).[5].

Враховуючи те, що окрема механізована бригада вже тривалий час виконує бойові завдання у зоні відповідальності, а саме: наносить вогневе ураження противнику, проводить наступальні та оборонні операції, досить тривалий період знаходиться за межами ППД, у деяких військовослужбовців в ході бойових дій проявляються симптоми вигорання, бойового стресу, посттравматичні симптоми. Відтак, у подальшому певний відсоток особового складу не здатний якісно виконувати бойові завдання.

Зазначимо, що за психологічних супровід військовослужбовця у підрозділі згідно Наказу Головнокомандувача Збройних Сил України «Про затвердження Порядку проведення психологічної підтримки військовослужбовців Збройних Сил України» відповідають фахівці структур психологічної підтримки персоналу бригади, а саме:

«Військові психологи – посадові особи структур психологічної підтримки персоналу, яка має відповідний рівень освіти та здійснює проведення заходів психологічної підтримки.

Група контролю бойового стресу – штатний підрозділ військової частини Збройних Сил України, який призначений для оперативного реагування та подолання негативних наслідків психологічних реакцій особового складу, викликаних екстремальними подіями під час бойової (навчально-бойової) діяльності.

Група психологічного супроводу та відновлення – штатний підрозділ військової частини Збройних Сил України, призначений для підтримання та відновлення оптимального стану психічного здоров'я військовослужбовців під час виконання ними завдань за призначенням» [4].

Також важливо зрозуміти, що у зоні прямого бойового зіткнення з ворогом, фахова психологічна допомога не завжди є можливою у зв'язку з ситуацією небезпеки життю та здоров'ю військовослужбовців. Тому, враховуючи багаторічний бойовий досвід військової частини, найбільш оптимальним рішенням є надання психологічної допомоги та підтримки вже на другому рівні, де розгортаються пункти психологічної допомоги. [8] Їх основним завданням є надання психологічної допомоги військовослужбовцям з ознаками гострої реакції на стрес, які пережили психотравмуючі ситуації (події), мають ознаки психологічної втоми та емоційного вигорання. Завдання ж командира підрозділу після проведення ротації на позиціях – своєчасно виявити симптоми психотравми та направити військовослужбовця до даного пункту. Ефективність психологічної реабілітації залежить від своєчасності, послідовності реабілі-

таційних заходів. Якщо ж психологічну допомогу надати неможливо або є потреба в медичній евакуації, командири зобов'язані вжити усіх заходів задля транспортування травмованих до лікувальних установ. [2, с.282]

Сучасні умови вимагають швидкого повернення військовослужбовців в стрій для підтримки боєздатності підрозділу. Це створює необхідність їх у швидкому психологічному відновленні, де звичайні заходи не завжди ефективні. Тому, у даній окремій механізованій бригаді пункт психологічної допомоги обладнали новітнім обладнанням, що дозволяє якісніше проводити відновлення психологічного стану військовослужбовців.

Зазначимо, що автор статті відвідав пункт психологічної допомоги окремої механізованої бригади та особисто переконався в ефективності використання новітніх форм та методів психологічного відновлення військовослужбовців. Приміром, у даному пункті ефективно використовується технологія віртуальної реальності. Олександр Швець, начальник пункту психологічної допомоги зазначив, що завдяки цій технології є можливість створити умови для відтворення реальних ситуацій, які викликають стрес і навчити наших воїнів ефективно керувати стресом. Ця технологія дозволяє виробляти стійкість до стресу, допомагаючи нашим воїнам поступово звикати до тих чи інших ситуацій та зменшувати реакцію на стрес.»[10].

Окрім цього, дана технологія дозволяє виводити військовослужбовців зі стресових станів. Так, замість ситуацій, які викликають стрес у симуляції вмикають заспокійливі програми (прогулянка Парижем, відвідування кав'ярні, прогулянка в парку, тощо).

Ще одним методом із застосування новітніх технологій для дієвої діагностики та призначення необхідного курсу реабілітації є застосування програмно-апаратного комплексу для психоемоційної корекції Brainbit-NeuroFit.

Суть роботи на системі BrainBit полягає в безперервному моніторингу в режимі реального часу фізіологічних показників електроенцефалографії і свідомому управлінні ними з допомогою мультимедійних, ігрових та інших прийомів в заданій області значень. [12] Таким чином, протягом курсу сеансів можливо навчитися посилювати або послаблювати показник електроенцефалографії, а значить, розслаблятися (заспокоїтися) або концентруватися. Відтак, особовому складу у пункті психологічної допомоги окремої механізованої бригади завдяки цьому пристрою проводять сеанси діагностики та когнітивного відновлення з метою навчити військовослужбовця швидко входити в стан розслаблення та психологічного спокою.

По завершенні курсу психологічного відновлення у даному пункті усіх військовослужбовців обов'язково тестують даним пристроєм. Це дає

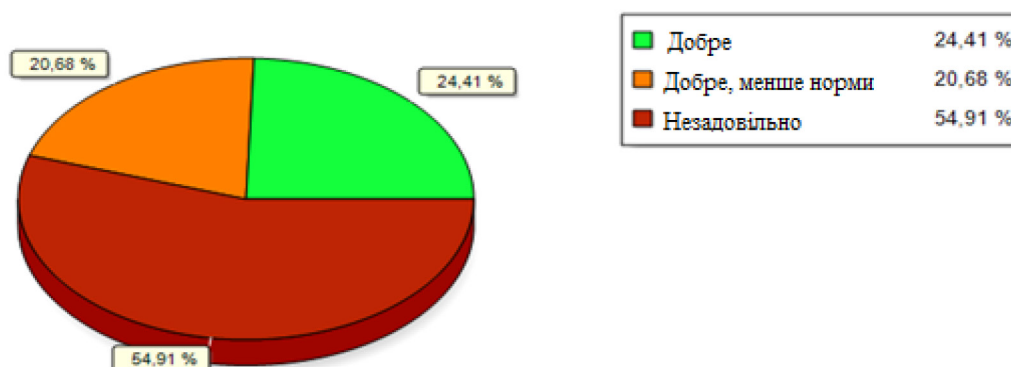


Рис. 1. Результати тестування під час поступлення до пунктів психологічної допомоги військовослужбовця після переживання психотравмуючих подій

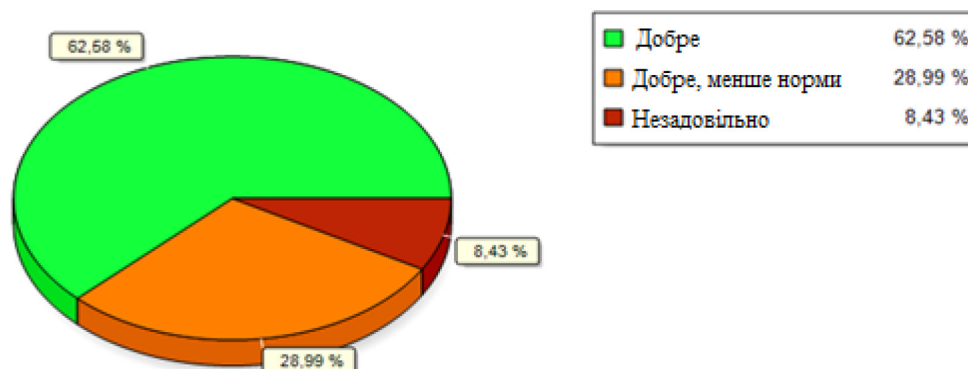


Рис. 2. Результати тестування військовослужбовця після трьох днів реабілітації у пункті психологічної допомоги після переживання психотравмуючих подій

можливість зрозуміти, наскільки успішно пройшов курс. Показники тестування до моменту призначення терапії та після неї свідчать про ефективність застосування програмно-апаратного комплексу Brainbit-NeuroFit при роботі з військовослужбовцями після бойової психічної травми. Цей метод виявився ефективним при зменшенні термінів психологічного відновлення та підвищенні загального рівня психоемоційного здоров'я військовослужбовців.

На рис. 1 продемонстровані результати тестування під час поступлення до пунктів психологічної допомоги військовослужбовця після переживання психотравмуючих подій. На рис. 2 продемонстровані результати після трьох днів реабілітації [11].

Вищезазначені форми важливо ефективно поєднувати зі сталими методами. Відтак, коли військовослужбовець потрапляє до пункту психологічної допомоги йому проводять психологічне діагностування, після чого розробляють план подальшої реабілітації та психологічного супроводу. З військовослужбовцем проводять регулярні бесіди. При потребі організовують дозвілля, яке сприяє нормалізації психічного стану (риболовля, іпотерапія).

Також даний пункт психологічної допомоги оснащений настільними іграми, можливістю прослуховування заспокійливої музики, перегляду певних художніх фільмів, релаксації в масажному кріслі, що дозволяє «переключити» увагу та знизити психологічну напругу військовослужбовців після отриманого травматичного досвіду від певних подій під час виконання бойових завдань.

Для ефективної роботи даного пункту згідно наказу командира військової частини №719 від 11.08.2023 року «Про організацію пункту психологічної допомоги у військової частини» залучені фахівці структур психологічної підтримки персоналу, медики, капелан військової частини (за потреби) та інші посадові особи, які мають навички з надання психологічної допомоги (за потреби). Загалом, рішення щодо осіб, які залучаються для організації роботи пункту психологічної допомоги визначається командиром військової частини.[6]

Даний пункт психологічної допомоги здатний одночасно прийняти та провести якісну профілактику 4-5 військовослужбовцям, що, безперечно, позитивно впливає на загальний морально психологічний стан всього військового колективу. Використання сучасних форм, методів та засобів зміцнюють психологічне здоров'я військовослужбовця орієнтовно вже впродовж 3–4 діб. Застосування сучасних методів дає можливість до 80 % відновлювати морально-психологічний стан особового складу на рівні бригади без подальшого переміщення постраждалих за межі бригади, до позаштатних спеціалістів та установ.

У випадку, якщо психологічний стан військовослужбовця, після перебування у пункті психологічної допомоги не відновився впродовж трьох

днів, його направляють до профільного медичного закладу або ж до реабілітаційного центру.

Також необхідно зазначити, що в даній окремій механізованій бригаді психологічна реабілітація особового складу організована та носить системний характер.

Цікаво, що подібну практику застосовують і країни-члени НАТО. Даний вид психологічного відновлення досить ефективний, оскільки, як демонструє досвід, військовослужбовці, що відбувають курс відновлення в найближчому тилу, а не в спеціалізованих медичних установах, менш схильні до симулювання продовження хвороби (за досвідом західних армій, з таким підходом 8 з 10 потерпілих повертаються у стрій уже протягом 2–3 днів). [2, с. 246]

Висновки. У статті було досліджено та проаналізовано роботу пункту психологічної допомоги окремої механізованої бригади Збройних Сил України в зоні ведення бойових дій. Важливість психологічної реабілітації військовослужбовців підкреслюється новітніми формами та методами, що використовуються для відновлення їхнього психологічного стану після отриманих психотравм.

Використання програмно-апаратного комплексу Brainbit-NeuroFit та технологій віртуальної реальності забезпечує ефективне відновлення та стійкість до стресу. Відповідно, сучасні методи та обладнання дозволяють значно зменшити терміни психологічного відновлення військовослужбовців та покращити їх психоемоційний стан. Автор статті особисто переконався в дієвості цих методів під час відвідування пункту психологічної допомоги. Дані дослідження підтверджують необхідність інтеграції новітніх технологій та методів у процес психологічної реабілітації військовослужбовців для збереження їхньої бойової готовності та підтримки ментального здоров'я в умовах війни.

Даний досвід щодо оснащення та функціонування пунктів психологічної підтримки окремої механізованої бригади доцільно використати в інших підрозділах Сил оборони України.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Базарний С. Надання психологічної допомоги психотравмованим в бойових умовах. Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи: матеріали V міжнар. наук-практ. конф. (Київ, 03–04 квітня 2020 р.) Київ, 2020. С. 20–24
2. Грицевич Т., Гузенко І., Капінус О., Мацевко Т., Романишин А.; Психологія бою: посібник / за ред. Романишина А. Львів, 2017. 352 с.
3. Мацегора Я., Воробйова І., Колесніченко О.. Психологічний супровід військовослужбовців, які виконують службово-бойові завдання в екстремальних умовах: методичні рекомендації. НА НГУ, Харків, 2015.
4. Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України №349 від 01.08.2024 року «Про затвердження Порядку проведення психологічної підтримки військовослужбовців Збройних Сил України».

5. Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України №99 від 28.07.2020 року «Про затвердження Положення про пункти психологічної допомоги Збройних Сил України».

6. Про організацію пункту психологічної допомоги у військової частини: Наказ командира військової частини № 719 від 11.08.2023 р.

7. Попелюшко Р. Особливості психологічної реабілітації учасників бойових дій засобами природничої рекреації. Актуальні проблеми психології: зб. наук. пр. Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психол. ім. Г. Костюка. Київ, 2015. Вип. 13, С. 198-207.

8. Сидорченко А. Психологічне відновлення військовослужбовців: як працює система та як вдосконалюється. MilitaryMediaCenter. URL: <https://armyinform.com.ua/2023/07/25/psychologichna-dopomoga-u-zsu-nadayetsya-na-chotyroh-rivnyah/> (дата звернення: 15.02.2025)

9. Сургунд Н., Верба Г. Особливості психологічної реабілітації військовослужбовців на етапі відновлення. Psychology Travelogs, 2024. Вип 3, С. 47–56.

10. Швець О. Використання VR у пункті психологічної допомоги військовослужбовців. Пресслужба 118-ї окремої механізованої бригади. URL: https://www.facebook.com/118ombr/videos/8101033066577484?locale=uk_UA (дата звернення: 10.02.2025).

11. Швець О., Результати тестування системи Brain-Bit, особистий архів, начальника пункту психологічної допомоги окремої механізованої бригади, 2024.

12. Neumann T, Baum AK, Baum U, Deike R, Feistner H, Scholz M, et al. Assessment of the technical usability and efficacy of a new portable dry-electrode EEG recorder: first results of the HOMEONE study. Clin Neurophysiol Clin Neurophysiol. 2019; 130 (11): 2076–87.