

Хмельницький національний університет
Гуманітарно-педагогічний факультет
Кафедра соціальної роботи та соціальної педагогіки

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський)

Освітній рівень

**ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОГО СУПРОВОДУ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ЧЛЕНІВ ЇХ СІМЕЙ У СТРУКТУРНИХ
ПІДРОЗДІЛАХ ЗСУ**

Назва теми

Галузь знань 23 Соціальна робота

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність 231 Соціальна робота

Шифр і назва спеціальності

Освітня програма Соціальна робота. Соціальна педагогіка

Назва освітньої програми

Номер індивідуального навчального плану студентки

Виконала: здобувач II курсу, групи СРмз 23-1 Оксана ПІДЛАПУШНА

Підпис

Ім'я ПРІЗВИЩЕ

Керівник, кандидат педагогічних наук, доцент Наталія ГОЛОВА

Підпис

Ім'я ПРІЗВИЩЕ

До захисту допускаю:
В.о.завідувача кафедри
соціальної роботи і соціальної педагогіки
кандидат педагогічних наук, доцент

Підпис

Олена ВАСИЛЕНКО

Ім'я ПРІЗВИЩЕ


09 листопада 2024 р.

Хмельницький, 2024

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет гуманітарно-педагогічний
Кафедра соціальної роботи та соціальної педагогіки
Освітній рівень Другий (магістерський)
Галузь знань 23 Соціальна робота
Спеціальність 231 Соціальна робота
Освітня програма Соціальна робота. Соціальна педагогіка

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри
соціальної роботи і
соціальної педагогіки

 **Юрій БРИНДКОВ**
протокол № 5 від 14 грудня 2023 р.

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Оксани ПІДЛАПУШНОЇ

1. Тема кваліфікаційної роботи: Особливості соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей у структурних підрозділах ЗСУ
Керівник кваліфікаційної дипломної роботи: Наталія Голова, кандидат педагогічних наук, доцент
Затверджено наказом ректора університету 26.серпня.2024р. №60
- 2.Строк подання здобувачем роботи на кафедру 09 грудня 2024 р.
- 3.Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики, комплекс методів та методик дослідження; розроблена авторська анкета «Соціальні потреби», щодо визначення соціальних потреб військовослужбовців та членів їх сімей. В дослідженні взяло участь 30 респондентів військової частини А 4239.
- 4.Зміст кваліфікаційної дипломної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1. Науково-теоретичний аналіз соціально-психологічної літератури щодо надання допомоги військовослужбовцям та членам їх сімей; поняття про структурні підрозділи ЗСУ та реалізація соціально-психологічного супроводу у них; особливості соціального супроводу військовослужбовців та їх сімей в структурних підрозділах ЗСУ; основні напрями, форми та методи соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей. Розділ 2. Експериментальна перевірка основних форм, методів, напрямів роботи з військовослужбовцями та членами їх сімей; опис та обґрунтування методик дослідження; аналіз та інтерпретація результатів діагностичного дослідження; тренінгова програма розвитку стресостійкості військовослужбовців та членів їх сімей; науково-практичні рекомендації для фахівців соціальної роботи щодо оптимізації соціального супроводу з військовослужбовцями та їхніми сім'ями; висновки до розділу, висновки, перелік джерел посилання
5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень)

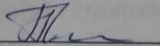
6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

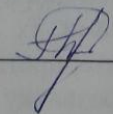
Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв

7. Дата видачі завдання 14 грудня 2023 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної роботи магістра	Термін виконання	Примітка
1.	Вибір теми дослідження. Визначення наукового апарату дослідження	До 09 грудня 2023р.	Виконано
2.	Аналіз соціально – педагогічної літератури. Створення літературної бази.	До 01 лютого 2024р.	Виконано
3.	Характеристика актуальності теми дослідження, визначення теоретико-методологічних засад дослідження	До 15.лютого2024р.	Виконано
4.	Визначення понятійної категорії проблеми дослідження	До 28.лютого2024р.	Виконано
5.	Оформлення змісту кваліфікаційної дипломної роботи	До 10.березня.2024р.	Виконано
6.	I розділ кваліфікаційної роботи	До 10.червня.2024р.	Виконано
7.	II розділ кваліфікаційної дипломної роботи. Експериментальне дослідження	До 01.вересня.2024р.	Виконано
8.	Розробка практичної частини дипломного проекту (науково-практичних рекомендацій, тренінгу)	До 01.жовтня 2024р.	Виконано
9.	Узагальнення матеріалів дипломного дослідження, оформлення висновків та додатків	До 20.листопада.2024р.	Виконано
10.	Підготовка матеріалів до захисту дипломної роботи (усунення зауважень), перевірка на плагіат, рецензування. Оформлення кваліфікаційної роботи.	До 09 грудня.2024р.	Виконано
11.	Попередній захист кваліфікаційної дипломної роботи	21-22 листопада 2024р.	Виконано
12.	Захист кваліфікаційної роботи	19 грудня 2024р.	Виконано

Здобувач  Оксана ПІДЛАПУШНА

Керівник роботи  Наталія ГОЛОВА

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи «*Особливості соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей у структурних підрозділах ЗСУ*»

Студентка: Підлапушна Оксана

Керівник: Голова Наталія Іванівна

Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, списку використаних джерел (45 найменувань, серед них 2 – іноземною мовою), 4 додатків.

Ключові слова: соціальна підтримка, військові частини, учасники бойових дій, реабілітація, рекреація, соціальний супровід, соціальне забезпечення, фахівець соціальної сфери, військовий конфлікт, повномасштабне вторгнення, військові дії, соціальний захист.

Об'єкт дослідження: особливості соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей.

Предмет дослідження: форми, методи, напрями соціальної роботи з військовослужбовцями та членами їх сімей.

За результатами дослідження розроблено тренінгову програму стресостійкості військовослужбовців під час виконання бойових дій. Науково-практичні рекомендації для фахівців соціальної сфери, практичних психологів, щодо соціального супроводу учасників бойових дій. Розроблена авторська анкета «Соціальні потреби», щодо визначення соціальних потреб військовослужбовця та членів їх сімей.

Одержані результати можуть бути використані у роботі фахівців соціальної сфери, в соціальних службах, у військових частинах ЗСУ, територіальних центрах комплектування та соціальної підтримки, реабілітаційних центрах, громадських організаціях.

Випускниця _____



Оксана Підлапушна

Дата подання дипломної роботи до захисту: 09 грудня 2024

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ЛІТЕРАТУРИ ЩОДО НАДАННЯ ДОПОМОГИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ ТА ЧЛЕНАМ ЇХ СІМЕЙ.....	10
1.1.Поняття про соціально-психологічний супровід у структурних підрозділах ЗСУ	10
1.2.Особливості соціального супроводу військовослужбовців та їх сімей в структурних підрозділах ЗСУ.....	14
1.3.Основні напрями, форми та методи соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей.....	20
Висновки до розділу.....	25
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ОСНОВНИХ НАПРЯМІВ, ФОРМ ТА МЕТОДІВ РОБОТИ З ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ ТА ЧЛЕНАМИ ЇХ СІМЕЙ.....	26
2.1.Опис та обґрунтування методик дослідження ефективності напрямів, форм та методів соціального супроводу.....	26
2.2.Аналіз та інтерпретація результатів діагностичного дослідження.....	29
2.3.Тренінгова програма розвитку стресостійкості військовослужбовців та членів їх сімей.....	34
2.4.Науково-практичні рекомендації для фахівців соціальної роботи щодо оптимізації форм та методів оціального супроводу з військовослужбовцями та їхніми сім'ями.....	40
Висновки до розділу.....	45
ВИСНОВКИ.....	47
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ.....	49
ДОДАТКИ.....	54

ВСТУП

Сучасний етап становлення та розвитку нашої держави зумовлює необхідність розвитку нових життєвих стратегій, компетентності, посилення гнучкості та мобільності у житті військовослужбовців. Проблема у сім'ях бійців є однією з найактуальніших тем в соціально-психологічній літературі. Велике значення надається ступеню взаємодії під час стресових та кризових ситуацій, що впливає на якість життя військовослужбовців та їхніх сімей.

Аналіз сучасних тенденцій розвитку суспільства констатує наявність життєвої кризи та переломного моменту життя після повернення військовослужбовців із зони бойових дій. Нові соціально-економічні умови суттєво впливають на всі сторони життя особистості, цей вплив відбивається і на психологічному стані, у зв'язку з чим проблема вивчення конструктивної взаємодії особистості в соціумі, її гармонійного існування в ньому і самостійного розвитку набуває все більшої актуальності.

Кабінет Міністрів України ухвалив Постанову, що дає можливість посилити соціальну підтримку захисників та захисниць, а також членів їхніх сімей. Йдеться про пілотний проект щодо організації соціального супроводу військових та їхніх сімей на базі структурних підрозділів Збройних Сил України. Ключова мета пілотного проекту- допомога військовим у цивільних питаннях.

Наразі у військових частинах відсутні структурні підрозділи, які опікуються питаннями цивільного життя військовослужбовців, підтримкою їхніх родин. Проте коли вся увага бійців зосереджена на обороні мирного життя їм самим і їхнім родинам, знадобиться додаткова підтримка – від психологічної до вирішення побутових питань (пільги, соціальне забезпечення, соціальний захист, санаторно-курортне лікування і т.д.). Особливо, коли йдеться про родини, які переїхали зі статусом ВПО.

Завдяки соціальному супроводу військовослужбовці та їхні родини зможуть отримувати консультації щодо психосоціальної підтримки,

налагодження комунікації в сім'ї, допомогу і супровід військовослужбовця на етапах призову під час мобілізації.

«Соціальний супровід військовослужбовців має починатися вже з етапу мобілізації, початку служби. Головне – військовий та його сім'я не мають бути сам на сам зі своїми проблемами та запитами. Послуга соціального супроводу у військових частинах дозволить підійти до вирішення цього завдання комплексно та сприятиме створенню цілісної системи соціальної підтримки», - зазначила міністр соціальної політики Оксана Жолнович.

Затверджена Постанова дає можливість не лише запровадити нову послугу, а й змінити підходи до фінансування, збільшити кількість організацій, які професійно можуть підтримувати військових та їхніх сімей. Фонд соціального захисту осіб з інвалідністю зможе укладати договори про надання послуг соціального супроводу для військових підрозділів.

Соціальні послуги можуть надавати юридичні особи, фізичні особи-підприємці, громадські благодійні організації. Головне – надавач соціальних послуг має відповідати чітким критеріям.

У вітчизняній соціально-психологічній літературі, проблемами військовослужбовців та членів їхніх сімей, займалася низка провідних науковців. Зокрема проблемами, пов'язаних з розробкою питань корекції психологічного стану військовослужбовців, розглядаються в працях радянських науковців: Ю.Бриндікова, Л.Романвської, Ю.Овод, А.Рідкодубської. Роль сім'ї військовослужбовця як моральної та емоційної підтримки, пояснюють у своїх наукових доробках: Н.Голова, Л.Якубова. Функції, та зміст роботи структур морально-психологічного забезпечення в ЗСУ та надання соціальної підтримки в них, досліджують: Ю.Попик, К.Олійник. Проблемою соціального супроводу військовослужбовців в структурних підрозділах ЗСУ займаються такі науковці: Н.Синюк, А.Шеремет, Н.Голова, Ю.Овод, Л.Романовська. Питанням реабілітації військовослужбовців учасників бойових дій в системі соціальних служб, в теоретичному та практичному аспекті досліджує в своїх працях Ю.Бриндіков.

Актуальність теми дослідження і її недостатнє теоретичне та практичне вирішення, зумовили вибір теми магістерської роботи: *«Особливості соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей у структурних підрозділах ЗСУ»*.

Об'єкт дослідження: соціальний супровід військовослужбовців та членів їх сім'ї.

Предмет дослідження: форми, методи, напрями соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сім'ї.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити форми, методи, напрями соціального супроводу військовослужбовців та членів їхніх сімей у структурних підрозділах ЗСУ.

Відповідно до мети визначені наступні **завдання дослідження:**

1. Здійснити аналіз соціально-психологічної літератури, щодо надання військовослужбовцям та членам їх сімей соціального захисту
2. Визначити особливості соціального супроводу військовослужбовців та їх сімей в структурних підрозділах ЗСУ.
3. Охарактеризувати та емпірично дослідити основні напрями, форми та методи, соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей.
4. Розробити тренінгову програму з розвитку стресостійкості військовослужбовців та членів їх сімей та науково-практичні рекомендації для фахівців соціальної роботи щодо оптимізації соціального супроводу.

Для розв'язання поставлених завдань та досягнення поставленої мети в ході експериментального дослідження нами було застосовано наступний комплекс **методів дослідження:** **теоретичні** (теоретико-літературний підхід, аналіз наукової літератури, синтез схожих питань та їх вирішення, моделювання. Систематизація й узагальнення соціально-психологічних досліджень на базі вітчизняних і зарубіжних наукових джерел); **емпіричні методи** – діагностування, спостереження, анкетування, бесіда, тестування. Кількісний і якісний аналіз отриманих емпіричних даних здійснюється за

допомогою сучасних методів багатомірної статистики та математичної обробки.

База експериментального дослідження: дослідження проводилося на базі військової частини А4239. В дослідженні прийняло участь 30 респондентів (15 чоловіків, 15 жінок).

Апробація результатів дослідження: основні положення і результати дослідження заслухано на II всеукраїнській студентській конференції Хмельницького національного університету та опубліковано у статті: «Етапи соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей» (Збірник наукових праць Кам'янець -Подільського національного університету імені Івана Огієнка: Серія соціально-педагогічна. Вип.39).

Практичне значення дослідження полягає у аналізі теоретичного та експериментального дослідження, щодо особливостей соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей у структурних підрозділах ЗСУ, а також у підборі, апробації та пропонуванні до впровадження комплексного дослідження методів, форм, напрямів з військовослужбовцями та членами їх сімей. На основі даних дослідження, розроблено та практично застосовано тренінгову програму розвитку стресостійкості військовослужбовців та членів їх сімей. Науково-практичні рекомендації, розроблені в дослідженні, можуть бути використані у роботі практичного психолога, фахівця соціальної роботи, викладачів ЗВО, службовців морально-психологічного забезпечення структурних підрозділів ЗСУ. Розроблена авторська анкета «Соціальні потреби», щодо визначення соціальних потреб військовослужбовців та членів їх сімей.

Структура роботи: кваліфікаційна робота складається з вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, переліку джерел посилання (45 найменувань, серед них два іноземною мовою), 4 додатків, загальний обсяг дипломної роботи складає 71 сторінку друкованого тексту, із них основного тексту – 54 сторінки. Робота містить 4 таблиці та 4 рисунки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ЛІТЕРАТУРИ ЩОДО НАДАННЯ ДОПОМОГИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМ ТА ЧЛЕНАМ ЇХ СІМЕЙ

1.1. Поняття про соціально-психологічний супровід у структурних підрозділах ЗСУ

Збройні сили України – це військове формування, на яке відповідно до Конституції України покладається оборона України, захист її суверенітету, територіальної цілісності і недоторканності. ЗСУ забезпечують стримування збройної агресії проти України та відсіч їй, охорону повітряного простору держави та підводного простору у межах територіального моря України у випадках, визначених законом, беруть участь у заходах, спрямованих на боротьбу з тероризмом.

Чисельність Збройних Сил України визначена законом у кількості, яка не перевищує 261 000 осіб, у тому числі 215 000 військовослужбовців.

В особливий період чисельність Збройних Сил України збільшується на кількість особового складу, призваного на військову службу на виконання указів Президента України про мобілізацію, затвердженим законами України.

Збройні Сили України мають таку загальну структуру:

- Генеральний штаб Збройних Сил України;
- Командування об'єднаних сил Збройних Сил України;
- Види ЗСУ-Сухопутні війська, Повітряні Сили, Військово-Морські Сили;
- Окремі роди сил ЗСУ – Десантно-штурмові війська, Війська зв'язку та кібербезпеки;
- Органи військового управління, з'єднання, військові частини, вищі військові навчальні заклади, військові навчальні підрозділи закладів вищої освіти, установи та організації, що не належать до видів та окремих родів військ (сил) ЗС України.

Підрозділ – у військовій справі – військова одиниця постійної організації головним чином однорідного складу в кожному роді військ та у спеціальних

військах, що організаційно входить до складу більшого підрозділу або військової частини.

У західних країнах використовується S (G)-структура штабів. Стандарти НАТО беруть за основу національні стандарти окремих передових країн Альянсу, тому розгляд існуючої практики роботи штабів ЗС США, Великої Британії та Канади є доречним.

Штаб – орган управління військами в мирний та військовий час. Штаб являє собою групу офіцерів (військовослужбовців) і цивільного персоналу, яка забезпечує двосторонній потік інформації між командиром і підлеглими військовими формуваннями.

Основними завданнями штабу в бойовій обстановці є:

- а) збір, вивчення і підготовка даних для ухвалення командиром рішення;
- б) оформлення рішень командира наказами і розпорядженням для передачі їх військам і перевірки їх виконання;
- в) організація взаємодії і безперервного управління боями;
- г) організація бойового забезпечення, зв'язку і інше.

Штаби існують у військових підрозділах (батальйоні, дивізіоні), частинах та з'єднаннях (полках, бригадах) і вище – в об'єднаннях. Штабів видів Збройних сил називаються головними штабами, а штаби Збройних сил в цілому – Генеральним штабом.

У Збройних Силах деяких країн – існує також штаб Цивільної оборони, штаб родів військ і спеціальних військ.

Свою роботу штаб здійснює на основі рішень командира і розпоряджень вищого штабу. Роботою штабу керує начальник штабу, який є першим заступником командувача і має право віддавати від його імені розпорядження підлеглим військам.

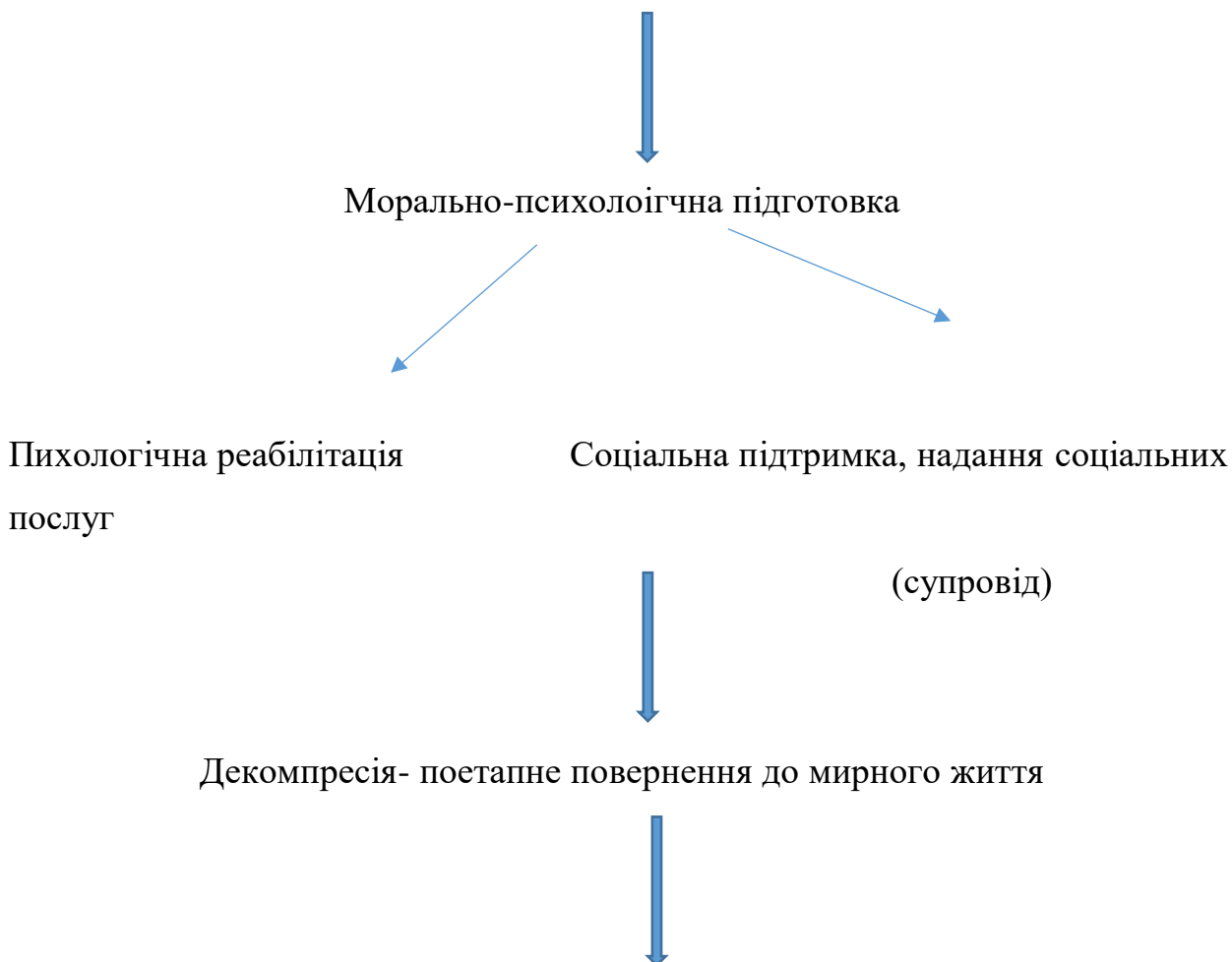
Місце розташування органів управління військам в пункту постійної дислокації називається штабом, в ході ведення бойових дій – командним пунктом.

Соціально-психологічна підтримка, як складова морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України, в умовах протидії збройній агресії Російської Федерації, у тому числі в інформаційному та кіберпросторі, є головним напрямком діяльності психологічної служби усіх структурних частин ЗСУ.

Головним завданням відділу морально-психологічного забезпечення ЗСУ є комплектування Збройних Сил України морально готовим персоналом до виконання своїх військових обов'язків, формування, підтримка та поновлення психологічної стійкості бійців, надання професійного та ефективного соціального супроводу, збереження психічного здоров'я військовослужбовців.

Існуюча система соціально-психологічного супроводу являє собою замкнене коло роботи з людським ресурсом з моменту вивчення кандидатів на військову службу та протягом проходження військової служби (таблиця 1)

Таблиця 1.1 - Соціально-психологічний супровід військовослужбовців
Професійно-психологічний відбір військовослужбовців



Рекреція

Професійно-психологічний відбір кандидатів на військову службу та психологічне вивчення військовослужбовців здійснюється відповідно до вимог інструкції з організації професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України, затвердженої наказом Міністерства оборони України від 10.12.2014 № 883 (із доповненнями).

Психологічна підготовка військовослужбовців здійснюється відповідно до інструкції з організації психологічної підготовки у Збройних Силах України, затвердженої наказом Головнокомандувача Збройних Сил України від 23.10 2020 року №173. В процесі психологічної підготовки систематично впроваджуються стандарти підготовки збройних сил країн-членів НАТО.

Особливістю психологічної підготовки є формування стресостійкості до впливу психотравмуючих чинників бойової обстановки шляхом моделювання реалістичного образу бойових дій.

Психологічний супровід військовослужбовців Збройних Сил України здійснюється з метою підтримки та відновлення їх психологічного здоров'я під час виконання їх службових та бойових завдань.

Психологічна допомога військовослужбовцям здійснюється офіцерами-психологами, а також спеціалізованими групами фахівців психологічної служби в пунктах постійної дислокації військових частин, а також в районах виконання бойових дій.

З 2020 року у Збройних Силах України запроваджено роботу пунктів психологічної допомоги у військових частинах. З усіма військовослужбовцями, які виконували бойові завдання, проводиться декомпресія, як первинна форма психологічної реабілітації. Метою декомпресії є поступове переключення механізмів реагування в екстремальних умовах до мирних умов життя.

Психологічна реабілітація військовослужбовців здійснюється в спеціалізованих закладах. Учасники бойових завдань в обов'язковому порядку повинні пройти безкоштовну психологічну, медико-психологічну

реабілітацію у відповідних центрах з відшкодуванням вартості проїзду до цих центрів і в зворотньому напрямку порядок проведення якої, а також відшкодування вартості проїзду встановлюється Кабінетом Міністрів України.

Рекреація військовослужбовців, полягає у їхньому відпочинку та надання йому санаторно-курортного лікування. Поняття «рекреація» - це процес відновлення фізичних та духовних і психологічних сил людини, яка забезпечується системою заходів і здійснюється у вільний від роботи час на спеціалізованих територіях. Таке визначення підкреслює відновлювальну функцію рекреації.

Військовослужбовців та їх родини раз на рік мають право на пільгову оплату вартості путівки на санаторно-курортне лікування та оздоровлення. Така пільга діє, якщо розмір середньомісячного доходу сім'ї за останні пів року не перевищує трьох прожиткових мінімумів (з 1 січня 2024 року – 7083 грн) на одну людину.

1.2. Особливості соціального супроводу військовослужбовців та їх сімей в структурних підрозділах ЗСУ

Соціальний супровід військовослужбовців та членів їх сімей є одним з найважливіших елементів забезпечення готовності військ до виконання бойових завдань. На сьогоднішній день соціальна підтримка військовослужбовців розглядається як поєднання належного матеріального забезпечення та здійснення соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей.

Проблемою «соціального супроводу» військовослужбовців та членів їх сімей займалася низка вітчизняних та зарубіжних науковців. Зокрема визначення основних етапів соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей займалися: Ю.Бриндіков, Ю.Овод, Л.Романовська, Г.Рідкодубська і т.д.. Напрацювання зазначених авторів, пов'язана з теоретичним аналізом основних понять, що стосуються соціального

супроводу учасників бойових дій, демобілізованих осіб, членів їх сімей, а також з визначенням особливостей проведення соціального супроводу та практичної її організації. Зокрема аналіз визначення поняття «соціального супроводу» досліджували такі науковці як: Н.Голова, Л.Якубова, Н.Синюк, А.Шермет, К.Олійник та інші. Зокрема, дані науковці розглядають соціальний супровід військовослужбовців та членів їх сімей «як напрям діяльності в загальній системі морально-психологічного забезпечення ЗС України».

Серед закордонних авторів, що займалися проблемою військовослужбовців та членів їх сімей можна віднести: Л.Шеррі, Барр Ніколаса, Карла Кастро, К.Ребекку, К.Блейса, Л.Уілкокса та ін. В центрі їхньої уваги є дослідження соціальної підтримки військовослужбовців, а також їхнього психічного та фізичного здоров'я.

Поняття «соціальний супровід» є часто вживаним у наукових джерелах, а також в нормативно-правових актах, що стосуються питань соціальної роботи, соціального захисту та забезпечення. В практику соціальної роботи, соціальний супровід ввійшов наприкінці 90-х років минулого століття.

Аналіз підходів до розуміння терміну «соціальний супровід» в науково-методичній літературі, нормативно-правовому законодавстві та практичній діяльності соціальних служб, дозволяє виділити ряд ключових положень, які доцільно враховувати при визначенні поняття «соціальний супровід військовослужбовців та членів їх сімей».

До тлумачення поняття «соціальний супровід» можна віднести, такі визначення:

- «це вид соціальної роботи, але із своїми особливостями, що полягають в її індивідуальній спрямованості та наданні комплексу соціальних послуг» (журнал «Соціальна робота в Україні»);
- «об'єктами соціального супроводу, виступають особи або сім'ї, які перебувають у складних життєвих ситуаціях (Психологічна енциклопедія);

- відповідно до законодавства України: «це вид соціальної роботи, спрямований на здійснення соціальної опіки, допомоги та патронажу соціально незахищених верств населення, з метою подолання життєвих труднощів, збереження та підвищення їхнього соціального статусу» (Законодавство України).

Проаналізувавши основні визначення розуміння «соціального супроводу», варто зазначити, що «соціальний супровід військовослужбовців та членів їх сімей – це вид соціальної роботи, що передбачає надання комплексу соціальних послуг військовослужбовцям та членам їх сімей, відповідно до їхніх індивідуальних потреб, допомоги з метою подолання чи мінімізації негативного впливу складних життєвих ситуацій, в яких вони перебувають».

Організація та здійснення соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей, передбачає визначення їхніх індивідуальних проблем та потреб.

Основні підходи до визначення проблем та потреб військовослужбовців та членів їх сімей:

1. Адресна робота з військовослужбовців та членів їх сімей, які потребують соціально-психологічної допомоги та підтримки. Адресність – це надання соціальної допомоги військовослужбовцям та членам їх сімей, з урахуванням матеріального стану та середньомісячного сукупного доходу, що підтверджується відповідними документами і перевіряється у ході обстеження матеріального стану осіб.

Основними способами визначення адресування соціальної допомоги є:

- перевірка засобів існування. Згідно з цим, допомога надається лише особам, чий рівень добробуту, сформований за всіма можливими доходами, і є нижчим зв визначенні показники;
- категоріальний спосіб адресування допомоги. Цей спосіб ґрунтується на врахування потреб соціально-демографічних груп чи категорій населення, що найбільш потребують допомоги;

- спосіб отримання допомоги на основі принципу самовизначення. Полягає у тому, що особа сама вирішує скористатися їй допомогою чи ні.

2. Забезпечення роботи телефонів довіри, організація роботи кол-центрів, гарячої лінії військової частини, своєчасний розгляд пропозицій скарг і заяв з питань соціально-правового захисту.

Для якісної комунікації та з метою забезпечення оперативного реагування на пропозиції, заяви, скарги та звернення військовослужбовців та членів їх сімей, які надходять до Апарату Головнокомандувача ЗС України та Генерального Штабу ЗС України організовано роботу кол-центру, у військових частинах – роботу гарячих ліній, телефонів довіри.

Основні завдання кол – центрів:

- прийняття та реєстрація звернень;
- надання консультативної допомоги з питань, що належать до компетенції ЗСУ;
- створення бази даних з відповідями на типові питання.

3. Організація моніторингу соціальних процесів у військових частинах та підрозділах, попередження виникнення та нейтралізації випадків соціальної напруги.

Моніторинг соціальних процесів у силових структурах ЗСУ здійснюється з метою узагальнення відомостей соціального характеру про особовий склад, об'єктивного аналізу соціальних явищ, що відбуваються серед військовослужбовців та членів їх сімей, вивчення факторів та чинників, які на це впливають. Моніторинг соціальних процесів здійснюється шляхом ведення у військових структурах соціальних паспортів (наказ МО України №27 від 19.01.2016), проведення військових соціологічних досліджень, збору та узагальнення органами військово-соціологічних досліджень, збору та узагальнення органами військового управління відповідно до компетенції статистичних даних щодо надання статусу учасника бойових дій, проходження служби військовослужбовцями, даних щодо заходів, необхідних

для забезпечення пільг та соціальних гарантій при їх звільненні з військової служби.

Органи військового управління мають право збирати, обробляти та узагальнювати іншу інформацію з питань соціального і правового захисту військовослужбовців та членів їх сімей, працівників, щодо результатів проведення інформаційно-консультативної роботи, гендерної рівності, діяльності громадських інститутів у ЗС України.

Обробка персональних даних здійснюється за угодою отримувача соціальних послуг. Під час збору, обробки та збереження персональних даних військовослужбовців та членів їх сімей, працівників, особи, яким надаються такі дані, повинні забезпечувати дотримання вимог Закону України «Про захист персональних даних».

4. Діагностування і проведення цільових військово-соціологічних опитувань та досліджень.

Військово-соціологічне дослідження-це система послідовних методологічних, методичних і організаційно-технічних процедур для отримання об'єктивної та достовірної інформації про соціальні явища і процеси у військових структурах.

Метою проведення досліджень є вивчення та моніторинг соціальних процесів у силових структурах ЗСУ, визначення умов та факторів, які мають прямий та опосередкований вплив на морально-психологічний стан особового складу, вивчення психології малих груп, надання пропозицій і рекомендацій керівниками органів військового управління, командирами військових частин для усунення негативних впливів на морально-психологічний стан особового складу.

Дослідження проводяться на засадах добровільності респондентів, що мають право знати, які саме відомості про них збирають, з якою метою і як вони будуть використовуватися. Інформація одержана під час проведення досліджень, надається органами військового управління, командирам в

узагальненому вигляді, з дотриманням вимог щодо її конфіденційності та етичних норм для прийняття ними управлінських рішень.

Одним з ефективних методів вивчення соціальних процесів та явищ, що відбуваються у силових структурах ЗСУ є метод соціометрії, що досліджує міжособистісні відносини в колективі шляхом фіксації взаємних почуттів симпатії і несприйняття серед членів групи.

Перелік соціальних послуг, що можуть надаватися громадянам України, визначаються класифікатором соціальних послуг, затвердженим наказом Мінсоцполітики від 23.06.2020р. №429 «Про затвердження класифікатора соціальних послуг».

Соціальні послуги членам сімей військовослужбовців надаються в порядку, визначеному чинним законодавством України, що визначає умови та зміст допомоги, сім'ям та особам, які потребують сторонньої допомоги для поліпшення якості їхнього життя. Такі послуги можуть надаватися як періодично (за зверненням), так і шляхом здійснення соціального супроводу (забезпечення комплексної допомоги у вирішенні проблем).

Надаються такі послуги за принципом добровільності вибору отримання чи відмови від соціальних послуг та враховуючи термін, необхідного для вирішення проблем (стаття 3 Закону України «Про соціальні послуги»).

Отримувачами соціальних послуг є військовослужбовці та члени їх сімей, які перебувають у СЖО, або мають високий ризик потрапляння у такі обставини, що негативно впливають на життя, стан здоров'я та розвиток особи.

Перелік чинників, що визначають належність осіб (сімей) до таких, які перебувають у СЖО (відповідно до положень Закону України «Про соціальні послуги»):

- старечий вік;
- часткова або повна втрата рухової активності, пам'яті,
- невиліковні хвороби, хвороби, що потребують тривалого лікування;

- психічні та поведінкові розлади у тому числі пов'язані із вживанням психоактивних речовин;
- інвалідність;
- безпритульність;
- безробіття;
- малозабезпеченість;
- поведінкові розлади у дітей через розлучення батьків;
- ухилення батьками або особами, що їх замінюють, від виконання своїх батьківських обов'язків;
- втрата соціальних зв'язків, у тому числі під час перебування в місцях позбавлення волі;
- жорстоке поводження з дитиною;
- домашнє насилля;
- торгівля людьми;
- шкода заподіяна пожежею, стихійним лихом, катастрофою, бойовими діями, терористичним актом, збройним конфліктом, тимчасовою окупацією.

1.3. Основні напрями, форми та методи соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей

Соціальний супровід військовослужбовців та членів їх сімей стає більш актуальним в умовах тривалого конфлікту на Сході України та потребує підвищення системи соціального захисту та соціального забезпечення для такої категорії осіб. Військовий стан, зміна звичного життя українців, зубожіння населення, дефіцит сприятливого соціального середовища для соціалізації особистості – це результат соціальної кризи на Україні. Означені проблеми не можуть бути вирішені без допомоги фахівців соціальної роботи, реалізація професійної діяльності яких спрямована на сферу допомоги людям що знаходяться у складних життєвих обставинах. Війна в

нашій державі призвели до появи нової категорії отримувачів соціальних послуг – учасники антитерористичної операції, учасники бойових дій, військовослужбовці та члени їх сімей. Тому на сьогоднішній день, гострою необхідністю стає розробка форм, методів та напрямів соціальної роботи з означеною категорією осіб.

Проблемі соціальної роботи з військовослужбовцями та їхніми сім'ями присвячені наукові пошуки такі вітчизняних науковців: Ю. Бриндікова, Г.Рідкодубської, Л.Романовської, Ю.Овод, Н.Синюк, Н.Голови, А.Шеремет та інших дослідників.

В результаті детального аналізу науково– методичної роботи з обраного дослідження було виявлено, що проблема соціального супроводу соціальної роботи з військовослужбовцями та їхніми сім'ями, не була предметом окремого дослідження у вітчизняній літературі. Дана ситуація пояснюється, зокрема, недостатньою орієнтацією державної соціальної політики на актуальні проблеми військовослужбовців та їхніх сімей. Еклектичністю науково-практичних підходів до створення відповідних програм, розробки ефективних засобів, а також відсутністю кваліфікованих фахівців.

Наявна у сучасній Україні ситуація дозволяє відносити військовослужбовців до соціально незахищених верст населення. Отже, соціальна робота покликана забезпечити справедливе, поважне та гуманне ставлення суспільства до осіб, які відстоюють принцип цілісності держави, захищають її території, піддаючись негативному впливу несприятливих чинників соціалізації, стаючи їх жертвою.

Часто жертвами таких подій в нашій державі стають члени родини військовослужбовців, потребуючи ефективної підтримки та допомоги засобами соціальної роботи. Соціальна робота із сім'ями, дітьми та молоддю визначається як професійна діяльність, що спрямована на запобігання, мінімізацію негативних наслідків та подолання складних життєвих обставин щодо сімей, дітей та молоді, посилення їхньої здатності до реалізації власного життєвого потенціалу.

Основна мета соціальної роботи з даною категорією осіб полягає у відновленні фізичних та психічних сил, тим кому надається допомога, теоретично обґрунтувати принципи, методи та умови реалізації соціальної допомоги сім'ям військовослужбовців; розширити та посилити підготовку професіоналів у сфері соціальної роботи.

У своїй професійній діяльності фахівець соціальної сфери керується Законом України «Про соціальну роботу з сім'ями, дітьми та молоддю», «Про соціальні послуги», «Про охорону дитинства», «Про соціальний та правовий захист військовослужбовців», «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту» тощо.

Соціальна робота з військовими та їхніми сім'ями має здійснюватися за різними напрямками відповідно до їхніх проблем, що виникають в наслідок соціального та культурного середовища життєдіяльності. Отож, основними напрямками діяльності військовослужбовців та їхніх сімей є: соціально-правовий, медико-соціальний, соціально-економічний, соціально-психологічний, соціально-педагогічний, соціально-інформаційний та соціально-трудоий. Варто зазначити, що для реалізації даних напрямів має бути створений пакет соціальних послуг, що надаються певними осередками соціальної допомоги, у яких створені відповідні умови та працюють підготовлені фахівці соціальної роботи.

Під час роботи з військовослужбовцями та їхніми сім'ями доцільним є розв'язання таких практичних завдань: забезпечення психологічної реабілітації військовослужбовців та членів їх сімей; соціальний супровід військовослужбовців під час участі у бойових діях та після повернення до мирного життя; створення передумов для розвитку мережі ветеранських центрів за принципом «рівний-рівному», цілодобова робота «телефону довіри». Також важливим є проведення семінарів та тренінгів, інформування військовослужбовців та членів їх сімей щодо можливості надання державної цільової підтримки на здобуття освіти. Стосовно медичного забезпечення: слід вживати превентивні заходи щодо попередження девіантної поведінки, а

також такої, що містить ризики для здоров'я, зокрема проведення просвітницької роботи про шкоду надмірного вживання алкоголю, наркотичних засобів, захворювань що передаються статевим шляхом, гепатитів, ВІЛ/СНІДУ.

Сучасна соціальна робота пропонує використовувати первинні та вторинні методи у роботі з військовослужбовцями та членами їхніх сімей. До первинних належать такі методи: індивідуальна терапія, сімейна терапія, групова терапія. До вторинних – планування, консультування, супровід.

Основними технологіями роботи з військовослужбовцями та членами їх сім'ї є:

- соціальна профілактика – діяльність спрямована на попередження проблем індивіда, подолання їх причин;
- соціальна реабілітація – діяльність спрямована на подолання наслідків проблем, відновлення стану соціального функціонування;
- соціальна підтримка – діяльність спрямована на компенсацію ресурсів військовослужбовців, втрачених під впливом проблем.

Зауважимо, що соціальний супровід військовослужбовців набуває індивідуального характеру. Диференційований підхід до проблем військовослужбовців та членів їх сімей, вимагає перспективних форм, методів та моделей роботи з ними. До таких форм відносять індивідуальні консультації спеціалістів, робота «Телефону довіри», «Кол-центрів». Також важливою є робота за місцем проживання та робота громадських та благодійних організацій.

Соціальний супровід з військовослужбовцями та членами їхніх сімей здійснюється через надання інформаційних, психологічних та корекційних послуг. Спрямовується вона на можливості клієнта або групи людей, що її потребують. Основним суб'єктом такої роботи має стати соціальний працівник, що організовує заходи із соціальної допомоги та здійснює вивчення соціально-психологічних якостей військовослужбовців; організацію та проведення соціально-психологічної роботи з підтримки військовослужбовців

та їхніх сімей; проведення заходів щодо соціально-психологічної адаптації військовослужбовців до умов мирного життя; посередництвом між медичними закладами та військовослужбовцями.

Серед засобів, що використовуються у сучасній соціальній роботі з військовослужбовцями та членами їх сімей є соціально-психологічний тренінг, що виступає як форма спеціально організованого спілкування, психологічний вплив якого базується на активних методах групової роботи. Тренінгова робота допомагає військовослужбовцям та членам їх сімей подолати стрес, сформувати здатність до комунікації, соціалізуватися після повернення із зони бойових дій, запобігти емоційному вигоранню та професійним деформаціям у майбутньому. Тому, можна зазначити, що соціально-психологічний тренінг полегшує та прискорює процес оволодіння знаннями, вміннями і навичками ефективної соціальної поведінки, сприяє оптимізації комунікативних можливостей людини, створює можливість для більш повного самопізнання і самовизначення.

Зміст тренінгу для військовослужбовців та членів їхніх сімей спрямований на розвиток комунікативних здібностей, сприяння згуртованості військового колективу, стимулювання особистісного зростання, розвитку творчих здібностей, адаптаційних можливостей, безконфліктного міжособистісного спілкування, зняття емоційної напруги, релаксація тощо. Робота з військовослужбовцями та їхніми членами сім'ї здійснюється за допомогою таких методів, які можуть успішно застосовуватися у ході соціально-психологічного тренінгу. Це зокрема рольові ігри, кейс методи, метод «мозкового штурму», метод асоціацій, релаксаційних вправ, методика «feed back», арт – терапії. Зазначені висновки свідчать про різноманітні форми та методи тренінгової роботи. Застосування тренінгів з військовослужбовцями та членами їх сімей є запорукою успішного соціального супроводу з такою категорією осіб.

Висновки до розділу

Соціальний супровід військовослужбовців та членів їхніх сімей носить інтегрований характер. Незважаючи на достатню кількість наукових розвідок, присвячених проблемам соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей все ще відчувається недостатня розробленість цієї проблеми із призми соціальної педагогіки та соціальної роботи, без використання яких розвиток такої роботи є малоефективним.

Було досліджено, що соціальний супровід з такою категорією осіб полягає у: соціальному захисті, соціальній підтримці, соціальному обслуговуванні, соціальній адаптації й здійснюється у сучасній парадигмі державного управління соціальних послуг. Встановлено, що соціальна робота з військовослужбовцями та членами їхніх сімей здійснюється за такими основними напрямками: соціальним, соціально-психологічним, соціально – педагогічним, соціально-правовим, медико-реабілітаційним, соціально-економічним, соціально-трудоим та матеріальним. Також, актуальним питанням у сучасних умовах стає розробка та реалізація шляхів усвідомлення суспільством та фахівцями соціальної роботи, практичного розв’язання цих проблем.

Мета соціальної роботи полягає у тому, щоб зберегти фізичні та психічні сили військовослужбовця, скорегувати їхні особистісні установки, стимулювати їхню соціалізацію у соціумі.

Подальших розвідок, потребує комплексне дослідження теоретико-методичних засад соціальної роботи з військовослужбовцями та членами їхніх сімей, а саме з’ясування основних педагогічних підходів та соціально-педагогічних умов здійснення цього виду діяльності

Оптимізація сучасних технологій соціального супроводу можлива за дотримання таких умов: розширення спектру послуг у державній й мережі соціальних служб, створення альтернативних осередків соціальних послуг; організація самопомоги і взаємодопомоги родинам військовослужбовців; формування дієвої соціальної політики держави.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ ОСНОВНИХ ФОРМ, МЕТОДІВ, НАПРЯМІВ РОБОТИ З ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ ТА ЧЛЕНАМИ ЇХ СІМЕЙ

2.1.Опис та обґрунтування методик дослідження

В ході експериментального дослідження ми задіяли в роботі 15 сімей, а саме 15 чоловіків та 15 жінок. Респондентів обирали з числа сімей, що перебувають на обліку у центрі моральної-психологічної підтримки та забезпечення, військової частини А 4239. Причиною постановки на облік військовослужбовця та членів їх сімей, у військовій частині є різноманітні проблеми, а саме:

- алко, нарко залежність;
- погіршення житлових умов;
- проблеми з отримання пільг на житло, учасника бойових дій, інвалідності;
- прояви жорстокості та насилля у сім'ї;
- відсутність взаєморозуміння в сім'ї, негативний психологічний клімат;
- психіатричні та інші фізіологічні проблеми зі здоров'ям, ампутація кінцівок, контузія, серйозні поранення;
- постановка на квартирний та земельний облік;
- підвищення агресивності, загострення почуття провини;
- постравматичний стресовий розлад (ПТСР) – розглядається як стан повторного переживання травми у вигляді навязливих спогадів

Нами була розроблена авторська анкета, щодо визначення потреб військовослужбовця та членів їх сімей. Першим питанням анкети було визначення: «Чи отримував військовослужбовець та члени його сім'ї під час служби у структурному підрозділі соціальні послуги ФСР?». Іншим питанням було з'ясування: «Чи знає військовослужбовець які соціальні послуги надає кейс-менеджер чи ФСР», а також «Чи хотіло б подружжя, щоб з ними працював ФСР». Після цих питань, останнім об'ємним та змістовним питанням було визначення: «Яку саме соціальну послугу хотів би отримати

військовослужбовець та члени його родини?». В анкеті ми запропонували на вибір, відповідно до наказу №401 Міністерства соціальної політики такі соціальні послуги:

- інформування;
- консультування;
- посередництво;
- представництво інтересів;
- соціальний супровід сімей, що перебувають у СЖО;
- екстрене (кризове втручання);
- соціальна адаптація;
- соціальна інтеграція та реінтеграція;
- соціально-психологічна реабілітація;
- рекреація.

Також за допомогою анкетування, ми визначили, якими пільгами, користуються захисники на сьогоднішній день:

1.Медичні пільги:

- безкоштовне отримання ліків за рецептом;
- безкоштовне зубопротезування;
- безкоштовне санаторно-курортне лікування або компенсація за самостійне відвідування таких закладів;
- щорічні медичні обстеження та диспансеризація.

2.Комунальні послуги на житло:

- знижки у розмірі 75% на кварплату в межах норм, установлених законодавством. Поширюється на 21 кв.м загальної площі оселі для кожного мешканця, який постійно проживає у квартирі та має право на цю пільгу. Крім цього, передбачено додаткові 10,5 кв.м на родину;
- знижка в розмірі 75% на оплату електроенергії водопостачання, газу та інших комунальних платежів;
- знижка у розмірі 75% на вартість палива для людей, які живуть в оселях без центрального опалення;

-родини, які складаються тільки з непрацездатних людей, мають право на 75% знижку для опалення газом;

- першочергове надання житла тим, хто потребує покращення житлових умов, а також виділення земельних ділянок для будівництва, садівництва, городництва;

-учасники бойових дій можуть отримувати позики для будівництва, реконструкції або капремонту будинків, підключення до інженерних мереж, а також для облаштування або покупок дачних ділянок;

3.Соціальні та податкові пільги:

-грошова допомога з тимчасові непрацездатності, яка складає 100% середньої заробітної плати;

-право на додаткову відпустку зі збереженням зарплати на 14 календарних днів на рік;

-захист у разі скорочення штату-переважне право залишитися на роботі при скороченні;

-податкові пільги – учасники бойових дій мають переваги при сплаті податків, зборів та мита відповідно до податкового законодавства України;

4.Освіта:

-забезпечення повної або часткової оплати навчання за кошти державного чи місцевого бюджету;

-пільгові довгострокові кредити для отримання освіти;

-безоплатне професійне навчання або підвищення кваліфікації у спеціалізованих центрах Державної служби зайнятості.

5.Пільги на транспорт:

-безкоштовний проїзд у всіх видах міського та приміського транспорту, а також автотранспорту загального користування в сільській місцевості;

-один раз на два роки учасники бойових дій можуть безкоштовно скористатися міжміським транспортом (залізничним, водним, автомобільним чи повітряним)

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів діагностичного дослідження

В ході нашого експериментального дослідження на констатувальному етапі, ми провели роботу з військовослужбовцями та членами їх сімей, а саме: 15 чоловіків та 15 жінок, тобто 15 сімей. В дослідженні ми використали авторську анкету «Соціальні потреби» (додаток А), так як валідизованих та стандартизованих психодіагностичних методик по цій проблемі не має.

Першим питанням для військовослужбовців та їхніх дружин у нашій анкеті було з'ясування: «Чи отримуєте ви у військовій частині соціальні послуги ФСР?».

Військовослужбовці відповіли на запитання «Чи отримуєте ви у військовій частині соціальні послуги ФСР?» (результати подаються у % відношенні): так – 5%; невпевний, що то були соціальні послуги -5%; ні – 90%.

Дружини захисників відповіли на це питання також: так -2%, ні-96%, невпевнена, що то були соціальні послуги – 2% (таблиця 2.2.1).

Таблиця 2.2.1. -«Чи отримуєте ви у військовій частині соціальні послуги (або ж консультації, щодо їх отримання)?%»

Ні	Так	Невпевнений/невпевнена, що то була соціальна послуга
90	5	5
ДРУЖИНИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ		
96	2	2

Як висновок, можна сказати, що у військовій частині, соціальні послуги не надаються, і військовослужбовці та їхні сім'ї, не проінформовані про їхнє надання, та супровід, щодо їхнього отримання (рис.2.2.1) .



Рисунок-2.2.1. Результати анкетування військовослужбовців та їхніх дружин

Другим питанням анкети було визначення: «Чи знаєте яку соціальну допомогу надає кейс-менеджер або ФСР?». На це запитання військовослужбовці відповіли так: ні-92%, так-3%, непевнений, що знаю-5%. Жінки військовослужбовців дали такі відповіді на це запитання: ні – 91%, так – 2%, непевнена, що знаю – 7% (таблиця 2.2.2.).

Таблиця-2.2.2. «Чи знаєте яку соціальну допомогу надає кейс-менеджер або ФСР?»%.

Категорія осіб	Ні	Так	Непевнений/непевнена
Військовослужбовці	92	3	3
Дружини	91	2	7

За результатами діагностування, бачимо, що відповіді респондентів майже однакові, що свідчить про те, що військовослужбовці та їхні дружини не мають уявлення про роботу кейс-менеджера або фахівця соціальної роботи у військових структурах ЗСУ (рис.2.2.2).



Рисунок-2.2.2 Результати анкетування військовослужбовців та їхніх дружин

У третьому питанні ми з'ясували чи хотіли б сім'ї військовослужбовців, щоб з ними працював ФСР. На це питання відповіли так, військовослужбовці: так – 89%, ні – 6%; важко відповісти-5%. Їхні дружини: так – 95%, ні – 2%, важко відповісти – 3%. (таблиця 2.2.3.).

Таблиця-2.2.3.-«Чи хотіли б, щоб з вами та вашою сім'єю працював ФСР?»%

	Так	Ні	Важко відповісти
Військовослужбовці	89	6	5
Дружини	95	2	3

Можна сказати, що у військовослужбовців та членів їхніх сімей є потреба працювати з фахівцем соціальної роботи, і в дружин є більше нагальних проблем для звернення до ФСР (рис.2.2.3.).

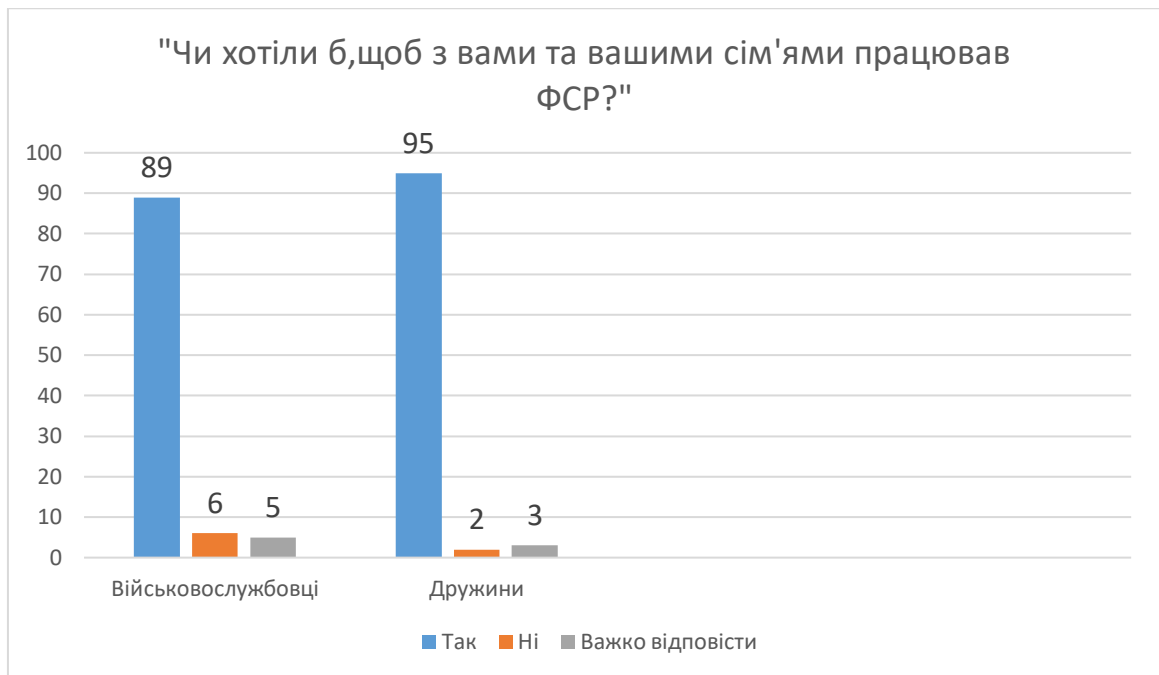


Рисунок - 2.2.3.-Результати анкетування військовослужбовців та їхніх сімей

Наступним питанням анкети було відповісти на запитання: «Яку саме соціальну послугу ви хотіли б отримати від ФСР?». Було запропоновано такі послуги для військовослужбовців та їхніх дружин: інформування щодо соціального забезпечення; психосоціальна підтримка; консультування в сімейних відносинах, оформлення документації на отримання соціальних послуг; профілактика алко-, нарко залежності; допомога та супровід мобілізованих; представництво інтересів в державних структурах; попередження домашнього насилля та жорстокості. На це питання військовослужбовці відповіли так: інформування – 92%; психосоціальна підтримка – 89%; сімейне консультування- 93%; оформлення документації- 71%; проофілактика залежності- 67%; супровід під час військової служби – 82%; представництво- 78%; попередження жорстокості та насилля-63%. Жінки військовослужбовців відповіли так на це питання: інформування- 94%; психосоціальна підтримка – 95%; сімейне консультування – 100%; оформлення документації – 71%; профілактика залежності – 94%; супровід під час військової служби -89%; представництво – 76%; попередження жорстокості та насилля у сім'ї – 91% (таблиця 2.2.4).

Таблиця - 2.2.4 «Яку саме соціальну послугу ви хотіли б отримати від ФСР?»%»

Соціальні послуги	Військовослужбовці	Дружини
Інформування про соціальне забезпечення	92	94
Психосоціальна підтримка	89	95
Сімейне консультування	93	100
Оформлення документації	71	71
Профілактика залежності	67	94
Супровід під час служби	82	89
Представництво інтересів	68	76
Попередження насилля	63	91

Проаналізувавши опитування, можна зробити висновок, що всі соціальні послуги для військовослужбовців є важливим, значущими та необхідними. Деякі питання для дружин військовослужбовців є більш пріоритетними – це налагодження сімейних відносин, профілактика алко, нарко залежності в сім'ї, супровід під час служби, попередження насилля та жорстокості в сім'ї (рис.2.2.4.).

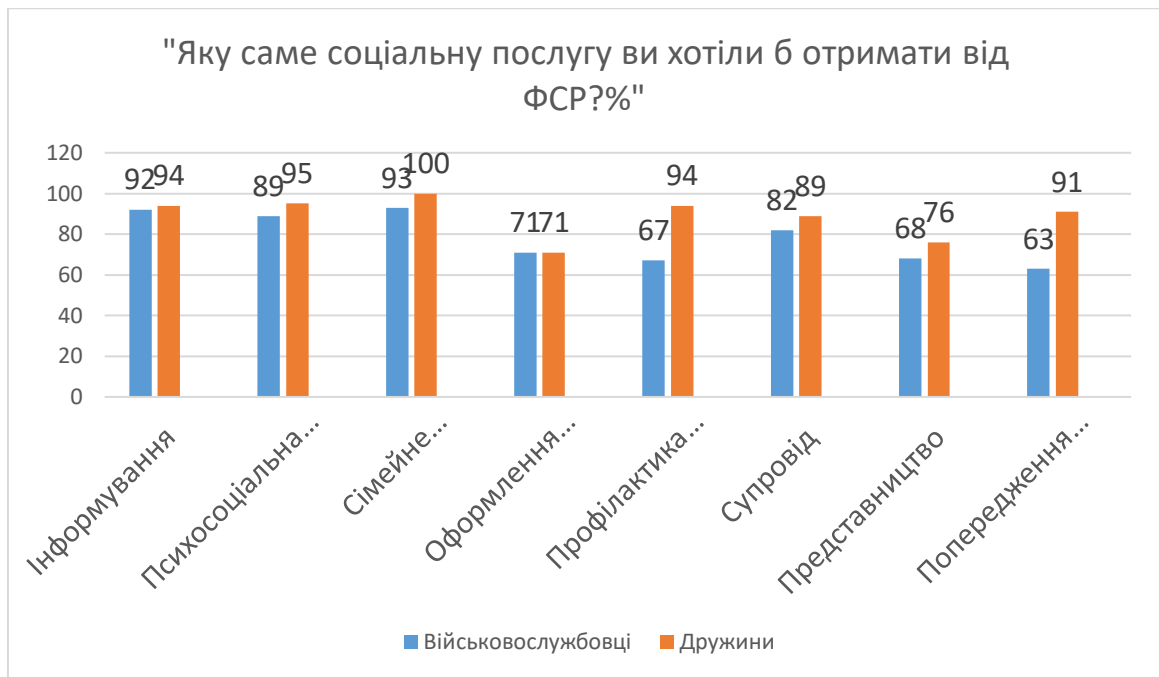


Рисунок 2.2.4. Результати анкетування військовослужбовців та їхніх сімей

2.3. Тренінгова програма розвитку стресостійкості військовослужбовців та членів їх сімей

Соціально-психологічний тренінг (Додаток Г) є інтегрованою, універсальною системою цілеспрямованого психологічного тренування людини відповідно до потреб і цілей особистості та її діяльності. У результаті тренінгу активізуються інтелектуальні, комунікативні і вольові якості, здійснюється рефлексія її минулого і моделювання майбутнього. В ході проведення тренінгу використовуються спеціальні психотехнічні, ігрові та інші прийоми та методи.

Соціально-психологічний тренінг справляє конструктивно-розвивальний вплив на розвиток особистості за трьома напрямками: когнітивному (отримання нової інформації); емоційному (інтерпретація отриманої інформації через особистісну значущість); конативному (розширення поведінкових реакцій за рахунок усвідомлення неефективності звичних способів поведінки).

Основні функції тренінгу:

- освітня-полягає у придбанні компетентностей для розвитку та самоствердження особистості;
- психодіагностична – надає можливість явного або прихованого спостереження і експериментального вивчення індивідуальних якостей і особливостей поведінки особистості, а також групових процесів, з подальшим аналізом та інтерпретацією;
- розвивальна-сприяє розвитку особистості: фізичному, духовному, особистісному, професійному
- пізнавальна (евристична) – припускає, що в результаті участі у тренінгу особа відкриває для себе нові пізнання, переживає інсайт;
- психокорекційна – полягає в корегуванні недоліків та відхилень у психічному розвитку та поведінці;
- саморегулятивна – сприяє формуванню навичок цілеспрямованого контролю і зміни індивідом перебігу різних психофізіологічних функцій, регуляції активності діяльності і рефлексії;
- праксеологічна – виходить з того, що тренінг має спрямованість на підвищення ефективності практичної діяльності;
- профілактична- полягає в тому, що тренінг направлений на збереження психологічної цілісності особистості, попередження нервово-психічних розладів, профілактику несприятливого впливу зовнішніх чинників, зокрема проофесійної деформації, реабілітацію після травмуючих подій, а також підвищення психічного здоров'я.

Проведення тренінгу відбувається за певною структурою: 10 занять по 2 години, 1 раз на тиждень, 7-15 осіб розміщених по колу (в спеціальній аудиторії).

Правильне розташування учасників тренінгу в просторі приміщення впливає на ступінь їх включеності в роботу і засвоєння одержаної інформації. В груповій роботі учасники тренінгу сидять на стільцях, розставлених по колу. Це сприяє створенню неформальної атмосфери, забезпечує можливість бачити

усіх учасників тренінгу, забезпечує атмосферу відкритості, розвитку довіри, уваги та інтересу учасників один до одного.

Водночас дослідники однакостайні в думці про те, що варто комплектувати гетерогенні групи за статтю. При цьому бажано, щоб кількість чоловіків та жінок була приблизно однаковою.

Переваги групової роботи полягають у тому, що з інформацією та досвідом можуть ознайомитися всі члени групи. Крім того, є можливість легко давати інструкції одразу усім учасникам групи.

Принципи роботи в групі:

- ефективність часу: будь-яка програма тренінгу має обмеження у часі, тому учасники мають висловлювати свою думку лаконічно та по темі;
- ввічливість: сприяє створенню позитивної атмосфери взаємної поваги, сприяє збереженню часу. Учасники мають говорити по черзі, не перебуваючи один одного;
- позитивне мислення: позитивно мислити означає бути позитивно налаштованим, звертати увагу на позитивні аспекти життя та здобувати цінний досвід з того, що відбувається. Позитивне мислення і гумор створюють «простір радості», в якому легко, приємно і безпечно навчатися. Кожна тренінгова зустріч може бути джерелом гарного настрою;
- висловлюватися від свого імені: вислови до прикладу «Всі так говорять» не несуть конкретної інформації, найчастіше не відповідають дійсності. Слід використовувати «Я -висловлювання» («Я так думаю», «На мій погляд»);
- надання конструктивного зворотного зв'язку. Перевага тренінгової роботи – це можливість отримувати і надавати зворотній зв'язок, що полягає в тому, що на будь-яку дію або подію під час занять учасники мають право відразу відреагувати, та поділитися своїми думками та поглядами;
- право додавання: нові вислови, думки додаються до тих, що були сказані раніше, але не заперечуються і не спростовуються;

- правило добровільної активності: якщо для виконання завдання ведучому потрібна особлива участь кого-небудь з учасників, присутні мають право пропонувати лише свою кандидатуру;
- правило «стоп»: дає можливість учасникам не виконувати якусь вправу тренінгу без додаткових пояснень на те;
- правило піднятої руки. Це правило має дві мети: по-перше, не перебивати того, хто говорить, друга – щоб ведучий міг керувати груповим процесом. Учасник піднімає руки, і коли з'являється можливість ведучий надає йому можливість висловитися;
- конфіденційність або анонімність: учасники зобов'язуються у власних інтересах залишати інформацію в своєму колі і не виносити її за його межі. Учасники можуть розповідати те, що відбувається на заняттях, але при цьому не називати імен своїх колег чи інших персональних даних, які дозволяють співрозмовнику ідентифікувати того, про кого йде мова;
- правила відкритості та щирості: сприяє саморефлексії та катарсису (Катарсис – це особливий стан емоційного відштовхування, наслідком якого є відчуття очищення чи полегшення);
- правило «Я-пізнання»: основна увага учасників повинна бути зосереджена на процесах самопізнання, самоаналізу та рефлексії;
- правило «не оцінювати»: в ході тренінгу ми не оцінюємо інших людей, їхню думку, зовнішність, а приймаємо їх такими, які вони є;
- пунктуальність: тренінгові групи складаються з невеликої кількості осіб, а якщо вони будуть запізнюватися, це створить ситуацію не комфортності для інших і ведучому потрібно буде повторювати двічі одне й те ж завдання, а відтак він буде втрачати думку, що до того яку інформацію потрібно донести до членів тренінгу;
- спілкування за принципом «тут і тепер». Під час тренінгу учасники спілкуються «тут і тепер» , тобто обговорюють не минуле чи можливу поведінку, а тільки те, що обговорюється під час занять;

-правило «право ведучого». Ведучий, може перервати вправу або іншу діяльність, якщо це заважає груповому процесу. Ведучий стежить за дотриманням прийнятих групою правил.

Мета тренінгової програми, полягає в збереженні та зміцненні психологічного здоров'я військовослужбовців та членів їх сімей, попередження у них посттравматичних порушень внаслідок виконання службово-бойових завдань та рецидивів прояву наслідків психологічної травматизації.

Завдання тренінгової програми є:

1.Сформувати позитивне ставлення до себе та своєї сім'ї, уявлення про власну життєву перспективу.

2.Мотивувати учасників групи до збереження власного психологічного здоров'я.

3.Проінформувати та попередити про причини розвитку психологічної травматизації військовослужбовців та можливі наслідки.

4.Сприяти формуванню вмінь та навичок саморегуляції емоційного стану.

5.Навчити навичкам надання першої психологічної допомоги.

6.Мотивувати військовослужбовців на використання набутого в ході тренінгу досвіду під час здійснення військово-професійної діяльності в особливо екстремально-небезпечних умовах.

Цільова група: військовослужбовці та члени їх сім'ї.

Програма складається з чотирьох блоків: ціннісного, емоційного, когнітивного та діяльнісного.

Робочий інструмент: ноутбук, колонки для гучності, бейджики, фліпчарт, маркери, папір формату А4, олівці, ручки, фломастери, ножиці, клей, клейкі стікери трьох кольорів, клубок з нитками, непрозорі одноразові стаканчики.

Тренінг починається зі вступного заняття, що містить: знайомство, інформацію про зміст тренінгу, очікування учасників, обговорення норм взаємодії тощо.

На вступному занятті його частина часу відводиться вербальній презентації тренера. Це відповідальний момент для реалізації ведучого саме як тренера в групі. На початку тренінгу важливо створити емоційно-комфортний психологічно безпечний простір, щоб учасники змогли відчувати на собі вплив позитивних емоцій. Одним із позитивних способів впливу на емоційний стан учасників тренінгу є застосування вправ «криголамів».

Вправи «криголами» - це вправи «розігрівальні», такі що «підключають до роботи», налаштовують на позитив. Такі вправи використовуються для зняття напруження в учасників тренінгу, допомогти учасникам пройти стадію гуртування, зробити звичним процес навчання, комунікацію, слухання, обмін інформацією, створити атмосферу відвертості та співпраці.

Ці вправи можуть використовуватися до мотивації учасників групи, коли останні втомлюються. Вправи «криголами» можуть сприяти регенерації енергії для подальшої активності, а також мають бути цікавими, жвавими, енергійними, оптимістичними, короткими, що учасники не стомлювалися від їх проведення.

2.4.Науково-практичні рекомендації для фахівців соціальної роботи щодо оптимізації соціального супроводу з військовослужбовцями та їхніми сім'ями

Основні етапи роботи посадових осіб (ФСР), військових частин, відповідальних за соціальних супровід військовослужбовців та членів їх сімей, які опинилися в складних життєвих обставинах, визначаються у відповідності до вимог постанови Кабінету Міністрів України від 01.06.2020 №587 «Про організацію надання соціальних послуг» та визначені Державним стандартом соціального супроводу сімей, які перебувають у складних життєвих обставинах. Затвердженого наказом Мінсоцполітики від 31.03.2016 року №318.

До сімей у СЖО відносяться такі категорії осіб:

- військовослужбовці, які на теперішні час проходять військову службу та членів їх сімей;
- родини загиблих, зниклих безвісті та полонених військовослужбовців.

Виявлення військовослужбовців та членів їх сімей, які належать до вразливих груп населення або перебувають під впливом чинників, що можуть зумовити потрапляння у СЖО, проводиться відповідними посадовими особами військових частин, у процесі виконання ними службових або обов'язків.

Це може здійснюватися шляхом:

- отримання особистих заяв та звернень;
- зустрічей посадових осіб військової частини з військовослужбовцями та членами їх сімей;
- телефонних, письмових, електронних, усних повідомлень про таких осіб або такі сім'ї;
- відвідування військовослужбовців та членів їх сімей за місцем проживанням.

Перелік умов, що визначають належність осіб та сімей до таких, які перебувають у СЖО, відповідно до положень Закону України «Про соціальні послуги» від 12.01.2019 №2671-VIII.

Перелік осіб або сімей, які мають найвищий ризик потрапляння у СЖО через вплив несприятливих зовнішніх та внутрішніх чинників, відповідно до Постанови Кабінету Міністрів України «Про організацію надання соціальних послуг».

Етапи роботи ФСР, з сім'ями, що опинилися у складних життєвих обставинах:

- виявлення військовослужбовців та членів їх сімей, які належать до вразливих груп населення;
- оцінка потреб військовослужбовців та членів їх сімей;
- прийняття рішення про надання соціальних послуг.

Оцінка потреб військовослужбовців здійснюється через:

- спілкування з особою або з сім'єю та їхніми родичами;
- отримання інформації від юридичних осіб у встановленому порядку;
- аналіз документів;
- також у разі ґрунтовнішої оцінки потреб, залучаються: фахівці органів соціального захисту, психологи, медичні працівники, реабілітологи і т.д.

Оцінка потреб військовослужбовців та членів їх сімей у соціальних послугах – це визначення приналежності військовослужбовця та його сім'ї до вразливих груп населення, та визначення індивідуальних потреб особи або сім'ї, переліку та обсягу соціальних послуг, яких потребує особа або сім'я.

Оціночні компоненти під час визначення проблем та потреб військовослужбовців та членів їх сімей:

- обставини, що можуть призвести до порушень у життєдіяльності військовослужбовців та членів їх сімей;
- чинники, що спричинили потрапляння у СЖО, рівень складності наявних проблем;
- індивідуальні потреби в отриманні соціальних послуг;
- спроможність самостійно подолати або мінімізувати негативний вплив СЖО.

- За результатами оцінки потреб військовослужбовців та членів їх сімей складається акт та висновки до нього (додаток Б).

Рішення про надання чи відмову у наданні соціальних послуг військовослужбовцям та членам їх сімей посадовим особами військової частини у процесі виконання ними посадових обов'язків, приймає відповідний надавач.

Рішення про надання чи відмову у наданні соціальних послуг за рахунок бюджетних коштів приймає структурний підрозділ з питань соціального захисту населення уповноважених органів системи надання соціальних послуг, передбачених Законом України «Про соціальні послуги».

Зміст та обсяг соціальної послуги для кожного її отримувача визначається індивідуально, залежно від його потреб і зазначається в індивідуальному плані надання соціальної послуги (додаток В). Індивідуальні потреби отримувача соціальної послуги визначаються шляхом їх оцінки, якою передбачено: вивчення потреб отримувача соціальної послуги, визначення причин виникнення СЖО, ступеня їх впливу на стан і потреби отримувача послуг, наявності негативного впливу на рівень виконання батьківських обов'язків з виховання, догляду та утримання дітей, сильні сторони сім'ї й активізація ресурсів самої сім'ї, найближчого її оточення та громади до розроблення і реалізації плану надання соціальної послуги.

Якщо особі надаватимуться декілька соціальних послуг, їх періодичність, терміни та обсяг їх виконання зазначаються в окремих розділах одного індивідуального плану.

Зазначимо, що в соціальній роботі з сім'єю військовослужбовців важливо враховувати різні фактори кризи і неблагополуччя родини. Це такі фактори, як:

1. Сімейні стресори, які класифікуються за силою-слабкістю і тривалістю дії: травма (катастрофа, нещасний випадок, коротке за часом, але сильне за впливом явище (війна, смерть, розлучення); життєва подія (народження або смерть члена сім'ї); хронічна рольова напруга (конфлікти, які не вирішуються

та не розв'язуються в ході виконання тих або інших соціальних ролей);життєві труднощі (відсутність грошей, житла)).

2.Сімейні труднощі – конкретні вимоги до сім'ї, що пов'язані із стресовою подією.

3.Сімейна криза – нездатність сім'ї відновити стабільний стан у ситуації постійного тиску тих вимог, які змінюють сімейну структуру і шляхи взаємодії членів сім'ї, стають неадекватними і здійснюють розпад попередніх зразків поведінки.

Алгоритм соціального супроводу сімей військовослужбовців:

1.Встановлення контакту та налагодження партнерської взаємодії з сім'ями військовослужбовців.

2.Оцінювання випадку сім'ї та діагностування її потреб.

3.Мотивування до змін у поведінці та взаємовідносинах із сім'єю та оточенням, формування усвідомленого ставлення до розв'язання власних проблем.

4.Планування та добір відповідних форм, методів і заходів для здійснення видів соціальної підтримки (узгодження дій із членами сім'ї, залучення до співпраці в процесі планування та прийняття рішень).

5.Координація спільних дій міждисциплінарної команди та пошук (за потреби) додаткових кадрових (посередництво) або ж матеріальних ресурсів для надання певного виду соціальної підтримки.

6.Створення умов для реалізації плану соціальної підтримки сім'ї військовослужбовців.

7.Надання різних видів соціальної підтримки членам сім'ї відповідно до виявлених потреб.

8.Моніторинг процесу надання різних видів соціальної підтримки сім'ї.

9.Оцінювання дієвості надання видів соціальної підтримки сім'ям військовослужбовців та завершення ведення випадку.

Етапи соціального супроводу сім'ї військовослужбовця:

1.Діагностування. На першому етапі соціальної підтримки сімей військовослужбовців фахівцями здійснюється загальний збір, систематизація та узагальнення інформації щодо індивідуальних особливостей кожного члена сім'ї, визначення соціальних чинників, які впливають на особистість: виявлення причин змін емоційного стану та поведінки; визначення актуальних проблем і потреб сімей за допомогою оцінки потреб отримувачів соціальних послуг.

2.Прогнозування. На цьому етапі відповідно до виявлення на попередньому етапі проблем і потреб, здійснюється визначення цілей та способів втручання фахівця в проблеми сім'ї; прогнозування, проектування процесів розв'язання проблем цієї цільової групи з метою надання кваліфікованої та якісної соціальної підтримки; моделювання соціальної поведінки сімей військовослужбовців.

3.Впровадження. Даний етап передбачає безпосередню реалізацію плану заходів, що відносяться до програми соціального супроводу.

4.Оцінювання. Соціальний супровід завершується етапом оцінювання дієвої соціальної підтримки, форм та методів роботи задоволеності потреб сімей військовослужбовців, а також приймалося рішення про завершення надання соціальної підтримки та супроводу.

Висновки до розділу

В другому розділі здійснено експериментальну перевірку форм, методів, напрямів роботи з військовослужбовцями та членами їх сімей. В експериментальному дослідженні прийняло участь 20 сімей: 20 чоловіків та 20 жінок. Респондентів обирали з числа сімей, що перебувають на обліку в центрі моральної підтримки військової частини А 42-39.

Причиною постановки на облік військовослужбовців та членів їх сімей, у військовій частині є соціально-психологічні проблеми, а саме:

- алкоголічна та наркотична залежність;
- незадовільні житлові умови, проблеми з отримання пільг на комунальні послуги, учасника бойових дій, інвалідності;
- конфлікти та прояви жорстокості у сім'ї; негативний психологічний клімат у ній;
- психіатричні та фізіологічні проблеми зі здоров'ям, каліцтво і травми;
- постановка на квартирний та земельний облік;
- емоційні розлади підвищення агресивності; загострення почуття провини;
- посттравматичний стресовий розлад і т.д.

Нами була розроблена авторська анкета, яка містить такі питання: «Чи отримував військовослужбовець та члени його сім'ї під час служби у структурному підрозділі соціальні послуги ФСР?», «Чи знаєте, які соціальні послуги надає кейс-менеджер чи ФСР», «Чи хотіла б сім'я військовослужбовця, що б йому надали послуги ФСР?», «Яку саме соціальну послугу, хотів би отримати військовослужбовець?».

Проаналізувавши результати анкетування, можна зробити висновок, що усі соціальні послуги для військовослужбовців є важливими, значущими та необхідними. Деякі питання для дружин військовослужбовців є більш пріоритетними – це налагодження сімейних відносин, профілактика алкогольної та наркотичної залежності в сім'ї, соціально-психологічний супровід під час служби, попередження жорстокості та насилля у сім'ї.

Також у цьому розділі ми розробили тренінгову програму розвитку стресостійкості військовослужбовців та членів їх сімей. Охарактеризували основні функції тренінгу, принципи роботи в групі. Визначили мету тренінгової програми, завдання, цільову групу, робочий інструментарій. Тренінгова програма складається з чотирьох блоків: ціннісного, емоційного, когнітивного та діяльнісного.

Розробили науков-практичні рекомендації для фахівців соціальної роботи, щодо оптимізації соціального супроводу з військовослужбовцями та їхніми сім'ями.

Проаналізували, які сім'ї відносяться до категорій СЖО, оцінку потреб військовослужбовців. Охарактеризували алгоритм соціального супроводу сімей військовослужбовців, етапи психосоціального супроводу (діагностування, прогнозування, впровадження, оцінювання).

ВИСНОВКИ

В першому розділі «Науково-теоретичний аналіз соціально-психологічної літератури щодо надання допомоги військовослужбовцям та членам їх сімей» ми розглянули структурні підрозділи Збройних Сил України. Особливості соціально-психологічного супроводу військовослужбовців та зокрема трактування поняття «соціальний супровід» його мету, завдання. Проаналізували основні підходи до вивчення проблеми та потреб військовослужбовців та членів їх сімей.

Встановили, що сучасна соціальна робота використовує первинні та вторинні методи у реабілітації військовослужбовців. До первинних належать такі методи: індивідуальна терапія, сімейна терапія, групова терапія. До вторинних – планування, консультування, супровід. Також, визначили форми роботи з військовослужбовцями та членами їх сімей: індивідуальні консультації спеціалістів, робота «Телефонна довіри», «Кол –центри». Також важливою є робота за місцем проживання та робота молодіжних об'єднань.

Охарактеризували Закон України, якими керується ФСР у роботі з військовослужбовцями та їхніми сім'ями. Визначили основні технології роботи з такою категорією осіб: соціальна профілактика, соціальна реабілітація, соціальна підтримка.

В другому розділі «Експериментальна перевірка основних форм, методів, напрямів роботи з військовослужбовцями та членами їх сімей». В експериментальному дослідженні прийняло участь 20 сімей. Респондентів обирали з числа сімей, що перебувають на обліку у центрі моральної підтримки військової частини А 4239.

Причиною постановки на облік військовослужбовців та членів їх сімей у військовій частині є проблеми особистісного та соціального характеру:

- алкоголічна та наркотична залежність;
- незадовільні житлові умови, проблеми з отримання пільг на житло, учасника бойових дій, інвалідності;

- психіатричні та фізіологічні проблеми зі здоров'ям, каліцтва, травми;
- постановка на квартирний та земельний облік;
- емоційні розлади, підвищення агресивності, загострення почуття провини;
- посттравматичний стресовий розлад.

Нами був розроблений авторський опитувальник на 5 питань, що стосувався визначення потреб у соціальній допомозі учасників військових дій та членів їх сімей. Проаналізувавши результати опитувальника, можна зробити висновок, що усі соціальні послуги для військовослужбовців є важливими, значущими та необхідними. Деякі питання для дружин військовослужбовців є більш пріоритетними – це сприятливий мікроклімат у сім'ї; профілактика залежності у чоловіка; супровід під час служби; попередження жорстокості та насилля.

Також у цьому розділі ми розробили тренінгову програму розвитку стресостійкості військовослужбовців та членів їх сімей. Охарактеризували основні функції тренінгу, принципи роботи в групі. Розробили науково-практичні рекомендації для фахівців соціальної роботи, щодо оптимізації соціального супроводу з військовослужбовцями та їхніми сім'ями.

Отже, тема нашого дослідження не вичерпує усіх поставлених завдань та актуальних проблем у соціальній роботі з військовослужбовцями та їхніми сім'ями, до прикладу актуальною темою, що заслуговує на увагу в науковців є «Підготовка майбутніх фахівців соціальної роботи до діяльності з військовослужбовцями в структурних підрозділах ЗСУ».

Проте зазначимо, що мета нашого дослідження досягнута, а поставлені завдання в дослідженні реалізовані.

ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ

1. Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Прийоми психологічної самопомоги учасникам бойових дій : метод. реком. для військовослужбовців учасників бойових дій. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2020.- 41 с. С.34-37.
2. Адамова Г. М., Бондаренко О. А, Грищенко О. В., Івасівка З. М., Квашенко В. П. та ін. Посібник для тренера. К., 2012. 99 с. –С.21-22.
3. Адаптація військовослужбовців. URL: [https://academypm.org/language/ru/chto-takoe-profilaktika-i-profilakticheskaya medicina/](https://academypm.org/language/ru/chto-takoe-profilaktika-i-profilakticheskaya-medicina/). (дата звернення: 14.09.2024).
4. Анпілова Д. В., Амінєва Я. Р. Методичні рекомендації до курсу «Психологічний спецпрактикум за спеціалізаціями» за напрямом підготовки «Соціально-політичні науки» для студентів і слухачів спеціальності 6.030102 «Психологія». Дніпропетровськ: ДНУ, 2019. 94 с.-С.67-70.
5. Афанасьєва Н. Є. Основи психогієни та психопрофілактики : навч. посіб. Х. : НУЦЗУ, 2019. 91 с.-С.12-14.
6. Афанасьєва Н. Є., Перелигіна Л. А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу : навч. посіб. Х. : УЦЗУ, 2008. 251 с.-С.234.
7. Балахтар В. В. Соціально-психологічний тренінг і маніпуляція : навч.-метод. посіб. Вижниця : Черемош, 2019. 431 с.-С.56-60.
8. Бевз В., Главник О. Основні положення щодо проведення тренінгів. URL: <https://ru.osvita.ua/school/method/technol/598/>. (дата звернення: 15.08.2024).
9. Бігун Н. І. Профілактична робота в практичній психології: навч.-метод. комплекс дисципліни. Кам'янець-Подільський: Медобори-2006, 2021. 96 с.-С.44-46.
10. Білова М. Е. Навчально-методичний посібник з спецкурсу «Соціально-психологічний тренінг». Одеса : Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, 2015. 113 с.-С.89-92.

11. Бриндіков Ю. Л. Теорія та практика реабілітації військовослужбовців-учасників бойових дій в системі соціальних служб : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.05. Тернопіль, 2019. 559 с.-С.112-115.
12. Бродська Л. В. Методика викладання менеджменту в вищій школі : навч. посіб. Запоріжжя : ЗНУ, 2021. 122 с.-С.76-78.
13. Галустян Ю. М., Каравай А. В., Кочарян А. Б., Мельник Т. Д. Вчимося самотійності : навч.-метод. посіб. / за заг. ред. Т. П.Спіріної. К. : Видавництво ФОП Москаленко О. М., 2022. 212 с.-С.45-50.
14. Лефтеров В. О. Психологічні тренінгові технології в органах внутрішніх справ : монографія. Т. II : Психотренінг в ОВС: практичний досвід, організація проведення та перспективи подальшого впровадження. Донецьк : ДЮІ, 2008. 286 с.-С.68-71.
15. Лозінська Н. С. Психотравма як наслідок травматичного стресу в різних напрямках сучасної психології. Вісник Національного університету оборони України. Київ, 2022. Вип. 2 (50). С. 65–73.
16. Лопушинська Т. О. Збірка вправ для зняття психологічного напруження та подолання стресу або SOS-аптечка для вчителів. Хмельницький :Хмельницьке міське управління освіти. 2020. С. 15–21.
17. Mindfulness або практика усвідомлення. URL: <https://school3d.com.ua/2019/02/27/mindfulness-abo-praktyka-usvidomlennia-u-lvivskii-pryvatnii-shkoli-3d-shcho-tse-ta-navishcho/>. (дата звернення: 23.09.2024).
18. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності: навч.- метод. посіб. Київ : Педагогічна думка, 2022. 112 с.-С.66-69.
19. Методичні вказівки для студентів по підготовці і роботі на практичному занятті з «Основи психотренінгу». URL: <https://divovo.in.ua/download/standarti-trenersekoyi-roboti-ta-individualenij-stile-trenera.doc> (дата звернення: 14.10.2024).
20. Методичні рекомендації щодо проведення психологічної підготовки особового складу Збройних Сил України. Київ : Генеральний штаб

- Збройних Сил України, Головне управління по роботі з особовим складом Збройних Сил України. 2022. 214 с.-С.100-105.
- 21.Методологія проведення тренінгів: курс лекцій з дисципліни для студентів денної та заочної форми навчання спеціальності 053 «Психологія» / уклад. І. О. Корнієнко, С. І. Алмаші. Мукачево: МДУ, 2018. 60 с. –С.24-28.
22. Методики відновлення для сімей військових, цивільних та дітей : практич. посіб. для внутрішньо переміщених осіб, демобілізованих та їхніх сімей / Психологічна кризова служба ГО «УАФПНПП», Посольство Сполученого королівства Великої Британії та Північної Ірландії в Україні / авт.-уклад. Г. Циганенко, О. Масик, О. Григор'єва та ін. ; за ред. Г. В.Циганенко. Дніпро : Середняк Т. К., 2019, 96 с. –С.16-19.
- 23.Мілютіна К. Л. Теорія та практика психологічного тренінгу : навч. посіб. К.: МАУП, 2024. 192 с. –С. 22-26.
- 24.Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії: навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2024. 420 с. –С.330-332.
- 25.Назаренко В. О. Методичні особливості тренінгу комунікативної компетентності керівників. Проблеми загальної та педагогічної психології : Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ, 2023. Т. VIII. Вип.5. С. 217–223.
- 26.Назаренко В. О. Результати експериментальної апробації психотренінгу розвитку комунікативної компетентності керівників органів Державної прикордонної служби України. Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України імені Б. Хмельницького. Хмельницький, 2015. № 35. Ч. II.
27. Наказ Генерального штабу Збройних Сил України «Про затвердження Положення про Психологічну службу Збройних Сил України» від 04.12.14 року No 317.
- 28.Наказ Державної прикордонної служби «Про затвердження Інструкції про порядок організації та проведення психопрофілактичної роботи з персоналом Державної прикордонної служби України» від 14.04.2008 N 318.

29.Наказ Міністерства оборони України «Про затвердження Інструкції з організації професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України» від 10.12.2014 р. № 883.

30.Наказ Міністерства оборони України «Про затвердження Положення про психологічну реабілітацію військовослужбовців Збройних Сил України та Державної спеціальної служби транспорту, які брали участь в антитерористичній операції, здійснювали заходи із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації у Донецькій та Луганській областях чи виконували службові (бойові) завдання в екстремальних умовах» від 09.12.2015 № 702.

31.Наказ Міністерства соціальної політики України «Про затвердження Державного стандарту соціальної послуги профілактики» від 10.09.2015 № 912.

32.Никоненко Ю. П. Клінічна психологія: навч. посіб. Київ: КНТ, 2020. 369 с.- С.224-228.

33.Організація і методика соціально-педагогічного тренінгу: навч. посіб. / уклад. О. М. Шевчук. Умань: ПП Жовтий, 2021. 133с. –С.93-97.

34.Основи психологічної реабілітації військовослужбовців з синдромом посттравматичного стресового розладу (ПТСР): науково-дослідна робота. К. : Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України, 2019.-С.89-91.

35.Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навч. посіб. / Л. Царенко, Т. Вебер, М. Войтович, Л.Гриценко, В. Кочубей, Л. Гридковець.; за заг. ред. Л. Царенко. Київ, 2018. Том 2. 240 с.

36.Остапович В. П, Дубова І. О., Кирієнко Л. А. Дієві підходи щодо надання психологічної допомоги працівникам Міністерства внутрішніх справ (МВС) України, що брали участь у антитерористичній операції (АТО). Психологічний часопис. Київ, 2019. № 15 (5), С. 113–128.

37. Пацалюк Н. М. Формування особистісних якостей та рівень взаємодії в колективі. URL: https://mmk.edu.vn.ua/uploads/images/articles/psiholog/2017-2018/Trening_ZH32/brochure.docx (дата звернення: 11.11.2024).
38. Перша психологічна допомога: посібник для тренера / уклад. А. М. Гірник, В. А. Чернобровкіна. Київ : Пульсари, 2020. 91 с.-С.71-72.
39. Попович І. С. Оцінка ефективності впровадження програми оптимізації розвитку та психокорекції соціальних очікувань особистості. Психологічний часопис. Київ, 2017. № 2. С. 70–87. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/psch_2017_2_8. (дата звернення: 17.08.2024).
40. Пошук рішень методом мозкового штурму. URL: <http://market.avianua.com/?p=896>. (дата звернення: 13.10.2024).
41. Практикум із групової психокорекції : підручник / С. Д. Максименко, О. О. Прокоф'єва, О. В. Царькова, О. В. Кочкурова. Мелітополь : Видавничо поліграфічний центр «Люкс», 2015. 414 с.
42. Приходько І. І. Засади психологічної безпеки персоналу екстремальних видів діяльності : монографія. Х. : Акад. ВВ МВС України, 2021. 745 с.-С.44-46.
43. Приходько І. І. Система профілактики та контролю бойового стресу у військовослужбовців. Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. 2018. Вип. 1. URL: file:///C:/Users/OWNER/Downloads/Vnadpn_2018_1_13.pdf (дата звернення: 14.01.2024).
44. Професійно-психологічний тренінг військовослужбовців Національної гвардії України: монографія / О. С. Колесніченко, Я. В. Мацегора, І. І. Приходько та ін. ; за заг. ред. І. І. Приходька. Х. : НА НГУ, 2020. 281 с.-С.78-83.
45. Форми і методи надання психологічної допомоги та здійснення психокорекційної роботи у військових частинах, установах і закладах ЗС України : навч.-метод. посіб. / уклад. О. М. Чепур, В. Д. Наконечний, В. Е. Петухов. К., 2013. 54 с.-С.25-27.

АНКЕТА

для військовослужбовців та членів їх сімей «Соціальні потреби»

Інструкція. Прочитайте уважно питання в анкеті та дайте відповідь на запитання поставивши відповідний знак «+» або «-» у комірці

№	Запитання	Так	Ні	Важко відповісти
1.	Чи отримували/ отримуєте ви під час служби у структурному підрозділі соціальні послуги ФСР?			
2.	Чи знаєте яку соціальну допомогу надає кейс-менеджер або ФСР?			
3.	Чи хотіли б, щоб з вами та вашою сім'єю працював ФСР?			
4.	Яку саме соціальну послугу ви хотіли б отримати від фахівця соціальної роботи(відповідно до наказу МСПУ №401)?			
	Інформування отримувача соціальної послуги, щодо соціального захисту, охорони здоров'я, освіти, отримання безкоштовної правничої допомоги через мережу центрів з надання безкоштовної правничої допомоги			
	Консультування отримувача соціальної послуги, щодо надання психосоціальної підтримки			
	Консультування отримувача соціальних послуг щодо зміцнення внутрішньо-			

	сімейних відносин, підвищення стійкості у стосунках, особливостей взаємодії з чоловіком, дружиною, дітьми під час проходження військової служби та після звільнення з неї			
	Установлення зв'язків з членами сім'ї військовослужбовця з метою надання їм психосоціальної підтримки, відновлення контактів між військовослужбовцем та членами його сім'ї у разі їх втрати			
	Забезпечення розвитку комунікативних та соціальних навичок військовослужбовця			
	Надання допомоги в оформленні необхідних документів			
	Здійснення заходів, спрямованих на соціальну профілактику ігрової залежності (лудоманії) вживання психоактивних речовин, соціально небезпечних захворювань, протиправної та інших форм залежності та видів девіантної поведінки.			
	Допомога і супровід військовослужбовця на етапі призову на військову службу під час мобілізації, в особливий період та на етапі звільнення з такої служби, що спрямовані на його адаптацію до умов військової служби та цивільного життя			
	Представництво інтересів отримувача соціальної послуги в державній органах, органах місцевого самоврядування, громадських та благодійних організаціях,			

	інших установах незалежно від форми власності			
	Здійснення заходів спрямованих на профілактику та реагування на домашнє насилля у сім'ї військовослужбовця, запобігання жорстокому поводженню з дітьми та реагування на такі випадки			
5.	Якими пільгами ви користуєтеся на сьогоднішній день?			
	75% знижка квартирної плати та вартості комунальних послуг;			
	безоплатний проїзд міським пасажирським, приміським та міжміським транспортом;			
	першочергове надання житла, тим хто потребує покращення житлових умов;			
	виділення земельної ділянки для будівництва/городництва/садівництва;			
	першочерговий ремонт житла та отримання палива;			
	грошова допомога з тимчасової непрацездатності, яка складає 100% середньої заробітної плати;			
	право на додаткову відпустку зі збереженням зарплати на 14 календарних днів на рік;			
	податкові пільги - учасники бойових дій мають переваги при сплаті податків, зборів			

	та мита відповідно до податкового законодавства України;			
	право на безкоштовну освіту;			
	безкоштовне отримання ліків за рецептом лікарів;			
	безкоштовне зубопротезування;			
	безкоштовне санаторно-курортне лікування або компенсація за самостійне відвідування таких закладів;			
	щорічні медичні обстеження та диспансеризація.			

ОСНОВНИЙ ЗАПИТ

Потреба в інформаційній підтримці
(можна обрати декілька варіантів)

права, соціальні пільги, гарантії;
зміни у законодавстві, які стосуються соціальної підтримки,
поінформування щодо державних та недержавних організацій, що надають соціальну підтримку;
сприяння в налагодженні взаємодії з органами влади
ІНШЕ (вказати, що саме) _____

Потреба у правовій підтримці
(можна обрати декілька варіантів)

допомога у відновленні втрачених документів;
оформлення статусу «учасник бойових дій», «член сім'ї загиблого» тощо;
оформлення документів для отримання соціальних пільг та гарантій;
допомога у розв'язанні питань сімейного права;
підвищення правової освіти;
представництво інтересів
ІНШЕ (вказати, що саме) _____

Потреба у матеріальній підтримці та житловому забезпеченні
(можна обрати декілька варіантів)

отримання грошової допомоги;
отримання соціально-гуманітарної допомоги;
отримання житла та поліпшення житлових умов;
отримання пільг на житлово-комунальні послуги;
отримання земельної ділянки
ІНШЕ (вказати, що саме) _____

Потреба у медичному обслуговуванні
(можна обрати декілька варіантів)

протезування;
лікування;
реабілітація;
покращення фізичного стану;
компенсація медичного обслуговування

ІНШЕ (вказати, що саме) _____

Потреба у соціально-психологічній підтримці (можна обрати декілька варіантів)

відновлення психоемоційного стану членів сім'ї
корекція негативних емоційних та поведінкових проявів переживання втрати;
запобігання посттравматичному стресовому розладу;
попередження/подолання залежності від алкоголю, психоактивних речовин, ігрової залежності;
налагодження міжособистісної взаємодії та розв'язання конфліктів;
покращення психологічного клімату сім'ї
попередження домашнього насильства
ІНШЕ (вказати, що саме) _____

Потреба у допомозі щодо соціальної адаптації (можна обрати декілька варіантів)

підвищення адаптивності та інтегрованості на початку проходження військової служби;
підготовка до звільнення та переходу до умов цивільного життя;
ІНШЕ (вказати, що саме) _____

Загальний висновок за результатами здійснення оцінки потреб

Відмітка про ознайомлення з результатами оцінки потреб

(у разі відмови членів сім'ї ставити підпис чи проведенні оцінки дистанційно робиться відповідний запис):

Я, _____,

Ознайомившись з результатами оцінки,

- погоджуюся
- не погоджуюся
- маю окрему думку

Відповідно до Закону України «Про захист персональних даних» даю згоду на оброблення персональних даних.

Підпис _____

Члени сім'ї, з якими погоджено акт оцінки потреб (ПІБ, ступінь родинного зв'язку (наприклад, мати, дружина), формат погодження (особисто/дистанційно шляхом надсилання повідомлення/ у телефонному режиму):

Коментарі (оцінка індивідуальних потреб може проводитись дистанційно, засобами телефонного зв'язку або через інтернет мережу за допомогою месенджерів)

Фахівець, який здійснює оцінку потреб:

(прізвище, ім'я, по батькові, місце роботи)
(телефон)

(підпис)

Інші спеціалісти, задіяні в оцінці потреб:

(прізвище, ім'я, по батькові, місце роботи)
(телефон)

(підпис)

Дата заповнення _____ 20__ року

ДОДАТОК В

ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПЛАН

Надання соціальної послуги соціального супроводу військовослужбовців та членів їх сімей у військових частинах (підрозділах) Збройних Сил України

від _____ 20__ року

Отримувач соціальної послуги (прізвище, ім'я, по батькові (за наявності))

Опис потреби:

Заходи, що складають зміст послуги	Місце надання послуги	Періодичність, разів на тиждень/на місяць	Спосіб надання послуги (особисто/ дистанційно)	Час, витрачений на надання послуги	Інші залучені фахівці

Члени сім'ї, з якими погоджений зміст послуги (ПІБ, ступінь родинного зв'язку (наприклад, мати, дружина), формат погодження (особисто/ дистанційно шляхом надсилання повідомлення/ у телефонному режимі):

Перегляд індивідуального плану надання соціальної послуги:

Дата перегляду _____

Результат: індивідуальний план залишився незмін ім

індивідуальний план змінив

Звіт за результатами виконання індивідуального плану (фіксується за результатами ведення випадку):

Надавач соціальної послуги (підпис)

ДОДАТОК Г

Тренінгова програма розвитку стресостійкості військовослужбовців та членів
їх сімей

Структура психокрекційного тренінгу для формування, розвитку, підтримки та збереження психологічної рівноваги особистості у військослужбовців та членів їх сімей

Заняття 1

Вправа 1. «Дозвольте відрекомендуватись». Знайомство в групі – уміння говорити про себе.

Вправа 2. «Правила групи». Проговорити усі правила, дати можливість висловитись кожному члену гурпи. Затвердити правила для подальших зустрічей.

Вправа 3. «Ритуал». Обговорити з членами групи ритуал, який на їх думку буде зупиняти співрозмовника у разі незручностей для учасників групи.

Вправа 4. «Релаксація». Використати запропоновану медитацію, для гармонізації настрою учасників групи після першого знайомства.

Заняття 2. Вправа 1. «Мій настрій». За допомогою будь якого власного предмета необхідно описати, який твій настрій орієнтуючись на характеристики предмету.

Вправа 2. «Портрет». Використовую методи верифікації, символізації та допоміжних предметів описати, себе орієнтуючись на власні почуття та відчуття.

Вправа 3. «Професійний девіз і символ діяльності». Робота у групі, необхідно скласти груповий професійний девіз та символ спільної діяльності.

Вправа 4. «Життєвий і професійний кодекс військослужбовця». Ведучий інструктує учасників: «Уявіть, що вас об'єднує загальна мета професійної діяльності, яка виражає зміст подальшої діяльності в Національній гвардії України. Грунтуючись на цих переконаннях, придумайте головний який би підкріплював ваші погляди, необхідні для розвитку як в особистісній, так і професійної сфері. Зупинятися на одному девізі не варто, пропонуйте

допоміжні гасла до основного. Для більш чіткої картини професійного девізу придумайте символіку вашої діяльності й спробуйте пояснити основні елементи цього символу».

Вправа 5. «Записки».

1. На трьох білих листочках написати питання, що хвилюють з дитинства та протягом життя. По одному на кожному листочку.

2. На трьох кольорових листочках – твердження, сформовані протягом життя. Теж по одному на кожному.

3. Всі учасники складають свої питання та затвердження разом, перемішують і кожен бере по три білі та три кольорові листочки.

4. Взявши за основу вибрані питання та твердження, створити цілісну літературну композицію: оповідання, притча, казка, есе, вірш тощо.

5. Кожен представляє свій твір групі. Зворотній зв'язок.

6. Загальне обговорення, враження від процесу та результату, підбиття підсумків.

Вправа 6. «Релаксація». Використати запропоновану медитацію, для гармонізації настрою учасників групи після першого знайомства.

Заняття № 3.

Вправа 1. «Прогулянка в гори». Учасники діляться на пари. Кожен малює свою професійну діяльність у вигляді вершин гір (вершини – це події, досягнення, важливі моменти професійної діяльності, коли кожен був найбільш успішним). Далі учасники розповідають один одному про події, згадуючи всі деталі, почуття, за шаблоном: «коли я робив те-то, те-то..., я відчував те-то і те-то», «коли зі мною відбувалося те-то і те-то..., я відчував те-то і те-то».

Вправа 2. «Двигуни мого «Я». Вправа спрямована на усвідомлення вибору професії та ціннісних пріоритетів. Починається з загального запитання для всіх: «Що спонукає людину до діяльності?». Після декількох відповідей ведучий пропонує кожному учасникові попрацювати із певними мотивами власної діяльності. В основі мотиву лежать наші потреби, інтереси, нахили, бажання. Необхідно проранжувати для себе мотиви вибору професії (бажані її аспекти) та написати кілька слів, розкриваючи для себе їх сутність.

Список мотивів:

1. Соціальні мотиви (прагнення займатись корисною, необхідною для інших, актуальною діяльністю, що була б бажаною та корисною в соціумі). Моя професія цінується іншими...

2. Моральні мотиви (прагнення переживати почуття гармонії, розвитку, естетичності, відповідності діяльності моральним настановам і традиціям соціуму). Якщо поміркувати, то для душі моя професія дає...

3. Пізнавальні мотиви (прагнення розширювати світогляд, розвивати здібності, вдосконалюватись, розв'язувати нові, нестандартні проблеми і питання). Мій найбільший інтерес, коли я працюю, полягає в тому, що...

4. Творчі мотиви (прагнення бути оригінальним, особливим, виражати власне ставлення та творчий пошук, зробити нові відкриття). Коли я працюю, то можу дати волю фантазії й робити...

5. Матеріальні мотиви (прагнення мати добре оплачувану професію, забезпечити стабільне майбутнє, надати допомогу близьким та рідним). Серед професіоналів у моїй галузі є бідні, які... і багаті, які...

6. Престижні мотиви (прагнення досягнути видного становища, суспільного статусу, кар'єри, авторитету та популярності). Найбільшим досягненням у моїй професії може стати...

7. Егоїстичні мотиви (прагнення реалізовувати власні амбіції, користуватись привілеями, дбати лише про свої інтереси, розвивати особистісні риси). Особисто для себе в діяльності я...

Вправа 3. «Я – президент».

Тренер запитує учасників: «Щоб ви зробили, якби були президентом?» Після цього розповіді обговорюються.

Вправа 4. «Тріски на річці». Встаньте в два довгих ряди, один навпроти іншого. Відстань між рядами повинна бути трохи більше витягнутої руки. Уявіть собі, що ви всі разом – Вода однієї річки. По річці зараз «попливуть» Тріски. Один учасник відправиться зараз в дорогу по річці як перша Тріска. Вона сама вирішить, як буде рухатися. Наприклад, вона може закрити очі і повільно піти прямо. А Вода плавно допоможе руками тріски знайти дорогу. Можливо, Тріска «попливе» не прямо, а буде крутитися. Вода повинна і цій трісці допомогти знайти дорогу. Може бути, Тріска залишить очі відкритими і буде рухатися хаотично або колами. Вода повинна і їй допомогти. Коли Тріска проходить до кінця Річки, то вона стає поруч з останнім учасником і чекає, поки не припливе наступна Тріска. Вона встає напроти першої, і тим самим вони складають Річку і поступово подовжують її. І так, неспішно, Річка буде блукати по аудиторії поки всі учасники не пропливуть по Річці, зображуючи Тріски.

Заняття 4.

Вправа 1. «Привіт, індивідуальності!» Ведучий запитує учасників про те, на кого б вони хотіли перетворитися, якби у них був вибір (з тварин, птахів, квітів, дерев, предметів, уроків тощо) Ведучий каже: «Сьогодні я пропоную вам подорож у чарівний ліс. Зараз ви заплющте очі, розплющте, і ми всі перенесемося в нього. Як вам у лісі? Тепер, щоб знайти прихильників і друзів, ми повинні познайомитися з усіма мешканцями. Так, щоб познайомитися з птахами, ми повинні самі перетворитися на птахів». Так по черзі учасники перетворюються на різних мешканців лісу, включаючи гриби та рослини. Потім їм пропонується намалювати себе у вигляді будь-якої рослини.

Вправа 2. «Поговоримо про день вчорашній». Група сідає колом, і всі, хто бажає, по черзі висловлюють свої враження про це заняття. Що

сподобалося? Що ні? Що допомагало в роботі над собою? Що так і не вийшло? У чому причини? Які претензії є до членів групи, до ведучого? Чи усе зрозуміло в правилах, за якими працює група? Можливо, є пропозиції щодо їх зміни і доповнення? Що хотілося б зробити сьогодні по-іншому?

Робота організовується в режимі великого кола або в мікрогрупах по 7 - 8 чоловік. В обговоренні беруть участь тільки ті, хто бажає. Тренер інформує учасників групи про результати анкетування (див.: анкета «Підсумок роботи групи за сьогодні»).

Вправа 3. Впасти зі стільця. Для виконання цієї вправи потрібен міцний стілець, бажано із м'якою спинкою. Ведучий сідає на нього, починає розгойдуватися на задніх ніжках, відхиляється назад і... падає на спину. Добровольцям із числа учасників пропонується повторити цей нехитрий трюк. Потрібно дотримуватися всього двох правил, під час виконання яких ця вправа цілком безпечна: – не відхиляти голову назад, а падати, нахиливши її вперед, притиснувши підборіддя до грудей; – не виставляти назад долоні або лікті, краще за все скласти руки хрест-навхрест на грудях.

У випадку, якщо хтось порушить ці правила, рекомендується підстелити на місце падіння мат, хоча у разі правильного виконання необхідності в цьому не має. Під час демонстрації вправи ведучим можна обмежитися газетою, аби не забруднитися об підлогу.

Під час обговорення необхідно звернути увагу на такі питання: – як змінювався емоційний стан учасників у різні моменти: коли вони дивилися, як вправу виконують інші, самі сіли на стілець й почали готуватися впасти, уже впали, спостерігали після цього за іншими учасниками;

- якщо хтось не став виконувати вправу, то чим це викликано об'єктивними сумнівами в його безпеці чи емоцією страху;
- наскільки часто люди відмовляються робити щось, керуючись страхом;
- в яких життєвих ситуаціях це виправдано, а в яких ні.

Вправа 3. «Релаксація».

Використати запропоновану медитацію, для гармонізації настрою учасників групи після першого знайомства.

Занятт 5

Вправа 1. «Комплімент». Учасники повинні обов'язково сказати один одному декілька теплих слів, висловити комплімент зовнішності.

Вправа 2. Мозковий штурм «Що таке конфлікт?». Поділ групи на підгрупи по 5 – 8 осіб. Кожній підгрупі дається аркуш паперу та олівець і вибирається писар. По команді «почали!» підгрупи мають за 2 хв. Написати як найбільше варіантів оригінальних відповідей на запитання: «Що у що можна покласти?» (наприклад, промінчик сонця у дзеркальну скриньку, щоб світліше було на душі). Потім обидві підгрупи зачитують свої записи, визначають найоригінальнішу підгрупу.

Вправа 3. «Я не боюсь, багато хто боїться». Учасникам необхідно спробувати вибудувати стосовно себе фрази за наступним шаблоном: “я не боюся чогось, хоча цього бояться і (або) не можуть багато людей”. Завдання кожного – вимовити 3 подібні фрази. Ведучий починає виконання вправи такими словами: “Можливо, хтось із вас помітив, що він боїться того, чого не бояться інші учасники групи. Скажіть, будь ласка, їм про це”.

Якщо група довго мовчить, керівник починає сам, наприклад, фразою: “Я не боюся проводити тренінги, хоча цього бояться і не вміють багато людей”. У випадку, якщо група надовго замовкає, керівник може вимовляти фрази: “я не боюся критики, хоча її боїться багато людей”; “я не боюся виступати привселюдно, хоча цього бояться або не можуть багато людей”.

Керівник активно підкріплює висловлення кожного учасника невербально або фразами: “Прекрасно, чудово, добре, здорово” і т.п. Тренер фіксує в протоколі названі “зони сміливості” окремо для соціальних і біологічних страхів. Ці факти можуть бути корисними для тренування самопідкріплення і заохочення інших людей. Якщо виникають занадто великі паузи, то учасникам пропонується самим називати того, хто буде говорити наступним або кидати йому іграшковий м’ячик, на якому написано: “зона сміливості”.

Вправа 4. Групова дискусія «Чого ми навчились при вирішенні конфліктів? Учасники об’єднуються у групи і обговорюють один із способів вирішення конфліктів, підшуковують приклад із життя чи історії. Потім один із групи пояснює і наводить свій приклад. Стили поведінки у конфліктних ситуаціях: Уникнення конфлікту (іноді відмова від власних цілей; намагання ухилитися від участі у конфлікті) «Третейський суд» (звертання за допомогою у вирішенні конфлікту до третьої особи). Аналіз ситуації (на нейтральній стороні, щоб жодна із конфлікуючих сторін не мала переваги, почуття психологічної захищеності). Конкуренція (активне відстоювання своєї позиції, шляхом наведення все нових і нових логічних міркувань). Ультиматум (пред’явлення рішучої вимоги з погрозою застосування засобів впливу у випадку відмови).

Співпраця сторін (спільний пошук вирішення проблеми, варіантів, які задовольнили б обидві сторони). Компроміс (угода на основі взаємних поступок). Спільними зусиллями учасники визначають найпродуктивніший спосіб вирішення конфліктів.

Вправа 5. «Релаксація».

Використати запропоновану медитацію, для гармонізації настрою учасників групи після першого знайомства.

Заняття 6.

Вправа 1. «Зіпсований телефон». Учасники гри знаходяться разом в одному приміщенні, розташовуючись ланцюжком, один за іншим. Тренер тихим голосом (або пошепки), так, щоб не було чути іншим, вимовляє на вухо

першому учаснику заздалегідь заготовлену, зазвичай записану на аркуші паперу коротку фразу або важковимовне слово. Перший учасник повинен так само тихо повторити сказане на вухо другому, той - третьому, і так далі, до кінця ланцюжка. Повторювати і перепитувати не можна. Останній учасник голосно вимовляє те, що він почув, після чого ведучий голосно зачитує з паперу те, що було ним сказано першому учаснику.

Вправа 2. «Дацький бокс». В давнину Данію населяли племена варварів. Чоловіки були дуже агресивними і часто влаштовували кроваві бої. Одного разу мудрець, який непокоївся тим, що чоловіче населення може винищити один одного, запропонував їм безкровний спосіб розв'язання конфліктів. Цей спосіб отримав назву «Датський бокс».

Всі об'єднуються в пари, простягають руки як для рукостискання, зімкнути пальці в замок, долоні притискають. Великі пальці направлені вгору. Необхідно піймати великий палець суперника і притиснути його до замка долонь.

Завдання – якомога більше раз протягом 2 хвилин спіймати і притиснути великий палець суперника. Слідкуємо за стратегією поведінки.

Вправа 3. «Мультфільм маска щастя». Перегляд мультфільму «Маска щастя», обговорення.

Заняття 7.

Вправа 1. «Як стати своїм». Учасникам тренінгу пропонується ситуація, коли військовослужбовець нікого не знає з членів колективу, але хоче познайомитися з ними й увійти в контакт. Для цього йому необхідно сказати кілька фраз, щоб на нього звернули увагу, сприйняли як “свого”. Програється кілька варіантів такого знайомства, після чого проводиться обговорення. Військовослужбовці надають зворотній зв'язок в процесі пошуку оптимальної моделі поведінки (відповідної нормам військового середовища).

Вправа 2. «Підкреслення спільності». Вправа проводиться в колі з м'ячем. Учасник, що кидає м'яч іншому, повинен назвати психологічну якість, що поєднує його з тією людиною, якій він кидає м'яч. У цьому разі він починає свою фразу словами: “Я думаю, нас із тобою поєднує...”, і називає цю якість, наприклад:– “ми з тобою однаково товариські”; – “мені здається, ми обоє буваємо трохи прямолінійні”. Той, хто одержує м'яч, відповідає: “Я згодний”, якщо він дійсно згодний; або: “Я подумаю”, якщо не згодний. Той, до кого потрапив м'яч, продовжує вправу, передаючи м'яч кому-небудь іншому, і так доти, поки кожний не одержить м'яча.

Вправа 3. «Серветки». Кожному дається серветка, яка складена кілька разів. Тренер дає команди: Відірвати правий кут, потім нижній лівий і т.д. Потім серветка розвертається. Потрібно постаратися знайти однакові серветки. Їх немає. Підвести військових до думки, що всі ми різні і серветки різні, але ми всі живемо в мирі та злагоді.

Вправа 4. «Людина». Необхідне оснащення: аркуші кольорового паперу формату А4, авторучки відповідно до кількості учасників. Кожний учасник отримує аркуш кольорового паперу А4. Необхідно скласти аркуш вертикально навпіл, а потім без ножиць, тільки руками, “вирізати” силует людини. Кожний учасник пише на паперовому силуеті людини свою мрію, захоплення, книгу, улюблену страву та місце відпочинку. На наступному етапі учасники підводяться зі своїх місць й, підходячи один до одного, мають знайти й записати на відповідних частинах паперового силуету людини імена тих учасників, з ким у них збігаються ті чи інші позиції. Після виконання завдання, учасники повертаються на свої місця й ведучий проводить обговорення. – В кого із вас збігалися всі позиції? – В кого збіглася одна позиція? – В кого збіглося декілька позицій? – Чи є учасники, в яких не збіглася жодна із позицій? – Про що говорять відмінності? Ведучий коротко коментує: “Наші відмінності свідчать про те, що всі ми різні, підкреслюють нашу індивідуальність”. Ведучий пропонує учасникам розмістити паперовий силует людини на великому аркуші паперу.

Запитання для обговорення:

- Що нагадує вам ця картина? (клас, суспільство, в якому ми живемо)
- Що допомагає нам, незважаючи на наші відмінності, жити в злагоді?

Вправа 5. «Колаж». Вправа, зазвичай, виконується індивідуально, хоча можливо, за бажанням учасників, можна проводити її і в мікрогрупах. В якості основи для колажів використовуються аркуші паперу формату А2-А3 або світлі шпалери. Окрім звичайного комплексу образотворчих матеріалів для колажу (фломастери, фарби, ілюстровані журнали, з яких можна вирізати потрібні картинки), доречно прохати учасників принести для виконання цієї вправи декілька власних фотографій, що відображають важливі події їх життя. На виконання колажів відводиться 35-50 хв., потім проводиться їх презентація. Вона організується як екскурсія, під час якої кожен з учасників по черзі виступає в ролі екскурсовода, який презентує свою композицію (3-5 хв. на людину).

Обговорюється:

- Які емоції та почуття виникали в процесі роботи та виникають зараз, під час перегляду готових колажів?
- Що нового вдалося зрозуміти про себе, свої життєві цілі й цінності?
- Наскільки можна досягнути майбутнього, зображеного на малюнку, на що можна спиратися, аби воно втілювалося у реальність?

Заняття 8

Вправа 1. «Квадрат». У кожного з нас є певне уявлення про самого себе, про ті ролі, які б він хотів виконувати у житті, про свої сильні сторони і слабкості, про особливості своєї особистості. Ми відчуваємо себе щасливими тоді, коли можемо жити у відповідності до цього образу себе, як в особистому,

так і в професійному житті. Однак, часто ми вважаємо, що в професійній діяльності не слід проявляти свою особистість. І тоді відносно швидко починаємо відчувати напругу та незадоволеність роботою. Тому кожному пропонується намалювати наступну схему: посередині аркуша треба намалювати квадрат і вписати в нього такі особливості особистості, які здаються учасникам важливими для професійної діяльності. Навколо квадрату необхідно вписати ті якості, які учасники не можуть використовувати в професійній діяльності, тому що з їх точки зору вони не потрібні і, більш того, є недоречними (30 хвилин). Потім всі учасники по черзі презентують свої схеми. Решта учасників діляться своїми враженнями. Дуже важливий момент в роботі тренінгової групи – це самозвіти учасників тренінгу, завдяки яким можна зрозуміти відношення до проведеного заняття, внутрішній стан та відчуття кожного учасника.

Вправа 2. «Мій досвід і моменти професійної діяльності». Пригадайте якусь подію з вашого власного професійного досвіду. Яка професійна ситуація запам'яталася, стала вирішальною? Проаналізуйте нетипову подію з професійної діяльності, постарайтеся зрозуміти, чому подія трапилася, якою була ваша поведінка, чим вона була обумовлена, що на неї вплинуло, що було добре, чого не відбулося. Зробіть висновки про причини і можливі способи усунення зроблених раніше помилок, недоліків або способи досягнення ще більшого позитивного результату.

Вправа 3. «Премія».

Тренер оголошує, що кожному учаснику необхідно уявити ситуацію, в якій його нагороджують досить значною премією за успіхи у роботі. Завдання полягає в тому, щоб визначитися, за що саме він може її отримати, які професійні якості заслуговують на увагу. Після проведеного самоаналізу учасники діляться своїми думками та отримують зворотні зв'язки від колег.

Вправа 4. «Самопрезентація».

Учасникам пропонується провести самопрезентацію себе як професіонала. Для цього кожному потрібно уявити якомога повніше психологічний портрет людини, з якою буде проходити спілкування. Самопрезентація буде проводитися за наступною схемою: Учасники готують завдання. Після 10 хвилин починається самопрезентація і обговорення в групі. Всі члени групи включаються в обговорення запитань, які ставить керівник:

– які прийоми використовувалися вами при створенні портрету партнера по спілкуванню?

– чому саме ці техніки були обрані для спілкування?

– чи враховували ви особливості вашого темпераменту, характеру для розробки моделі спілкування?

– наскільки відрізняється ваша модель від звичного для вас способу поведінки?

Вправа 5. «П'ять кроків». Керівник пропонує групі вибрати будь-яку цікаву професійну мету. Групі пропонується визначити уявлену людину, яка повинна досягти цю мету. Учасники повинні назвати її головні характеристики за наступними позиціями: стать, вік (бажано аби ця людина була однолітком гравців), успішність в навчанні, матеріальне становище, соціальний статус батьків і близьких людей. Кожен учасник на окремому аркуші повинен виділити головні п'ять елементів (п'ять кроків), які забезпечили б досягнення обраної мети. Всі запропоновані варіанти обговорюються в групі.

Далі всі розподіляються на мікрогрупи по 3–4 учасника. Кожна мікрогрупа формулює одну життєво важливу мету, виробляє п'ятикроковий план з досягнення цієї мети і презентує її для всієї групи. Інші учасники можуть задавати уточнюючі питання. Можлива невелика дискусія.

Заняття 10

Вправа 1. «Лист до себе». На окремому аркуші паперу напишіть листя самому собі, якими ви бачите себе наприкінці тренінгу. Опишіть. Свої очікування від занять, власні цілі, наскільки, в чому, як ви змінитесь. Також запишіть, як ви зараз думаете, в результаті якої події ви могли б стати більш особистісно зрілим. Це буде ваш лист у майбутнє, який ви відкриєте на останньому занятті. Зверху на згорнутому аркуші намалюйте позначку, за якою ви впізнаєте свій лист. Тоді ж зможете проаналізувати власні очікування. До останнього заняття ваші листи будуть зберігатися у ведучого».

Вправа 2. «Валіза». Один із членів групи виходить із кімнати, а інші починають збирати йому в далеку дорогу «валізу». У цю «валізу» набирається те, що, на думку групи, допоможе людині в особистісному і професійному рості, всі позитивні характеристики, які група особливо цінує в ньому. Але обов'язково вказується й те, що заважає людині, її негативні прояви, над чим їй необхідно активно попрацювати. Обирається «секретар». Він ділить аркуш вертикально навпіл, на одній стороні ставиться знак «+», на іншій – «-». Для доброї «валізи» потрібно не менше 5–7 характеристик з тієї й іншої сторони. Потім входить член групи, йому зачитується й передається цей список.

Вправа 3. «Мішень». Незважаючи на те, що в кінці тренінгового дня підбивається підсумки групової роботи, які дозволяють слідкувати за всіма процесами, що відбуваються у групі, обов'язковою процедурою завершення багатоденного тренінгу повинно бути підбиття підсумків і оцінки отриманих результатів, як усією групою, так і кожним її членом. Цей процес має кульмінаційний характер, якщо супроводжується глибокою рефлексією всієї

групової роботи, емоційністю, вдячністю всім учасникам яким досягнуті такі результати, й гіркотою розлучення.

На цьому етапі роботи тренінгу не тільки підбиваються підсумки у цілому, а також намічаються шляхи подальшої роботи над собою кожним членом групи. Тут учасники висловлюють своє ставлення до тренінгу як активного методу розвитку психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах.

Вами проведена велика внутрішню робота щодо самосприйняття, самоаналізу, самопізнання, самооцінки, саморозвитку, які спонукали вас до найскладнішої роботи – психологічної готовності до виконання службово-бойових завдань в екстремальних умовах.

На закінчення кожному з вас бажаю: мужність –змінити те, що можна змінити в собі; смирення – прийняти те, що змінити в собі неможливо; розуму – щоб відрізнити одне від іншого. Ця мудрість повинна стати для вас керівництвом до дій при проходженні служби у Збройних Силах України.

Вправа 4. «Підсумок та настанови». Підбиття підсумків. Що лежить в основі того, що сподобалося (не сподобалось) на тренінгу? Що може бути критерієм результативності тренінгового заняття?