

**Протоколи надання
психологічної допомоги
військовослужбовцям
Збройних Сил України в
бойових (екстремальних)
умовах**

Ця військова навчально-методична публікація “Протоколи надання психологічної допомоги військовослужбовцям Збройних Сил України в бойових (екстремальних) умовах” (далі — Інструкція) розроблена робочою групою офіцерів управління психологічного забезпечення Головного управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України.

Інструкція передбачена для застосування, як стандартні протоколи надання психологічної допомоги військовослужбовцям Збройних Сил України.

ГОЛОВНЕ УПРАВЛІННЯ МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО
ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ СПІЛЬНО
З НАУКОВО-ДОСЛІДНИМ ЦЕНТРОМ ГУМАНІТАРНИХ
ПРОБЛЕМ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

ОБМЕЖЕННЯ РОЗПОВСЮДЖЕННЯ:
обмежень для розповсюдження немає

**ПРОТОКОЛИ НАДАННЯ
ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ
ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ
В БОЙОВИХ (ЕКСТРЕМАЛЬНИХ)
УМОВАХ
ІНСТРУКЦІЯ**

Видавництво
«Центр учбової літератури»
Київ – 2023

УДК 159.922.27:316.33

П 83

П 83 **Протоколи надання психологічної допомоги військовослужбовцям Збройних Сил України в бойових (екстремальних) умовах.** Інструкція. — Київ: «Центр учбової літератури», 2023. — 44 с.

ISBN 978-611-01-2829-2

Ця військова навчально-методична публікація “Протоколи надання психологічної допомоги військовослужбовцям Збройних Сил України в бойових (екстремальних) умовах” (далі — Інструкція) розроблена робочою групою офіцерів управління психологічного забезпечення Головного управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України.

Інструкція передбачена для застосування, як стандартні протоколи надання психологічної допомоги військовослужбовцям Збройних Сил України.

ISBN 978-611-01-2829-2

© «Центр учбової літератури», 2023.

ЗМІСТ

	ЗМІСТ	3
	ВСТУП	5
	ПОСИЛАННЯ НА ВІЙСЬКОВІ ПУБЛІКАЦІЇ	6
	ОСНОВНІ ТЕРМІНИ ТА ВИЗНАЧЕННЯ	7
1	БАГАТОРІВНЕВА СИСТЕМА ПЕРШОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ	9
2	ПСИХОЛОГІЧНІ РЕАКЦІЇ, ЩО ВИНΙΚАЮТЬ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В БОЙОВИХ (ЕКСТРЕМАЛЬНИХ) УМОВАХ, ТА ПОРЯДОК НАДАННЯ ПЕРВИННОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ	10
3	ПРОТОКОЛИ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБОВОМУ СКЛАДУ В БОЙОВИХ (ЕКСТРЕМАЛЬНИХ) УМОВАХ	11
3.1	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при гніві, злості, агресії	11
3.2	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при ступорі	13
3.3	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при апатії	15
3.4	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при руховому збудженні	17
3.5	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при страху	19
3.6	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при підвищеній тривожності	21
3.7	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при паніці	23
3.8	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при нервовому тремтінні	25
3.9	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при мареннях та галюцинації	27

3.10	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при плачі	29
3.11	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при істеричі	31
3.12	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при горюванні (гостра реакція на втрату)	33
3.13	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах при виявленні суїцидальних намірів	35
3.14	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах після скоєння незавершеного суїциду	37
3.15	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах, які стали свідками скоєння суїциду у підрозділі	39
3.16	Протокол надання психологічної допомоги військовослужбовцям в бойових (екстремальних) умовах, які відмічають проблеми зі сном	41
	СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ (ДЖЕРЕЛ)	43

ВСТУП

Важливим елементом набуття сумісності з іншими складовими сил оборони та збройними силами країн-партнерів, зокрема членів НАТО, є стандартизація процедур надання психологічної допомоги, у першу чергу під час спільного виконання завдань в бойових (екстремальних) умовах. Застосування стандартизованих алгоритмів (протоколів) надання психологічної допомоги дозволить привести систему роботи офіцерів-психологів та командирів підрозділів первинної ланки до єдиного бачення.

Від спроможності командирів (начальників) та військовослужбовців виявляти ознаки негативних психічних реакцій і станів, правильно організувати та надавати першу психологічну допомогу багато в чому залежить ефективність виконання службових і бойових завдань військовими частинами (підрозділами) Збройних Сил України.

Основними завданнями психологічної допомоги в бойових (екстремальних) умовах є:

- подолання кризових психічних станів військовослужбовців;
- відновлення психологічної витривалості військовослужбовців та їх психічної стійкості до впливу стресових чинників бойової обстановки (екстремальної ситуації);
- відновлення у військовослужбовців необхідного рівня психологічної готовності до виконання завдань.

Надання психологічної допомоги включає в себе три основні етапи:

- виявлення ознак наявного стану військовослужбовця або групи (діагностика);
- первинна психологічна допомога;
- психологічна допомога та психологічний супровід військовослужбовця або групи.

Сьомий рік Україна захищає свою територіальну цілісність від агресії Російської Федерації. Військовослужбовці Збройних Сил України набувають бойового досвіду та психологічно загартовуються. Їх психіка піддається надмірним випробуванням, пов'язаним як з постійним перебуванням у стані напруги та готовності до відбиття можливої атаки противника, так і з умовами службово-бойової діяльності, що не дозволяють повноцінно відпочивати, відновлювати свою емоційно-вольову сферу та психічне здоров'я.

Беручи до уваги виклики гібридної війни з російсько-терористичними військами, перед системою психологічного забезпечення Збройних Сил України постає нагальна потреба в застосуванні сучасних ефективних підходів до надання психологічної допомоги особовому складу, заснованих на принципах, які прийняті в арміях країн-членів НАТО.

Розробники викладених в цій Інструкції протоколів психологічної допомоги розраховують на їх якісне застосування особовим складом, а також на його усвідомлення важливості та своєчасності такої роботи під час виконання бойових (екстремальних) завдань в інтересах ефективного виконання завдань та збереження психічного здоров'я кожного військовослужбовця.

ПОСИЛАННЯ НА ВІЙСЬКОВІ ПУБЛІКАЦІЇ

Позначка військової публікації	Повне найменування військової публікації
1	2
	а) Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 28.07.2020 № 99 “Про затвердження Положення про пункти психологічної допомоги у Збройних Силах України”
ВП 1-00(160)03.01	б) Порадник для командирів “Подолання бойового стресу у військових підрозділах”, введений в дію начальником Генерального штабу Збройних Сил України від 29.04.2020

ОСНОВНІ ТЕРМІНИ ТА ВИЗНАЧЕННЯ

Психологічна допомога особовому складу в бойових (екстремальних) умовах – це комплекс психологічних заходів відновлювального характеру, спрямованих на подолання негативних психологічних наслідків впливу чинників бойової обстановки (екстремальної ситуації) та відновлення психічних станів військовослужбовців для належного виконання завдань за призначенням.

Агресивна поведінка – один з мимовільних способів, яким організм людини “намагається” знизити високу внутрішню напругу.

Апатія – стан, який супроводжується емоційною пасивністю, байдужістю до оточуючого, відсутність бажань цікавості. Відбувається на фоні зниженої фізичної та психологічної активності. Буває короткостроковою та довготривалою.

Горе – це нормальна, природна, необхідна й пристосувальна відповідь на втрату. Людина в більшості випадків переживає його без професійної допомоги, проте іноді спостерігається гостра реакція на втрату.

Завершений суїцид – дії особи, наслідком яких є її смерть.

Істерика – це стан, коли дуже важко чимось допомогти самому собі, тому що у цей момент людина знаходиться в дуже напруженому емоційному стані і погано розуміє, що відбувається з нею і навколо неї.

Незавершений суїцид (суїцидальна спроба або парасуїцид) – акт навмисного самоушкодження особи, що не призводить до її смерті, але викликає поранення (травму) і на певний час призводить до зниження продуктивності праці чи втрати працездатності.

Нервові тремтіння – мимовільні швидкі ритмічні коливальні рухи кінцівок або тулуба, викликані м'язевими скороченнями.

Основні ознаки марення – це хибні уявлення або висновки, в помилковості яких постраждалого неможливо переконати.

Панічний напад – це сильне відчуття страху та/або внутрішнього дискомфорту, що виникає у людини несподівано, зазвичай без симптомів – передвісників, що супроводжується лякаючими фізичними симптомами у вигляді раптового серцебиття, задухи, болі в грудях, запаморочення, сильної слабкості, відчуття нереальності того, що відбувається і власної зміни. При цьому майже завжди з'являється страх раптової смерті, втрати контролю над собою або страх збожеволіти.

Переляк – це миттєва реалізація вродженої, інстинктивної програми дій з метою збереження цілісності організму в ситуації дії загрожуючих подразників.

Плач – це емоційна реакція, яка проявляється у людини під час переживання як позитивних так і негативних емоцій.

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).

Рухове збудження виникає переважно після сильного переляку, відразу після отримання звістки про трагічну подію або якщо людині потрібно чекати (наприклад, як чекають результати важкої операції).

Сон – це біологічна функція, яка дуже важлива для нормального функціонування людини.

Страх – це відчуття, яке оберігає людину від ризикованих, небезпечних вчинків, протрє позбавляє здатності адекватно думати, діяти.

Ступор – одна з найсильніших захисних реакцій організму. Вона настає після найсильніших нервових потрясінь (вибух, напад, жорстоке насильство та ін.), коли людина затратила на виживання стільки енергії, що сил на контакт з навколишнім світом вже немає.

Суїцид – акт самогубства, усвідомлене самоусунення з життя під впливом гострих психотравмуючих ситуацій, коли власне життя, як найвища цінність, втрачає для людини сенс.

Суїцидальні наміри – прийняття рішення про самогубство та безпосереднє спонукання до суїцидальних дій.

Тривога – це емоційний стан, що виникає в ситуації невизначеної небезпеки і виявляється в очікуванні несприятливого розвитку подій. Її нерідко називають безпричинним страхом, оскільки вона пов'язана з неусвідомлюваним джерелом небезпеки.

1. БАГАТОРІВНЕВА СИСТЕМА ПЕРШОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

1.1. Психологічна допомога під час виконання завдань має ешелонований характер, а саме:

- безпосередньо в місцях виконання завдань (в підрозділах);
- в пунктах психологічної допомоги військових частин;
- у спеціалізованих медичних та реабілітаційних закладах.

1.1.1. Первинну психологічну допомогу безпосередньо на глибині ротних та взводних опорних пунктів, в бойових порядках надають (посилання б):

військовослужбовці відділень (груп, екіпажів, розрахунків), які в системі індивідуальної підготовки, під час занять з психологічної підготовки, навчаються виявляти ознаки психологічних реакцій в бойових (екстремальних) умовах, надавати первинну психологічну допомогу співслужбовцям та володіти методами самопомоги;

сержантський (старшинський) склад, які проходять підготовку із питань контролю за стресом у військових підрозділах під час навчання на курсах лідерства та фахових курсах для сержантів у навчальних центрах (школах сержантів);

командири ротної та взводної ланок, які мають базову підготовку з військової психології, яку здобувають під час навчання у вищих військових навчальних закладах;

позаштатні групи спостереження за суїцидальною поведінкою військовослужбовців.

1.1.2. Психологічна допомога військовослужбовцям **на пунктах психологічної допомоги** надається (посилання а):

- офіцерами-психологами (психологами);
- фахівцями медичної служби;
- військової священиками (капеланами);
- іншими фахівцями, за потреби.

1.1.3. Допомога військовослужбовцям **у спеціалізованих медичних та реабілітаційних закладах** здійснюється за рекомендаціями офіцерів-психологів та фахівців медичної служби.

2. ПСИХОЛОГІЧНІ РЕАКЦІЇ, ЩО ВИНΙΚАЮТЬ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В БОЙОВИХ (ЕКСТРЕМАЛЬНИХ) УМОВАХ, ТА ПОРЯДОК НАДАННЯ ПЕРВИННОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

2.1. В умовах виконання бойових (екстремальних) завдань **найбільш поширеними реакціями** військовослужбовців є наступні:

- агресивна поведінка;
- ступор (заціпеніння);
- апатія;
- рухове збудження;
- страх (жах);
- підвищена тривожність;
- паніка;
- нервове тремтіння;
- галюцинаційні переживання та марення;
- плач;
- істерика;
- гостра реакція горя при втраті близької людини (товариша);
- суїцидальна спроба;
- незавершений суїцид;
- завершений суїцид;
- проблеми зі сном.

2.1.1. Першу психологічну допомогу особі, яка має прояви зазначених реакцій надає військовослужбовець, який першим виявив ознаки таких реакцій, одразу після забезпечення особистої безпеки (життя та здоров'я) людини, у тому числі після надання першої медичної допомоги.

2.1.2. **Порядок надання першої психологічної допомоги** передбачає виконання наступних дій:

максимально убезпечити військовослужбовця, який потребує допомоги, за потреби надати необхідну першу медичну допомогу, а також за можливості спробувати прибрати чинник, який спровокував реакцію військовослужбовця;

оцінити найбільш суттєві ознаки, тип реакції;

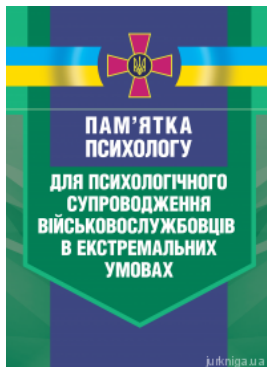
за можливості дати людині попити, зігріти, нагодувати, відпочити;

вислухати, емоційно і соціально підтримати військовослужбовця, який потребує допомоги (не перебивати, не квапити, демонструвати зацікавленість), за можливості покликати його близького побратима, при цьому не бажано заставляти говорити про ситуацію, що відбулася, давати оцінок тому, що людина зробила чи не зробила, її емоціям;

якщо стан військовослужбовця дозволяє, то давати йому команди щось роботи, називаючи на ім'я;

за командою безпосереднього командира організувати подальше надання допомоги на пункті психологічної допомоги чи в медичному пункті.

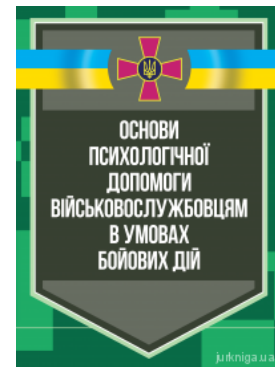
Книги, які можуть вас зацікавити



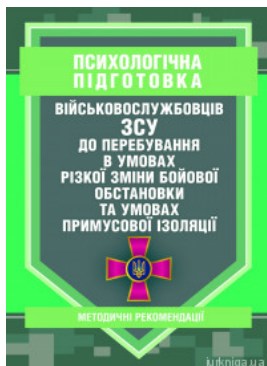
Пам'ятка психологу для психологічного супроводження військовослужбовців в екстремальних умовах



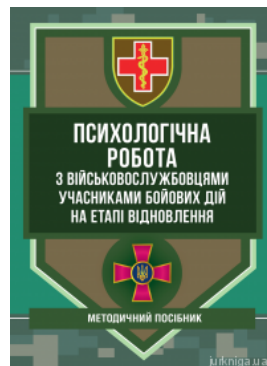
Практикум з формування стресостійкості військовослужбовців до раптових змін бойової обстановки



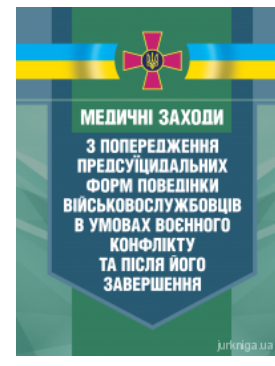
Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій



Психологічна підготовка військовослужбовців ЗСУ до перебування в умовах різкої зміни бойової обстановки та умовах примусової ізоляції. Методичні...



Психологічна робота з військовослужбовцями-учасниками бойових дій на етапі відновлення



Медичні заходи з попередження пресуїцидальних форм поведінки військовослужбовців в умовах воєнного конфлікту та після його завершення

Перейти до галузі права
Військове право



[Перейти на сайт →](#)