

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

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський)
Освітній рівень

**«СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИКОНАННЯ
ПРОФЕСІЙНИХ ОBOB'ЯЗКІВ ЖІНКАМИ-
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВИЦЯМИ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ»**

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

23092

Номер індивідуального навчального плану студента

Виконала: студентка II курсу, група СРМ-22-1


Підпис

Діана ПОЛЖАК
Ім'я, прізвище

Керівник: доктор педагогічних наук, професор
науковий ступінь, вчене звання


Підпис

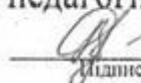
Юрій БРИНДКОВ
Ім'я, прізвище

Нормоконтролер

За захисту допускаю:

з кафедри соціальної роботи і соціальної педагогіки

кандидат педагогічних наук, доцент


Підпис

Олена ВАСИЛЕНКО
Ім'я, прізвище

09 грудня 2024 р.

Хмельницький 2024

АНОТАЦІЯ

Тема кваліфікаційної роботи: «Соціально-психологічні особливості виконання професійних обов'язків жінками-військовослужбовицями Збройних сил України»

Здобувач: Діана ПОЛІЖАК
Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Керівник: Юрій БРИНДІКОВ
Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Кваліфікаційна робота включає 70 сторінок, з них основного тексту 60, 4 таблиці, 3 рисунки, список наукових джерел посилення включає 42 найменування, 3 додатки.

Ключові слова: жінки-військовослужбовиці, військовослужбовці, гендерні стереотипи, інтеграція, військова служба, військове керівництво.


Об'єктом дослідження є професійна діяльність жінок-військовослужбовиць в лавах Збройних сил України.

Предметом дослідження є соціально-психологічні особливості професійної діяльності жінок-військовослужбовиць Збройних сил України.

За результатами дослідження надано інформацію щодо соціально-психологічних проблем жінок-військовослужбовиць під час несення служби, які вимагають відповідних знань від військового керівництва при професійній взаємодії із зазначеною категорією осіб.

Запропоновано впровадження Програми занять «Профілактика та подолання синдрому професійного вигорання жінок-військовослужбовиць в Збройних Силах України» .

Підготовлено висновки та рекомендації щодо оптимізації професійної діяльності військового керівництва з жінками-військовослужбовицями. Одержані результати можуть використовуватись військовим керівництвом в роботі з жінками-військовослужбовицями, задля поліпшення умов несення служби жінками-військовослужбовицями Збройних сил України.

Здобувач  Діана ПОЛІЖАК
Підпис Ім'я, ПРІЗВИЩЕ

Дата подання дипломної роботи до захисту 09 грудня 2024 року.

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет гуманітарно-педагогічний

Кафедра соціальної роботи і соціальної педагогіки

Освітній рівень другий (магістерський)

Галузь знань 23 Соціальна робота

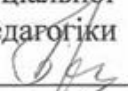
Спеціальність 231 Соціальна робота

Освітня програма Соціальна робота. Соціальна педагогіка

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

соціальної роботи і соціальної педагогіки

 Юрій БРИНДКОВ

підпис

протокол № 5 від 14 грудня 2023 р.

ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Діани ПОЛІЖАК

1. Тема кваліфікаційної роботи: «Соціально-психологічні особливості виконання професійних обов'язків жінками-військовослужбовицями Збройних сил України»
2. Керівник кваліфікаційної роботи: Юрій БРИНДКОВ, доктор педагогічних наук, професор
Затверджено наказом ректора університету від 26 серпня 2024 р. № 60
2. Строк подання здобувачем роботи на кафедру 09 грудня 2024 р.
3. Вихідні дані до роботи: матеріали звіту з переддипломної практики, Методика діагностики рівня соціальної фрустрації Л. І. Вассермана (модифікація В. В. Бойко); Опитувальник «Діагностика професійного вигорання» (К. Маслач, С. Джексон в адаптації Н. Е. Водоп'янової). В дослідженні взяли участь 52 жінки-військовослужбовиці різного віку.
4. Зміст кваліфікаційної роботи (перелік питань, які потрібно розробити): вступ, розділ 1. Теоретичні основи історії жіноцтва в армії на досвіді різних країн і в різні часи у наукових джерелах, нормативно-правові акти якими регулюються соціальний супровід і підтримка військовослужбовців і жінок-військовослужбовиць Збройних сил України; розділ 2. Емпіричне дослідження соціально-психологічних особливостей виконання професійних обов'язків жінками-військовослужбовицями Збройних сил України; висновки до розділу; висновки, перелік джерел посилання, додатки.
5. Перелік графічного матеріалу (із зазначенням обов'язкових креслень)
3 рисунки, 4 таблиці.

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

№ з/п	Назва етапів (розділів) кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапу роботи	Примітки
1	Вибір теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження, постановка мети і завдань.	До 09 грудня 2023 р.	Виконано
2	Визначення теоретико-методологічних засад дослідження. З'ясування актуальності проблеми.	До 01 лютого 2024 р.	Виконано
3	Оформлення вступу кваліфікаційної роботи.	До 01 березня 2024 р.	Виконано
4	I розділ кваліфікаційної роботи.	До 10 червня 2024 р.	Виконано
5	II розділ кваліфікаційної роботи.	До 01 листопада 2024 р.	Виконано
6	Загальні висновки.	До 20 листопада 2024 р.	Виконано
7	Оформлення кваліфікаційної роботи.	До 10 грудня 2024 р.	Виконано
8	Попередній захист кваліфікаційної роботи.	21-22 листопада 2024 р.	Виконано
9	Захист кваліфікаційної роботи (відповідно графіку)	19-20 грудня 2024 р.	Виконано

Здобувач  Діана ПОЛЖАК

Керівник роботи  Юрій БРИНДІКОВ

ЗМІСТ

СКРОЧЕННЯ ТА УМОВНІ ПОЗНАЧКИ.....	6
ВСТУП.....	9
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИКОНАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ОБОВ’ЯЗКІВ ЖІНКАМИ-ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВИЦЯМИ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ	10
1.1 Історія жіноцтва у військовій справі: світовий та вітчизняний досвід.	17
1.2 Нормативно-правова база соціального супроводу та підтримки військовослужбовців Збройних сил України.....	24
1.3 Соціально-психологічні особливості професійної діяльності жінок- військовослужбовиць Збройних сил України.....	31
Висновки до розділу.....	34
РОЗДІЛ 2 ДІАГНОСТИКА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЖІНОК- ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВИЦЬ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ.....	35
2.1 Опис методологічного інструментарію емпіричного дослідження та аналіз отриманих даних.....	44
2.2 Програма занять «Профілактика та подолання синдрому професійного вигорання жінок-військовослужбовиць в Збройних Силах України».....	52
2.3 Науково-практичні рекомендації представникам військової сфери щодо покращення психологічної підтримки та превенції професійного вигорання.	56
Висновки до розділу.....	58
ВИСНОВКИ.....	60
ПЕРЕЛІК ДЖЕРЕЛ ПОСИЛАННЯ.....	64
ДОДАТКИ.....	65
ДОДАТОК А.....	66
ДОДАТОК Б.....	68
ДОДАТОК В.....	70

СКОРОЧЕННЯ ТА УМОВНІ ПОЗНАЧКИ

ЗСУ - ЗБРОЙНІ СИЛИ УКРАЇНИ

УБД - УЧАСНИК БОЙОВИХ ДІЙ

ЗУ - ЗАКОН УКРАЇНИ

МОУ - МІНІСТЕРСТВО ОБОРОНИ УКРАЇНИ

УПА – УКРАЇНСЬКА ПОВСТАНСЬКА АРМІЯ

ПТСР - ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД

ГО – ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Тенденція гендерної рівності поступово починає охоплювати всі сфери життя. І військова сфера не є виключенням. Особливо близькою і актуальною є ця тема для України. Кількість жінок-військовослужбовиць, що проходили службу у Збройних силах України до повномасштабного вторгнення 24 лютого 2022 року складно назвати, і на це є ряд причин. Наприклад, постійні кількісні зміни, і не завжди точні чи своєчасно опубліковані статистичні дані. Та після повномасштабного вторгнення їх кількість значно зростає. Станом на 2024 рік у Збройних силах України служать 68 тисяч жінок, з яких 48 тисяч є військовослужбовицями, а 5 тисяч виконують бойові завдання в зоні активних дій. Для порівняння, станом на жовтень 2023 року їх було 43 тисячі, що свідчить про поступове залучення більшої кількості жінок до військової служби [17; 27; 13].

Повномасштабне вторгнення росії в Україну зіграло роль рушійної сили процесів інтеграції жінок у Збройні сили України. Тисячами жінки стали долучатися до боротьби за свободу і незалежність України та доєднуватися до лав Збройних сил України. І кожного дня жінки-військовослужбовиці доводять, що вони можуть виконувати найрізноманітніші завдання, нарівні з чоловіками, від якихось адміністративних завдань у штабі і до виконання завдань безпосередньо в зоні активних бойових дій. Це обумовлює актуальність дослідження особливостей виконання ними професійних функцій, що має велике значення для забезпечення ефективності діяльності Збройних сил України. Окрім того, питання гендерної рівності та розширення прав жінок у військових структурах є важливою складовою реформування української армії. В останні роки значно зріс кількісний показник жінок, які несуть службу у різних військових підрозділах, що зумовлює потребу звернення уваги на їхні потреби і особливості під час планування та організації військової діяльності. І незважаючи на незначні успіхи в питанні гендерної рівності, жінки-військовослужбовиці продовжують стикатися з безліччю викликів: гендерними

стереотипами, проблемами кар'єрного зростання та специфічними умовами виконання службових завдань.

Отже, резюмуючи - актуальність даної теми обумовлюється необхідністю розуміти психологічні та соціальні аспекти виконання професійних обов'язків жінками-військовослужбовцями. Високе навантаження та гендерні стереотипи створюють низку додаткових перешкод для них, що вимагає детального дослідження.

Об'єкт дослідження: професійна діяльність жінок-військовослужбовиць в лавах Збройних сил України.

Предмет дослідження: соціально-психологічні особливості професійної діяльності жінок-військовослужбовиць Збройних сил України.

Мета дослідження: теоретично та емпірично дослідити особливості виконання професійних обов'язків жінками-військовослужбовицями Збройних сил України та на основі матеріалів дослідження розробити науково-практичні рекомендації щодо підвищення ефективності такої взаємодії.

Відповідно до предмета та мети визначено такі **завдання дослідження:**

1. Проаналізувати хронологію ролі та місця жінок у військових структурах України та інших країн, з акцентом на досвід, який може бути корисним для Збройних сил України;
2. Визначити особливості виконання професійних обов'язків жінками-військовослужбовицями, в тому числі участь в бойових діях;
3. Емпіричним шляхом дослідити соціально-психологічні особливості виконання професійних обов'язків жінками-військовослужбовицями Збройних сил України;
4. Розробити програму занять «Покращення психологічної підтримки та превенції професійного вигорання жінок-військовослужбовиць в Збройних Силах України» та науково-практичні рекомендації для покращення умов виконання професійних обов'язків жінками-військовослужбовицями Збройних сил України.

Методи дослідження: У ході дослідження нами було використано комплекс загальнонаукових методів:

теоретичні методи (аналізу, синтезу, порівняння, узагальнення) для висвітлення наукових поглядів щодо поняття емоційного інтелекту, його змісту, структури та соціально-педагогічних особливостей, визначення ролі у професійній діяльності соціального працівника; емпіричні методи (Методика діагностики рівня соціальної фрустрації Л. І. Вассермана (модифікація В. В. Бойко) та опитувальник «Діагностика професійного вигорання» (К. Маслач, С. Джексон в адаптації Н. Е. Водоп'янової); методи кількісної та якісної обробки результатів дослідження, для перевірки валідності та надійності отриманих результатів, а також для їх інтерпретації.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що результати кваліфікаційної роботи можна використовувати для вдосконалення умов служби жінок у Збройних силах України, а також для розробки програм психологічної підтримки, підвищення задоволеності умовами служби та профілактики професійного вигорання.

Експериментальна база дослідження: дослідження здійснювалося на базі Хмельницького міського центру соціальних служб. Вибірку склали 52 жінки-військовослужбовиці Збройних сил України.

Апробація: Результати експериментального дослідження були висвітлені у науковій статті та доповіді, яка була підготовлена та представлена: Університетські записки: Часопис Хмельницького університету управління та права імені Леоніда Юзькова, 2024 №6 С. 65-68 [31]

Структура роботи: Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, переліку джерел посилання.

РОЗДІЛ I ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИКОНАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ОBOB'ЯЗКІВ ЖІНКАМИ-ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВИЦЯМИ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

1.1 Історія жіноцтва у військовій справі: світовий та вітчизняний досвід

Феномен участі жінок у Збройних Силах України набуває особливої актуальності в сучасних умовах і потребує аналізу з різних перспектив: гендерної нерівності, соціально-психологічних аспектів та стереотипізації. Одним із важливих аспектів для вивчення є вплив гендерно зумовлених стереотипів на сприйняття ролі жінок у військовій сфері. Історично склалося уявлення, що військова служба є виключно чоловічою сферою діяльності, тоді як жінкам відводилась роль берегинь сімейного затишку. Проте сучасні зміни в законодавстві, зокрема в Україні, спрямовані на подолання цих стереотипів і забезпечення рівних прав та можливостей для жінок у військовій справі. Жінки, які попри всі труднощі вступають до лав Збройних Сил, активно сприяють руйнуванню уявлень про те, що захист держави є виключно чоловічим обов'язком. Їхній приклад переконливо демонструє, що здатність до військової служби визначається не статтю, а особистісними якостями та професійними здібностями [3].

Українські науковці досить активно досліджують ролі жінок-військовослужбовиць у Збройних силах України, особливо беручи до уваги ті воєнні події, які ми зараз переживаємо. Серед дослідників феномену жінки в лавах ЗСУ, можна виділити наступних науковців: соціологиня, доктор політичних наук, професорка Т. Семигіна у своїх працях досліджувала психосоціальну підтримку ветеранів/-нок та членів їхніх сімей; доктор педагогічних наук, професор Ю. Бриндіков у своїх дослідженнях вивчав соціальну роботу з військовослужбовцями учасниками бойових дій та реабілітацію військовослужбовців учасників бойових дій в системі соціальних служб.

Доктор юридичних наук, професор О. Синявська у своїх роботах проводила дослідження щодо захисту прав жінок-військовослужбовиць в умовах російсько-української війни.

Ці науковці займаються висвітленням питань, що стосуються гендерних питань та інтеграції жінок у військові структури.

Історія участі жінок у військовій справі має глибокі історичні корені та багате документальне підтвердження. Одним із найяскравіших символів жінки-воїна є образ амазонки, легендарної воїтельки давньогрецької міфології. Хоча цей образ має міфологічний характер, він уособлює уявлення про жінку як сміливу, відважну та здатну на рівних брати участь у боях поряд із чоловіками [14].

В Європі прикладом жінки-воїна є Жанна д'Арк, яка в період Столітньої війни очолила французьке військо та здобула низку визначних перемог. Її діяльність не лише вплинула на хід військових подій, але й продемонструвала здатність жінок бути ефективними лідерами у військовій сфері.

У культурах Давнього Китаю та Японії жінки самурайського походження також брали участь у військових кампаніях. В епоху античності жінки не лише воювали, а й очолювали армії своїх народів, залишаючи помітний слід в історії військової справи. Ці приклади ілюструють, що роль жінок у війнах і військовому керівництві виходить далеко за межі стереотипів і культурних обмежень [10].

Підсумовуючи, можемо дійти висновку, що насправді у багатьох культурах існували воюючі жінки, які брали зброю до рук, щоб захищати свій дім, себе та родину. І фактично в армії вони завжди займали важливе місце, але нажаль довгий час їх участь не помічали або не хотіли помічати чи обмежували лише допоміжними функціями.

Довгий час жінки змушені були видавати себе за чоловіків, щоб приймати участь у бойових діях, в їх бік летіли звинувачення в кумівстві та інтимних зв'язках заради кар'єрного зростання; їм перешкождали в отриманні військової освіти, цькували й принижували. Розглянемо на прикладі Сполучених штатів Америки: жінки-військовослужбовці були частиною американського війська, ще

з часів Американської революції. Формально вони виконували обов'язки кухарок, прачок та медсестер, але насправді багато з них таємно брали участь у боях пліч-о-пліч із власними чоловіками. Деякі навіть переодягалися в чоловічий одяг та придумували собі чоловічі імена, щоб отримати можливість виконувати інші, більш важливі завдання, такі як шпигунство чи перевезення контрабанди. Вже у 1917 році жінкам офіційно було дозволено вступати до лав армії. Тоді близько тридцяти тисяч жінок додалися до війська, в якості найрізноманітніших професій. Під час Другої світової війни їх кількість зросла з тридцяти тисяч до чотирьохсот тисяч, і відтак розуміння "військової справи", як суто чоловічого заняття змінилося. Адже під час Першої та Другої світових війн, в ряді країн таких, як Німеччина, Сербія, Україна і знову ж таки тієї самої Америки - жінки активно служили як медики, зв'язкові, пілоти та навіть снайпери (до прикладу: Людмила Павличенко, радянська снайперка, з понад 300 підтвердженими вбивствами і Марина Раскова - льотчиця, яка відзначилася в боях під час Другої світової війни) [18].

Що стосується вітчизняного досвіду, то, до прикладу, серед усіх військ «антигітлерівської» коаліції, в радянському війську чисельність жінок-військовслужбовиць була найбільшою. Катерина Кобченко, українська дослідниця жіночої та гендерної історії, феміністка, наукова співробітниця Центру українознавства філософського факультету КНУ імені Тараса Шевченка, а також членкиня правління Української асоціації досліджень жіночої історії, акцентує увагу на особливостях участі жінок у радянській армії. Вона зазначає, що феномен радянської армії полягав у рівноправній участі жінок і чоловіків у бойових діях, що було нетиповим для більшості інших країн, де жінки здебільшого не допускалися до участі у війні.

Дослідниця підкреслює, що "жіночий досвід війни – як у радянській армії, так і в українському визвольному русі – це не лише героїзм і перемоги, але також страждання та забуття". Попри існування героїчних наративів про участь жінок у Другій світовій війні, історія їхньої діяльності у військових діях та тилу залишалася неповною. Значна частина аспектів, пов'язаних із жіночим досвідом

війни, тривалий час замовчувалася. Зокрема, це стосується періоду окупації, трагічних подій Голокосту, примусового вивезення на роботи до Німеччини, а також долі жінок-військовополонених, жінок у концентраційних таборах і замовчуваних випадків сексуального насильства[34].

Особливу увагу дослідниця звертає на те, що сексуальне насильство, хоча й замовчувалося, мало місце не лише з боку окупаційної влади Вермахту, але й з боку представників армії "визволителів" під час їхнього руху Європою. Ці складні й часто травматичні теми досі залишаються недостатньо дослідженими та потребують глибшого аналізу з урахуванням жіночої перспективи.

Адже самі такі аспекти найкраще показують весь зміст і суть війни, як глибокої драми та біди, саме в таких умовах люди змушені робити непростий вибір, як вчиняти далі, і як намагатися вижити. Велика кількість жінок залишилася з таким вибором сам на сам. Потрібно було вирішувати далі, як вижити, як захиститися самій та захистити дітей чи родину [16].

Героїчний наратив про війну, нажаль, зіграв не на користь. Тому-що, висвітлюючи війну, як щось переможне, і в той самий час легке – без належної уваги залишався руйнівний вплив війни на життя кожної дотичної до неї людини. Саме жіночий досвід, настільки був сповнений трагічністю, що більшість з них замовчували про нього до кінця свого життя. Тому що, все що стосувалося слабкості в радянський час було табуйованою темою. Акцентувалася увага завжди на подвигах і героїзмі. І якщо людина не вписувалася в цю сферу, її досвід автоматично ставав теж табуйованим. І навіть потрапляння в полон відносилось до табуйованої теми, а особливо якщо полоненою була жінка – то вона автоматично ставала об'єктом підозр у зраді, і визнавалася колаборантом. І знову ж таки, таке ставлення обумлене гендерними стереотипами, адже жінок часто звинувачували у так званій «сексуальній колаборації» з ворогом, і в низці інших гріхів, що змушувало жінок пронести свій досвід, який вони не обирали, крізь усе життя – нерозкритим. Таким чином вони боролися за своє життя, приховуючи деталі своєї біографії за часи війни [31].

Отже, жінок у радянській армії було багато. Вони виконували найрізноманітніші функції та завдання, нарівні із чоловіками. Вражає те, що проживаючи страшний час, проходячи крізь страшні обставини, кожного дня втрачаючи побратимів, друзів – вони все одно намагалися не забувати не дивлячись на всі умови та обставини, що вони впершу чергу все ж таки жінки. Попри все, вони всіма силами намагалися зберегти свою жіночність. Не дивлячись на ряд причин, патріотизм, любов до Батьківщини – які привели їх на фронт, вони не хотіли ставати в рамки війни, вони хотіли попри все залишатися в першу чергу , привабливими жінками.

Українські жінки ще з часів козаччини брали участь у національно-визвольних рухах та війнах. Брали участь у повстанському русі УПА. І не просто забезпечували армію в тилу, не обмежувалися тільки виключно допоміжними функціями, як це було у світовому досвіді, а брали активну участь, і що немало важливо зазначити – відкрито, у повстаннях та війнах. І навіть були випадки коли жінки ставали ватажками загонів та навіть командирами. Вони є прикладом надзвичайного патріотизму, жаги до свободи та незалежності. Їх завдання заключалося не тільки в активних бойових діях, а часто й у підпільних, що були не менш важливими і небезпечними. Їхня боротьба демонструє значення національної та громадянської ідентичності, цей досвід залишає важливий слід у національній пам'яті України. Героїчний приклад жінок в УПА – це джерело натхнення для теперішнього покоління, особливо тепер, коли ми знову змушені боротися за свою свободу та виборювати незалежність. Їхній приклад вартий стати прикладом для наслідування, і ним варто пишатися [11; 13].

За останні десятиліття роль жінок у військових структурах дещо зросла (див. табл.1.1).

Таблиця 1.1. Зростання ролі жінок у військових структурах

Рік	Зміст зростання ролі жінок-військовослужбовиць
1990 рр.	Жінки мали обмежені можливості для служби у війську, переважно в адміністративних та медичних спеціальностях, їх роль у війську часто зводилася до підтримувальних функцій, і вони майже не залучалися до бойових підрозділів.
2000-2014 рр.	Жінки почали отримувати доступ до ширшого спектра військових посад, але ще існували обмеження щодо бойових спеціальностей.
2014-2022 рр.	Російська агресія стала переломним моментом, коли жінки активно долучилися до бойових дій, добровольчих батальйонів і армійських структур та у суспільстві та армії почали визнавати важливу роль жінок у захисті країни.
2022 – дотепер	Після повномасштабного вторгнення Росії в Україну жінки стали невід’ємною частиною оборони країни та влада спростила процедуру мобілізації та контрактної служби для жінок.

У 21 столітті, хоча й залишилися деякі прогалини і недопрацювання, але участь жінок у Збройних силах стала офіційно дозволеною. І тепер жінки в армії можуть не тільки забезпечувати армію з тилу, а й виконувати бойові завдання і навіть займати командирські посади. І Україна є яскравим прикладом такої держави, де роль жінки-військовослужбовиці сильно зросла ще після проголошення незалежності і особливо після подій 2014 року, тоді багато жінок добровільно брали до рук зброю і доєднувалися до Збройних Сил України. Жінки почали нести служби за різними напрямками, почали виконувати обов’язки медиків, розвідників та навіть командирів підрозділів і снайперів [42].

Під час повномасштабного вторгнення кількість жінок в ЗСУ знову різко зросла. За статистичними даними Міністерства оборони України станом на 2024 рік в українській армії служить біля 68 тисяч жінок [10; 15]. Попри те, що у війську зростає кількість жінок, у інформаційному просторі вони мало з'являються. Тобто, як експертки, жінки зі своїми коментарями з'являються рідше. Чоловіки-військові їх практично витіснили.

Вдосконалення умов проходження військової служби і організація комфортної обстановки несення служби має бути пріоритетом для Міністерства оборони України. Розробка нових стандартів військової форми, адаптованої відповідно до фізіологічних особливостей та потреб жінки, а також забезпечення на постійних засадах психологічної підтримки, під час несення служби і по завершенню їхнього шляху у війську - є надзвичайно важливими складовими для покращення умов служби в ЗСУ жінками та збільшення мотивації жінок присвятити своє життя військовій сфері. Адже служба в армії залишає вагомий психологічний слід на все життя [40].

Зміни в законодавстві України повинні бути спрямовані на те, щоб забезпечувати рівні права права у військовій сфері, як для чоловіків так, і для жінок. Як от наприклад, у 2018 скасували низку військових спеціальностей, що були під забороною для жінок - військовослужбовиць. Вони повинні дозволяти жінці займати всі посади військової сфери і це вказуватиме на рівноправне ставлення держави до жінки у Збройних силах та на євроінтеграційний напрямок нашої країни [3].

Отже, історія жіноцтва у військовій справі доводить, що жінки завжди докладали вагомий внесок у збройні конфлікти, хоча він майже завжди залишався непоміченим. Події в Україні 2014 року та 2022 року демонструють, що насправді жінки можуть досить добре виконувати бойові завдання та навіть займати керівні посади, і тим самим руйнуючи стереотип про традиційну роль жінок у суспільстві. Та все ж на даний час жінки в армії, це феномен, а має бути буденність, бо роль жінок у збройних силах є важливим та багатограним

явищем - що наразі ще перебуває на межі соціальних та культурних трансформацій [39].

Жінки, які сьогодні служать у військових структурах, не лише виконують важливу роль у захисті держави, але й кидають виклик усталеним гендерним стереотипам, які трактують військову службу як суто чоловічу сферу. Їхній внесок у підвищення боєздатності країни є значним, а роль продовжує зростати в умовах сучасних загроз. З одного боку, досягнення жінок у військовій сфері свідчать про значний прорив у питанні гендерної рівності, однак, з іншого боку, вони досі стикаються з певними перешкодами, які ускладнюють їхню повну інтеграцію до Збройних Сил [19].

Військовослужбовиці, які сьогодні служать у військових структурах, не лише виконують важливу роль у захисті держави, але й кидають виклик усталеним гендерним стереотипам, які трактують військову службу як суто чоловічу сферу. Їхній внесок у підвищення боєздатності країни є значним, а роль продовжує зростати в умовах сучасних загроз. З одного боку, досягнення жінок у військовій сфері свідчать про поступ у питанні гендерної рівності, однак, з іншого боку, вони досі стикаються з певними перешкодами, які ускладнюють їхню повну інтеграцію до Збройних Сил України. Серед таких перешкод можна виділити недостатню адаптацію військової інфраструктури до потреб жінок, упередження з боку колег та недостатнє висвітлення їхніх досягнень у суспільстві. Попри це, жінки у війську демонструють високий професіоналізм, витривалість та лідерські якості, що не лише сприяє подоланню цих труднощів, але й формує новий підхід до питання гендерної рівності в Україні [20].

1.2 Нормативно-правова база соціального супроводу та підтримки військовослужбовців Збройних сил України

Соціальний супровід та підтримка військовослужбовців є одним із найголовніших завдань держави, а особливо під час війни. Українське законодавство має гарантувати військовослужбовцям/-вицям та членам їх родин

захист їх прав, як під час проходження військової служби так і коли за певних обставин військовослужбовець припиняє свою військову кар'єру. Держава має гарантувати створення належних умов для проходження служби, забезпечення соціальних гарантій і допомоги в разі поранення. В цьому розділі ми будемо аналізувати основні нормативно-правові акти, що повинні регулювати соціальну підтримку та забезпечення військових, зокрема військовослужбовиць - жінок.

Для початку розберемо, що таке нормативно-правова база це основа, що на рівні держави регулює діяльність будь-яких підприємств та організацій, в незалежності від форми їх власності, сфери діяльності чи масштабів роботи. Нормативно-правова база, що спрямована на соціальний супровід та захист військовослужбовців/-виць ЗСУ, регулює діяльність військових частин та містить в собі цілий ряд законів, постанов та указів, які спрямовані на визначення прав, пільг і соціальних гарантій для жінок-військовослужбовиць, військовослужбовців та їхніх сімей.

Соціальний захист військовослужбовців - це основна та важлива державна функція, що спрямована на створення комплексної системи правових та соціальних гарантій. Ця система забезпечує реалізацію конституційних прав і свобод військовослужбовців, задоволення їхніх матеріальних і духовних потреб із урахуванням специфіки військової служби та особливого статусу, який вони мають у суспільстві. Механізми соціального захисту охоплюють забезпечення у випадках повної, часткової або тимчасової втрати працездатності, втрати годувальника, вимушеного безробіття, досягнення пенсійного віку чи виникнення інших обставин, визначених законодавством. Основною метою цих заходів є підтримання соціальної стабільності та підвищення морально-психологічного стану у військовому середовищі [18].

Особливої уваги заслуговує питання соціального захисту жінок-військовослужбовиць. Вони мають рівні з чоловіками права на соціальні гарантії, передбачені законодавством, зокрема в частині пенсійного забезпечення, медичного обслуговування, компенсацій та інших пільг. Водночас жінки-військовослужбовиці додатково користуються спеціальними правами,

пов'язаними із захистом материнства та дитинства. До таких гарантій належать відпустки у зв'язку з вагітністю та пологами, відпустки для догляду за дитиною, а також пільги щодо працевлаштування після завершення військової служби. Додатково, ми вважаємо, що державна політика в цій сфері має враховувати зростаючу роль жінок у військових структурах, що обумовлює потребу в удосконаленні нормативно-правових актів. Це сприяє створенню умов для забезпечення рівності статей у військовій сфері, усуненню дискримінаційних бар'єрів і поліпшенню соціального забезпечення всіх категорій військовослужбовців. Таким чином, соціальний захист військових, особливо жінок, є не лише елементом підтримання соціальної справедливості, але й важливим чинником підвищення ефективності Збройних Сил загалом [2].

Базові нормативно-правові акти, що стосуються врегулювання та забезпечення прав та соціальних гарантій військовослужбовців та військовослужбовиць включає такі нормативно-правові акти, як:

Законодавство, що регулює питання соціального та правового захисту військовослужбовців і членів їхніх сімей, ґрунтується передусім на положеннях Конституції України. Основний Закон держави закріплює загальні права всіх громадян, включно з гарантіями соціального захисту, які поширюються також на військовослужбовців та їхні родини [6].

Закон України «Про Збройні Сили України» є базовим нормативно-правовим актом, який визначає основні та загальні права військовослужбовців. Укази Президента України - встановлюють якісь окремі гарантії, наприклад такі, як підвищення грошового забезпечення чи виплата одноразової допомоги, у окремих випадках;

Постанови Кабінету Міністрів України мають на меті вдосконалення та оптимізацію системи надання соціальної підтримки.

Накази Міністерства Оборони України - націлені на регулювання внутрішніх питань несення служби, що дотичні до службового забезпечення військовослужбовців, тобто порядок надання відпусток чи матеріальних компенсацій за поранення тощо;

Закон України «Про соціальний і правовий захист військовослужбовців і членів їхніх сімей» - це є основний закон, що керує соціальними гарантіями для військовослужбовців та їхніх сімей;

Кодекс законів про працю України та інші нормативні акти - та частина кодексу, що прив'язана до трудових гарантій та умов служби (праці) військовослужбовців;

Закон України “Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту” поширюється на призначення пільг для ветеранів війни, учасників бойових дій, і членів їхніх родин;

20 серпня 2024 року Верховна Рада України ухвалила законопроект № 11483, що передбачає внесення змін до статті 3 Закону України “Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей” - для того, щоб розширити ряд осіб, які підпадають під цей Закон, а саме поширити дію Закону, на військовослужбовців та їхніх сімей, що виконують бойові завдання за межами України, зокрема на території країни-агресора;

Стаття 14 Закону України Про пільги військовослужбовцям та членам їх сімей заключається у: безоплатному проїзді усіма транспортними засобами, окрім таксі, військовослужбовцями, військовослужбовцями, які отримали інвалідність внаслідок бойових дій, а також батьки військовослужбовців, які загинули чи пропали безвісти внаслідок бойових дій.

Така нормативно-правова база потрібна для того, щоб регулювати комплексний підхід до апарату надання соціального супроводу та підтримки військовослужбовців Збройних сил України .

Це була загальна нормативно-правова база для всіх військовослужбовців, незалежно від того чоловік це чи жінка. Наступним розберемо, які ж соціальні гарантії надаються жінкам-військовослужбовицям, у випадку, наприклад - вагітності та якими законами чи указами вони регулюються.

Соціальна підтримка та захист для жінок-військовослужбовиць ЗСУ регулюються такими нормативно-правовими актами:

Пункт 5 статті 11 ЗУ від 20.12.1991 № 2011 «Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей» (з відповідними змінами) жінки-військовослужбовиці ЗСУ мають право на користування усіма пільгами передбаченими законодавством, стосовно соціального захисту жінок, в тому числі материнства і дитинства;

Стаття 35 Закону України «Про загальнообов'язкове державне соціальне страхування у зв'язку з тимчасовою втратою працездатності та витратами, зумовленими народженням та похованням» - визначає страхові випадки, чи умови, коли є доцільним надання підтримки по тимчасовій втраті працездатності, в тому числі й по догляду за хворою дитиною та час на скільки ця допомога буде визначена;

П. 9 статті 10-1 Закону України «Про соціальний і правовий захист військовослужбовців і членів їхніх сімей» передбачає під час дії воєнного стану надання жінкам-військовослужбовця таких соціальних гарантій, як відпустка, що пов'язана з вагітністю та пологами [25].

Варто звернути увагу, що військовослужбовці чи то чоловіки, чи жінки не є застрахованими особами, відповідно цього Закону, тому матеріальне і соціальне забезпечення для них надається за рахунок бюджетних коштів. Отже, в такому випадку жінка-військовослужбовиця має право - на отримання матеріальної підтримки на час її звільнення від несення служби, за тих чи інших обставин, зокрема й по догляду за хворою дитиною.

Українські військовослужбовці-жінки, як ми уже зазначати вище мають право на додаткові відпустки, пов'язані з вагітністю та декретом. Такі відпустки передбачені загальним трудовим законодавством та спеціальними нормами для військових.

Розберемо основні елементи таких відпусток.

Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» - забезпечує, щоб жінки на військовій службі мали і користувалися такими ж правами і пільгами, що й жінки цивільних професій.

Таблиця 1.2. Види декретних відпусток для жінок-військовослужбовців

Види декретних відпусток	Тривалість
Декретна відпустка по вагітності та пологам	тривалість 126 календарних днів (70 днів до пологів та 56 днів після, у разі важких пологів чи народження двох і більше дітей, замість 56 календарних днів, надається 70)
Декретна відпустка по догляду за дитиною (після пологів)	до досягнення дитиною трирічного віку (за бажанням може піти у декрет замість жінки - чоловік). На час цієї відпустки службове місце і матеріальне забезпечення зберігається, але в розмірах соціальної допомоги. Отже, під час відпустки жінка від виконання своїх службових обов'язків звільняється, але її службове місце, матеріальне забезпечення та звання за нею зберігається
Подовжена декретна відпустка по догляду за дитиною	Відпустка декретна по досягненню дитиною трирічного віку може бути подовжена до досягнення дитиною шести років, в разі наявності у дитини інвалідності чи іншої хвороби, що потребує догляду.

Резюмуючи, хочемо зазначити, що суспільство разом із державою має забезпечувати підтримку сімей військовослужбовців та сімей загиблих військовослужбовців, як доказ подяки за їх внесок у захист кожного з нас та захист незалежності нашої Батьківщини. І держава повинна працювати в напрямку забезпечення гідного життя для наших воїнів та їх сімей. Держава пропонує 37 соціальних послуг, які надаються по всій країні. У першому півріччі 2023 року такі послуги отримали майже 15 тисяч сімей військовослужбовців, ветеранів війни та родин загиблих. Найбільшим попитом серед них користуються такі послуги, як інформування щодо отримання гуманітарної допомоги, програм реабілітації та протезування, консультації, зокрема, з питань психологічної підтримки, матеріальна допомога, догляд вдома за хворими чи літніми батьками. Значна увага приділяється допомозі вдовам та вдівцям, які повертаються на ринок праці, зокрема у догляді за дітьми та літніми членами родини [4; 12].

Такі заходи спрямовані на забезпечення гідного життя родинам, які втратили своїх близьких, ветеранам війни та діючим військовим та на відновлення їхньої життєстійкості у складних умовах.

У цьому розділі нами було досліджено та проаналізовано нормативно-правову базу, спрямовану на захист військовослужбовців та їх родин в Україні. В ході проведеного дослідження встановлено, що держава реалізує комплексний підхід до забезпечення соціального та правового захисту військовослужбовців. Цей захист здійснюється через розгалужену систему законодавчих і підзаконних актів, які регламентують надання соціальних гарантій, пільг, медичного обслуговування, пенсійного забезпечення, а також передбачають підтримку членів сімей загиблих військовослужбовців.

Окрім базових соціальних гарантій, система включає заходи, спрямовані на адаптацію військових до цивільного життя після завершення служби, забезпечення належного рівня матеріального утримання під час проходження служби та створення умов для професійного розвитку. Особлива увага приділяється підтримці сімей загиблих військовослужбовців, що включає не

лише фінансову допомогу, але й психологічну підтримку та забезпечення прав їхніх дітей на освіту та соціальний захист.

Таким чином, державна політика у сфері соціального та правового захисту військовослужбовців базується на принципах всебічного підходу, що враховує не лише військові заслуги, а й особисті та сімейні потреби, забезпечуючи тим самим соціальну стабільність і захист прав цієї категорії громадян.

Проаналізувавши основні права військовослужбовців, розуміємо, що закріплено в Конституції України, що гарантує соціальний захист і визнає їхню роль у забезпеченні суверенітету держави. Закони України, такі як «Про соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей» та «Про статус ветеранів війни, гарантії їх соціального захисту», встановлюють чіткі механізми реалізації цих прав. Разом із законодавчими актами важливу роль відіграють постанови Кабінету Міністрів України, які конкретизують порядок виплат і надання пільг у реальних умовах, особливо під час воєнного стану. Діяльність Міністерства оборони України спрямована на забезпечення дотримання цих норм у практичній площині.

Також було досліджено, що сучасна нормативна база зазнає певних викликів, пов'язаних із недостатністю бюджетного фінансування, потребою в адаптації застарілих норм та значним збільшенням кількості осіб, які мають право на пільги. Це вимагає реформування окремих положень для більш ефективного використання ресурсів і відповідності сучасним потребам.

Отже, нормативно-правові акти України створюють міцний фундамент для забезпечення прав військовослужбовців, однак їхня ефективність залежить від фінансової спроможності держави та оперативності адаптації законодавства до нових викликів.

1.3 Соціально-психологічні особливості професійної діяльності жінок-військовослужбовиць Збройних сил України

В теперішній час роботи ЗСУ, а особливо після подій 2022 року (повномасштабного вторгнення сусіда-агресора) значення ефективності виконання своїх обов'язків військовим керівництвом дуже підвищилося. Кожного дня вони зіштовхуються із новими складними завданнями, що стосуються керування бойовими діями, оптимізацію Збройних сил, мобілізацією нових людей до війська та співпрацею із міжнародними партнерами, пристосування до змін у ході війни, зокрема інтеграцією жінок у військо. У форматі сучасного військового сектору та глобального поширення тренду на гендерну рівність роль жінки в ЗСУ сильно змінилася. Збільшення кількості жінок у війську та їх участь у бойових діях поставила перед військовим керівництвом нові задачі. Дуже підвищення ролі жінок у складі ЗСУ є важливим кроком до трансформації сучасної армії. Активна участь жінок у ході повномасштабної війни значною мірою підвищила уваги до таких питань, як рівність та інтеграція їх у у військову сферу.

У цьому розділі ми приділимо увагу якомога ширшому аналізу здобутків та прогалин в роботі військового керівництва Збройних сил України з жінками-військовослужбовцями. І спробуємо проаналізувати, що в подальшому можна буде вдосконалити. Це дасть нам змогу визначити та акцентувати увагу на ключових завданнях та перспективах.

Насправді, забезпечення рівних прав та можливостей для усіх громадян без винятку, і в усіх сферах життя, а не тільки у військовій сфері, і тим більше незалежно від гендеру, має бути базою демократичного суспільства, якщо ми хочемо таким бути. Та зокрема у військовій сфері, гендерна рівність відіграє далеко не останню роль, тому що, на нашу думку ефективність наших Збройних сил, а тим більше коли країна знаходиться у стані війни, напряму залежить від задіяння всіх доступних людських ресурсів, і жінок в тому числі. Наприклад, 7 жовтня 2022 року Верховна Рада ухвалила законопроект № 6482 «Про

добровільний порядок взяття жінок на військовий облік військовозобов'язаних», це вже крок до залучення максимально усіх наявних людських ресурсів до захисту країни. А щоб повною мірою користуватися цим ресурсом необхідно створити комфортні умови та забезпечити рівні права, перспективи та можливості для жінок, задля мотивації жінок долучатися до військової справи та добровільно ставати на захист своєї держави.

Варто зауважити, що багато чого залежить від командира, наприклад він має створити відчуття довіри у підрозділі, щоб жінки відчували, що в разі чого вони можуть звернутися за допомогою, щоб створити таку атмосферу попередньо він має провести роз'яснювальну бесіду з особовим складом, задля того щоб зруйнувати усі гендерні упередження та стереотипи. Також командування має вміти швидко реагувати та вирішувати конфліктні ситуації спричинені через гендерні моменти та стереотипи. Варто розуміти, що командир є головною фігурою, і від нього залежить як буде відбуватися інтеграція жінок у підрозділ, який він очолює. Від його професійності, лідерських якостей та готовності впроваджувати зміни залежить створення безпечного, комфортного та продуктивного середовища для служби, як чоловіків, так і жінок.

Потрібно звернути увагу, що за останній час військове керівництво ЗСУ доклали зусиль для забезпечення рівних прав військовослужбовців-жінок.

Основні досягнення, на які потрібно звернути увагу:

- Прийняття законів, що посприяли гендерній рівності у військовому секторі - фундамент, для майбутнього позитивного розвитку військової справи. Наприклад, у 2018 році зняли обмеження на доступ жінок до бойових посад, і це в свою чергу забезпечило рівні права для жінок і чоловіків у ЗСУ. Також ми хочемо зазначити, що жінки отримали доступ до високотехнологічних посад та мають можливість брати участь у міжнародних навчаннях за стандартами НАТО.
- За останній період значно збільшилася кількість жінок-військовослужбовиць, яких призначають на посади офіцерів чи навіть старших офіцерів. Це є показником значного прогресу у визнанні того, що жінки-військовослужбовиці

не поступаються професійною підготовкою та досвідом своїм колегам - чоловікам.

- Програми підтримки та адаптації жінок у війську це чудова ініціатива, адже адаптація і інтеграція у переважно чоловічий колектив має свої нюанси. А такі програми допомагають не тільки в комфортній адаптації, а й у професійному зростанню. Вони ще й допомагають у навчанні та підвищенні кваліфікації.

- Військове керівництво ЗСУ сприяє розширенню соціальних гарантій для жінок-військовослужбовців, наприклад таких, як - декретні відпустки, соціальні виплати за поранення чи втрату працездатності, і підтримка сімей загиблих військовослужбовців/-виць.

Та, нажаль, не дивлячись на усі покращення ще існує достатньо прогалин над якими варто працювати. Тому що, вони створюють значні проблеми та перешкоди на шляху повної інтеграції жінок у військову справу.

Основні недопрацювання військового керівництва стосовно інтеграції жінок у військо на які варто звернути увагу, і над вирішенням яких першочергово потрібно починати працювати - на нашу думку є такими:

- Наразі, у військових структурах недостатньо засобів захисту жінок-військовослужбовиць від дискримінації чи гендерно зумовленого насильства. Попри те, що існують в законодавстві відповідні гарантії, жінки на превеликий жаль і досі стикаються з такого роду проблемами. Багато подібних випадків залишаються без належної реакції. І це значно знижує їх мотивацію до служби у ЗСУ і загалом негативно впливає на їхній моральний стан, бо це створює атмосферу недовіри і страху.

- Недостатня підготовка військового керівництва в сфері гендерної чутливості. Такого роду недопрацювання зумовлює виникнення проблеми нерівності у розподілі обов'язків серед військовослужбовців чоловіків та жінок.

- Жінки і досі зіштовхуються з перешкодами на шляху вибудовування кар'єри у військовій справі, зумовленими поширеними, сталими гендерними стереотипами. Попри зміни у законодавстві ці стереотипи продовжують існувати та перешкоджати жінкам у будованні кар'єри.

- Гендерні упередження щодо участі жінок у бойових діях існують і досі, деякі жінки, нажаль, дотепер повідомляють про недовіру з боку командування та колег, на нашу думку це відбувається через те, що у військових структурах і досі побутує думка про жінок, як про слабкішу стать та нездатність через це до виконання бойових завдань.

- Не дивлячись на те, що вище у здобутках ми зазначили впровадження програм націлений на психологічну підтримку жінок-військовослужбовців, нажаль це не є достатнім. Тому що, жінки і досі стикаються із недостатньою увагою до їхнього морального стану, це вказує на те, що попри впровадження різноманітних програм їх вже ще недостатньо, так саме як і недостатньою є увага до посттравматичного синдрому у жінок

- Військовослужбовиці, що мають малолітніх дітей, стикаються їх проблемами поєднання домашніх обов'язків із військовою службою.

- Більшість військових частин, і передова в тому числі мало забезпечені санітарним умовами та елементарними засобами гігієни, необхідними для жінок, що зумовлені фізіологічними процесами організму жінки.

Для подальшого покращення роботи військового керівництва ЗСУ з військовослужбовицями жінками треба працювати над усунення цих прогалин, потрібно інтегрувати принципи гендерної рівності пристосовуючи внутрішню роботу війська до вимог демократичних країн та стандартів НАТО. Держава в свою чергу має докласти зусиль на впровадження програм, щодо підвищення компетентності військового керівництва війська - в сфері гендерної рівності, адже гендерна компетентність військового керівництва - це показник рівня компетентності у сфері гендерної політики безпосередньо держави [38; 32].

Все ж таки варто зауважити, що все ж таки здобутки існують, і вони вказують на те що компетентність військових керівників зростає, як і їх адаптивність до змін та здатність оптимально та ефективно діяти, до того ж в умовах війни. Але, на противагу здобутками, існує ще й низка прогалин, які вимагають уваги та рішучих дій до покращення. Вирішення цих прогалин дасть змогу значно

покращити ефективність ЗСУ та сприятиме успіху у боротьбі нашої країни із сусідом-агресором [12].

В ході нашого теоретичного дослідження, хочемо зупинитися ще й на такому важливому аспекті функціонування військового керівництва, як технології взаєморозуміння між військовослужбовцями чоловіками та військовослужбовицями жінками. У сучасних військових структурах технології взаєморозуміння між чоловічим та жіночим особовим складом займають важливе місце в забезпеченні ефективної командної роботи та інтеграції жінок до військової сфери. Впровадження різноманітних підходів до підвищення рівня гендерної рівності сприяє не лише покращенню морально-психологічного клімату в підрозділах, але й підвищенню загальної боєздатності. Одним із основних інструментів для досягнення цих цілей є реалізація освітніх програм та тренінгів, спрямованих на підвищення обізнаності про гендерну рівність, а також боротьбу з гендерними стереотипами. Такі програми допомагають змінити ставлення до жінок в армії, сприяють розумінню їхнього важливого внеску в обороноздатність країни та забезпечують належну підтримку під час служби.

Психологічна підтримка є важливим елементом технологій взаєморозуміння, адже вона допомагає військовослужбовцям — як жінкам, так і чоловікам — ефективно адаптуватися до умов служби. Використання психологічних тренінгів, які сприяють розвитку емоційного інтелекту та стресостійкості, дозволяє створити здорову атмосферу в підрозділах та знижує рівень конфліктів. Важливим аспектом є також формування змішаних команд, що дозволяє зруйнувати усталені стереотипи про традиційно "чоловічі" та "жіночі" ролі. Спільна робота в таких командах сприяє створенню умов для більш ефективної взаємодії та покращення результатів діяльності [39].

Окрім того, програми наставництва, в рамках яких досвідчені військовослужбовці допомагають новачкам адаптуватися до служби, відіграють важливу роль у створенні інклюзивного середовища. Такий підхід допомагає зменшити соціальну напругу та підвищити рівень співпраці серед особового складу. Водночас державні та військові організації активно розробляють

політики нульової терпимості до насильства та сексуальних домагань, що допомагає забезпечити безпеку та рівність для всіх військовослужбовців, зокрема жінок. Створення безпечного середовища для жінок у військових структурах стає важливим чинником для забезпечення їхньої рівноправної участі в усіх аспектах служби.

Таким чином, інтеграція жінок до військових підрозділів та їх ефективна взаємодія з чоловіками потребує впровадження комплексних технологій взаєморозуміння. Це включає не лише гендерну рівність у питаннях прав та можливостей, але й створення соціально безпечних умов для служби, що забезпечують високий рівень боєздатності та ефективності всіх підрозділів.

На основі, нашого аналізу, можемо запропонувати такі рекомендації - оптимізація навчання військового керівництва, і зокрема особового складу щодо питань гендерної рівності. Підготовка командирів має будуватися на основі того, що сучасна армія має поважати кожного хто прийняв рішення одягнути форму і стати до лав ЗСУ, незалежно від гендеру. Збільшення медійності жінок-військовослужбовців, що можуть поділитися успіхом на військовій арені та у бойових діях. Це стане рушійною силою у зміні стереотипного мислення, щодо ролі жінок у ЗСУ. Забезпечення військових частин та передової умовами, що відповідатимуть фізіологічних потребам жінок. Варто розробити окремі програми для реабілітації жінок та соціальної адаптації їх після участі у бойових діях. Також, було б непогано впровадити програми для підтримки жінок, у яких є сім'ї та діти. Відкрити садочки, для дітей військовослужбовців [6].

Всі зазначені проблеми потребують вирішення на усіх рівнях військового сектору. Адже жінки наших Збройних сил отримують високі оцінки від міжнародних партнерів за професіоналізм та хоробрість, тому і наше керівництво військово, і держава в цілому має відноситися до жінок-військовослужбовців належним чином, і це і свою чергу сприятиме підвищенню репутації нашої держави на міжнародній арені. Забезпечення рівності, покращення умов служби та підтримка жінок-військовослужбовців зможе не

тільки покращити боєздатність нашої армії, а й створити сучасну, професійну армію - інтегровану за стандартами НАТО військову структуру.

Інтеграція жінок у Збройні сили має не тільки практичне, а й стратегічне значення - різноманітність у війську дає змогу ефективніше адаптуватися до різних складних викликів сучасних загроз. Різноманітність у військових структурах сприяє підвищенню гнучкості та адаптивності армії в умовах змінюваних та непередбачуваних загроз. Участь жінок у бойових діях дасть змогу ефективніше реагувати на виклики сучасних військових конфліктів, де часто потрібні сучасні підходи та нестандартні стратегії для вирішення складних завдань. Гендерно змішані команди, що включають як чоловіків, так і жінок, мають перевагу в вирішенні проблем, пов'язаних із інноваціями, стратегічним плануванням та управлінням ресурсами, оскільки різноманітність досвіду та поглядів сприяє більш ефективному вирішенню завдань, що стоять перед армією.

Крім того, інтеграція жінок у військові підрозділи сприяє створенню більш інклюзивного середовища, де кожен військовослужбовець має рівні можливості для розвитку та кар'єрного росту, що, в свою чергу, підвищує загальний моральний дух та ефективність служби. Врахування гендерних аспектів у військовому контексті також позитивно позначається на взаємодії з цивільним населенням, оскільки військовослужбовиці можуть виступати як рольові моделі для інших жінок та дівчат, надихаючи їх на активну участь у громадському та оборонному житті країни. З огляду на сучасні геополітичні виклики та зростання складності міжнародних відносин, військові структури, які ґрунтуються на принципах рівності та різноманіття, можуть досягти вищих результатів у забезпеченні національної безпеки [30]/

Тому можна сміливо зазначити, що те яке майбутнє чекає Збройні сили України напряду залежить від того, наскільки швидко та успішно військове керівництво подолає усі виклики та виправить усі недопрацювання. І хочемо зазначити, що зміцнення ролі жінки у війську є не тільки необхідним чинником

для створення ефективної, сучасної армії, а й є важливим кроком до створення справедливого, демократичного та рівноправного суспільства.

Висновки до розділу

Аналіз феномену жінки в армії демонструє значний вплив гендерних трансформацій у суспільстві на структуру та функціонування військових інституцій. Жінки відіграють дедалі важливішу роль у забезпеченні обороноздатності держави, що підтверджується їх активною участю у військових конфліктах, зокрема в умовах російсько-української війни і наразі вони у Збройних Силах України займають місце не тільки активних учасників у бойових діях, а й виступають уособленням символу суспільних змін. Вони доводять своїм прикладом, що сучасна армія може бути гендерно збалансованою і що професіоналізм та хоробрість повинні переважати над будь-якими стереотипами та упередженнями. І всі військовослужбовці незалежно від їх гендерних приналежностей заслуговують на повагу до себе, за свої професійні навички, за свою сміливість, жагу до захисту держави.

Служба жінок у ЗСУ збільшує обороноздатність країни, адже гендерно збалансована армія сприяє кращому розподілу ресурсів та запровадження сучасних підходів підрозділи які враховують гендерну різноманітність відрізняються ефективнішим виконання складних завдань пов'язаних з бойовими діями. Наявність жінок у ЗСУ змінює стандартне уявлення суспільства про військову сферу, як суто чоловічу. Це вагомий урок на зустріч руйнуванню стандартних упереджень та стереотипів у суспільстві і покращує імідж військової служби, як професії.

Досліджено, що не дивлячись на гендерні стереотипи, що історично склалися та які обмежували доступ жінок до військової служби, сучасна армія стає все більш рівноправною. Законодавство України забезпечує рівні права для чоловіків і жінок у сфері військової служби, закріплюючи їхнє право займати посади на рівних умовах. Жінки беруть участь у виконанні бойових

завдань, командують підрозділами, займаються військовою медициною, логістикою та іншими напрямками.

Жінки, які проходять службу в армії, часто стикаються з додатковими соціальними навантаженнями, зокрема потребою поєднувати військову кар'єру із сімейними обов'язками. Це потребує розробки системи підтримки, яка включатиме спеціальні програми для матерів-військовослужбовців, підтримку сімей та доступ до якісної психологічної допомоги, і створення програм реабілітації орієнтованих суто на жінок. Також жінки в українській армії часто демонструють високий рівень підготовки та бажання професійно розвиватися. Це свідчить про важливість інвестицій у навчальні програми та створення рівних можливостей для отримання військової освіти, включно з доступом до спеціалізованих курсів та тренінгів.

Зростаюча роль жінок та збільшення їх у ЗСУ позитивно впливає на імідж України на міжнародній арені. Це демонструє прогресивність українського суспільства та здатність оптимізуватися до вимог сучасної світової спільноти, зокрема стандартів НАТО, де гендерна рівність є одним із головних принципів.

Однак залишається низка викликів. Серед них – недостатня адаптація умов служби до потреб жінок, поодинокі випадки дискримінації, а також психологічний тиск через стереотипи, що досі існують у суспільстві та армійському середовищі. Хоча й в Україні досягнуто значного прогресу в питаннях гендерної рівності у військовій сфері та важливо не зупинятися на досягнутому та продовжувати вдосконалювати законодавство. Це включає уточнення правового статусу жінок-військовослужбовців, забезпечення рівного доступу до командних посад та впровадження заходів проти дискримінації.

Жінки в Збройних Силах України – це не просто статистичний показник, а рушійна сила змін. Їхній вклад у забезпечення національної безпеки є безцінним. Однак, щоб повною мірою реалізувати цей потенціал, необхідно подолати існуючі перешкоди та створити умови для рівних можливостей. Це крок не лише до модернізації армії, а й до побудови сучасного, справедливого суспільства.

Отже, феномен жінки в армії є не лише соціальним, але й культурним явищем, яке відображає зміни у сприйнятті гендерних ролей. Для забезпечення повноцінної інтеграції жінок у військову сферу необхідно продовжувати роботу над удосконаленням нормативно-правової бази, створенням комфортних умов для служби та підвищенням суспільного усвідомлення важливості жіночого внеску в обороноздатність держави.

РОЗДІЛ 2 ДІАГНОСТИКА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЖІНОК-ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВИЦЬ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

2.1 Опис методологічного інструментарію емпіричного дослідження та аналіз отриманих даних

На сьогоднішній день, коли Україна переживає повномасштабне вторгнення і на нашій території йдуть військові дії, роль жінок-військовослужбовиць набуває значення і їхня кількість у Збройних силах поступово збільшується. Проте їхня інтеграція у військові структури супроводжується рядом соціальних проблем, з якими вони змушені стикатися. До прикладу, недостатнє врахування їхніх потреб у контексті фізіологічних та психологічних факторів, нерідко призводить до емоційного вигорання та зниження мотивації продовжувати службу у Збройних силах. Вирішення цих проблем є важливим етапом та завданням, що стоїть безпосередньо перед вищим військовим керівництвом та командирами на місцях, зокрема, для створення сприятливих умов для професійного розвитку жінок у військовій сфері, а також для забезпечення високої ефективності виконання їхніх обов'язків. Тому діагностика соціальних проблем є важливою для розробки програм соціальної підтримки та адаптації жінок у військовому середовищі, що в свою чергу сприятиме поліпшенню їх морального духу та забезпеченню безпроблемної та комфортної інтеграції в армію.

На базі практики Хмельницького міського центру соціальних служб було проведено емпіричне дослідження та аналіз отриманих даних в ході діагностики. Проводилося соціальне дослідження за допомогою декількох методик та форм, що дозволяють отримати об'єктивну інформацію щодо основних соціальних та психологічних проблем, з якими стикаються жінки-військовослужбовиці ЗСУ. Ця діагностика дала можливість зібрати необхідні дані для того, щоб створити відповідну програму для покращення умов несення військової служби жінок та покращення їхнього морального стану.

Дослідження містили обговорення соціальних проблем, що можуть стояти на заваді якісного виконання професійних обов'язків та комфортного несення військової служби. Практична складова була покликана посилити теоретичну і передбачала проведення діагностичної роботи з жінками-військовослужбовицями ЗСУ задля виявлення соціально-психологічних, соціально-економічних, соціально-правових та соціально-медичних проблем, що погіршують якість життя.

В якості діагностичного інструментарію було використано бланки, питання яких допомогли визначити рівень соціальної фрустрованості жінок-військовослужбовиць, і рівень їх задоволеності основними соціальними потребами та умовами служби, і рівень потреби у психологічній підтримці.

Дослідження проводилося шляхом використання Методики діагностики рівня соціальної фрустрації Л. І. Вассермана (модифікація В. В. Бойко), методики виявлення депресивних станів Шкала депресії Бека (адаптація М. В. Тарабріної)

Таблиця 2.1. Реєстраційний бланк

МЕТОДИКА ДІАГНОСТИКИ РІВНЯ СОЦІАЛЬНОЇ ФРУСТРАЦІЇ Л. І. ВАССЕРМАНА (МОДИФІКАЦІЯ В. В. БОЙКО)	
Реєстраційний бланк	
П.І.Б. (повністю) _____	
Дата обстеження _____ Вік ____	Спеціальність _____
Посада (підрозділ) _____	Військове звання _____
Опитувальник фіксує ступінь незадоволеності соціальними досягненнями в основних аспектах життєдіяльності. Інструкція: прочитайте кожне запитання й обведіть одну з цифр, яка підходить найбільше:	

Таблиця 2.2. – Методики діагностики рівня соціальної фрустрації Л. І. Вассермана

Чи задоволені Ви:	Бали
Своєю освітою	1234
Стосунками з колегами по роботі	1234
Стосунками з адміністрацією на роботі	1234
Стосунками із суб'єктами своєї професійної діяльності	1234
Змістом своєї роботи загалом	1234
Умовами професійної діяльності (навчання)	1234
Своїм становищем у суспільстві	1234
Матеріальним становищем	1234
Житлово-побутовими умовами	1234
Стосунками з чоловіком (дружиною)	1234
Стосунками з дитиною (дітьми)	1234
Стосунками з батьками	1234
Станом суспільства (держави)	1234
Стосунками з друзями, найближчими знайомими	1234
Сферою послуг і побутового обслуговування	1234
Сферою медичного обслуговування	1234
Проведенням дозвілля	1234
Можливістю проводити відпустку	1234
Можливістю вибору місця роботи	1234
Своїм способом життя загалом	1234

Таблиця 2.3. – Інтерпретація результатів

Оцінка	Результат
0 балів	незадоволений

1 бал	цілком задоволений
2 бали	швидше задоволений
3 бали	швидше не задоволений
4 бали	цілком не задоволений

Продовження таблиці 2.3.

Усі респоденти (52 осіб) це жінки-військовослужбовиці Збройних сил України різного віку. У більшості з них, а саме 40% (21 особа) виявився високий рівень фрустрованості, що може вказувати на високий рівень напруженості в колективі та наявне досить сильне невдоволення умовами служби. А це свідчить що 21 військовослужбовиця відчуває емоційний дискомфорт, що пов'язаний з відносинами та загальною обстановкою в колективі, наявністю конфліктів та відсутністю належної підтримки. У 35% (18 осіб) та 25% (14 осіб) середній та низький рівень соціальної фрустрованості, відповідно. Середній рівень може свідчити про певну адаптацію до умов служби, навіть якщо вони не дуже комфортні і дещо незначне невдоволення, тоді як низький рівень свідчить про більш стабільне відношення жінок до умов служби та обстановки в колективі, і на нашу думку у респонденток, у яких виявився низький рівень соціальної фрустрації, пов'язаний з тим, що у цих жінок кращий рівень стресостійкості та життєстійкості загалом. Наявні результати вказують нам на те, що загальний моральний стан є незадовільним та тривожним, через те, що переважає кількість жінок-військовослужбовиць у яких наявний середній і високий рівень тривожності. Це вказує на те, що військове керівництво та командування на місцях повинні взяти до уваги та приділити час наявним проблемам та їх вирішенню і подумати над доцільністю проведення з особовим складом бесід, тренінгів тощо, що будуть спрямовані на покращення обстановки та взаєморозуміння, і взаємовідносин в колективі та поліпшення соціально-психологічних умов несення служби .(рисунок 2.1)

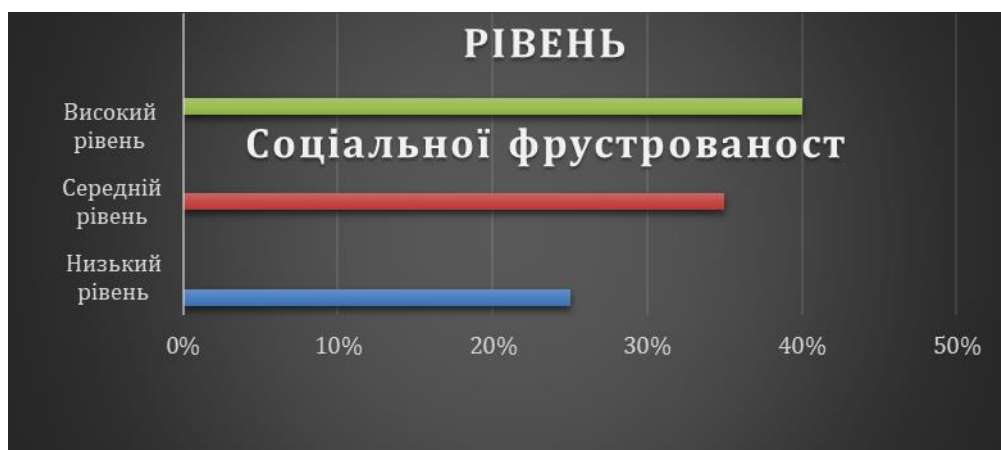


Рис. 2.1. Рівень соціальної фрустрації в жінок-військовослужбовиць

За допомогою проведення нашої діагностики, ми змогли отримати такі результати, що стосуються задоволеності умовами служби – 60% (31 особа) – незадоволені умовами несення своєї служби та виконання професійних обов’язків, 25% (13 осіб) – частково задоволені, і тільки 15% (9 осіб) – повністю задоволені. Висока частка незадоволеності жінками умовами служби є наслідком недостатнього забезпечення їх специфічних фізіологічних потреб, перевантаження або конфліктів у колективі. Відсоток частково задоволених вказує на змішані емоції або ж певне балансування між позитивними і негативними аспектами служби, завдяки наявним навичкам до адаптації в будь-яких умовах. Кількість задоволених респонденток, нажаль, є дуже низькою, і це свідчить, що ці дев’ять осіб є більш життестійкими та стресостійкими до обставин, умов та чинників, які їх оточують та в яких вони мусять перебувати.

Отже, значна частина респонденток перебуває в дискомфортних умовах, і це має бути одним із першочергових завдань для військового керівництва, задля ефективності виконання особовим складом поставлених перед ними завдань. (рисунок 2.2)

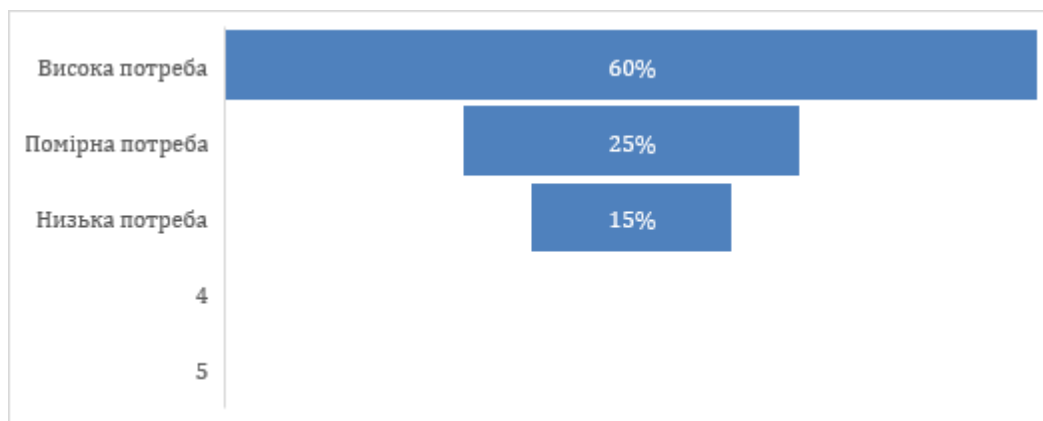


Рис. 2.2. Рівень задоволеності умовами служби

І останнє, що нам вдалося дізнатися, завдяки проведенню дослідження за допомогою цієї методики це потреба в психологічній підтримці. Рівно половина жінок-військовослужбовиць, тобто 50% (26 осіб) мають високу потребу в психологічній підтримці, це вказує на необхідність термінового впровадження на постійній основі заходів для покращення їхнього психологічного стану, помірну потребу психологічної підтримки відчувають 30% (16 осіб) та зовсім не мають потреби в психологічній підтримці 20% (11 осіб). Висока потреба у психологічній підтримці серед жінок-військовослужбовиць пов'язана з тим, що жінки часто перебувають у стресових умовах, і можуть піддаватися тиску психологічному зі сторони керівництва чи колег протилежної статі, помірний та низький рівень потреби у психологічній допомозі може вказувати на особисті якості витривалості, хорошу емоційну регуляцію, навички самозарадності та стійкості або ж дійсно задовільні та комфортні умови служби. (рисунок 2.3)

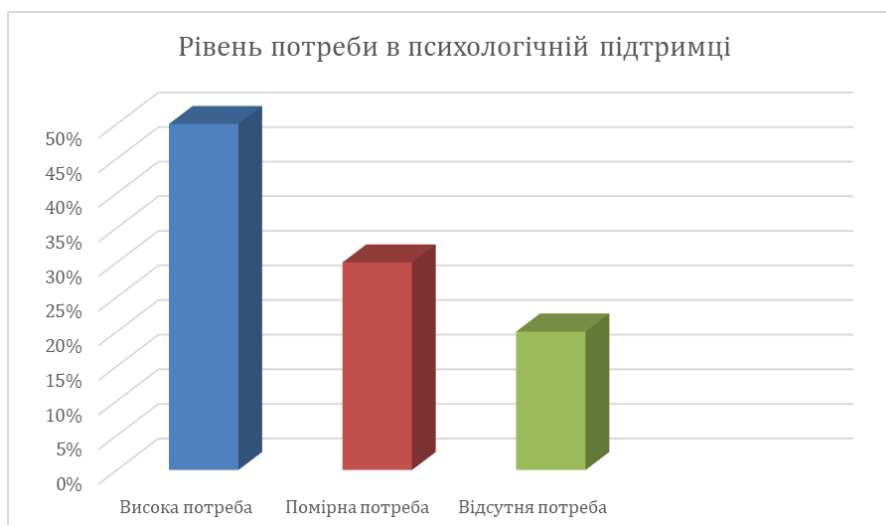


Рис. 2.3. Рівень потреби в психологічній підтримці

Результати нашого дослідження за допомогою методики діагностики рівня соціальної фрустрації Л. І. Вассермана, за адаптацією В.В. Бойко - вказують на значну кількість соціальних проблем, що потребують уваги та якомога швидшого вирішення цих проблем. Найскладнішими із них є рівень соціальної фрустрованості, незадоволеність умовами служби та недостатність програм психологічної підтримки для жінок-військовослужбовців. В ході спілкування фахівців із соціальної роботи з жінками-військовослужбовцями було виявлено, що більшість жінок страждають від емоційного вигорання пов'язаного із відсутністю рівних прав на шляху кар'єрного росту та недостатність підтримки у військовій структурі з боку керівництва та особового складу. Доволі велика кількість опитуваних нами жінок відзначили незадоволеність умовами служби, а саме відсутність умов проживання та санітарних умов чи засобів гігієни необхідних для потреб жінок.

Згідно з проведеним дослідженням, було виявлено, що лише незначна частина жінок-військовослужбовиць отримує необхідну кваліфіковану психологічну допомогу, тоді як більшість не має доступу до належних ресурсів. Це породжує відчуття несправедливості та необ'єктивного оцінювання їхніх професійних якостей і внеску, що в свою чергу сприяє емоційному вигоранню. Недооцінка їхніх специфічних фізіологічних потреб негативно впливає на рівень задоволення умовами служби та мотивацію, що в кінцевому підсумку може призвести до депресії і зниження професійної ефективності.

Військове керівництво повинні брати участь у всіх можливих тренінгах, які стосуватимуться гендерної рівності у військовій сфері, і проваджувати такі заходи в військових частинах, задля набуття навичок та підвищення кваліфікації щодо вирішення проблем у своїх підрозділах, що стосуються гендерних проблем та проблем гендерної дискримінації. Також, ми рекомендуємо військовому керівництву працювати над створенням санітарно-гігієнічних умов та забезпечення жінок-військовослужбовиць необхідними засобами гігієни у військових частинах, які враховуватимуть специфічні потреби

жінок-військовослужбовців та попрацювати над забезпеченням жінок формою, що враховуватиме ті ж самі їх фізіологічні особливості.

Командуванню потрібно збільшити у своїх військових частинах кількість військових психологів, щоб у всіх жінок-військовослужбовиць був вільний доступ у будь-який час до кваліфікованої психологічної підтримки. І потрібно працювати над створенням програм, що стосуватимуться реабілітації жінок-військовослужбовиць після участі у бойових діях та реабілітації жінок під час ПТСР [22].

Ми вважаємо, що це мінімальні заходи, які повинні бути реалізовані та зможуть дати змогу військовому керівництву допомогти не тільки вирішити усі наявні проблеми, а й поліпшити психологічний стан, забезпечити ефективність виконання жінками їх професійних обов'язків.

Наступним в ході нашого дослідження ми вирішили дослідити рівень «професійного вигорання» у жінок-військовослужбовиць. Перед тим, як перейти до результатів нашого дослідження, хочемо дати визначення поняття «професійне вигорання». Першим такий термін, як «професійне вигорання» ввів американський психіатр Х. Дж. Фрейденберг, у 1974 році. І ввів він це визначення для характеристики здорових людей, які інтенсивно спілкуються з клієнтами та постійно перебувають у емоційно напруженій атмосфері при виконанні професійних обов'язків. Він мав на увазі людей, які працюють у так званій системі «людина-людина» (лікарі, юристи, психологи, психіатри, соціальні працівники). Але ми переконанні, що таке явище може мати місце в житті людей будь-якої професії. Наразі таке «професійне вигорання» має спеціальний діагностичний статус у 11 перегляді Міжнародної класифікації хвороб, але воно не класифікується, як медичний стан, тобто не рахується за хворобу. Згідно з Міжнародною класифікацією хвороб – це синдром, що вважають результатом хронічного стресу на робочому місці, з яким не вдалося успішно впоратись.

Отже, для дослідження рівня «професійного вигорання» нами було використано опитувальник «Діагностика професійного вигорання» (К. Маслач,

С. Джексон в адаптації Н. Е. Водоп'янової). Опитувальник нашої діагностики містить в собі 22 питання, розділених на три шкали, кожна з яких має своє спрямування – «емоційне виснаження» (9 запитань), «деперсоналізація» (5 запитань), «редукція особистих досягнень» (8 запитань).

Отже, опитували ми тих самих 52 респондентів, жінок-військовослужбовиць, і отримали такі результати – високий рівень професійного вигорання виявився у 32% респонденток (17 осіб), середній рівень – у 46% респонденток (24 осіб) та низький рівень вигорання у 22% респонденток (12 осіб). (рис.

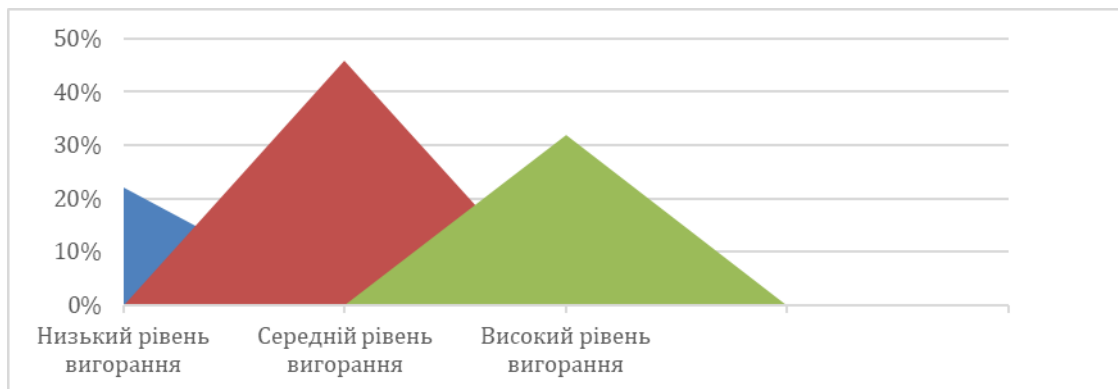


Рис. 2.4. – Рівень професійного вигорання

Підсумовуючи, можемо прийти до висновку, що результати нашого дослідження вказують на те, що явище професійного вигорання є поширеною проблемою серед жінок-військовослужбовиць. Ми радимо військовому керівництву розробляти та впроваджувати заходи з профілактики професійного вигорання та забезпечити психологічну підтримку військовослужбовиць-жінок.

Отже, результати нашого дослідження можуть слугувати основою для створення різноманітних програм та заходів для соціальної підтримки жінок-військовослужбовців, що допоможуть подолати виявлені проблеми та покращити ефективність та збільшити мотивацію виконання ними своїх професійних обов'язків. Це надасть змогу не тільки поліпшити їх моральний стан, а ще й підвищити ефективність виконання професійних обов'язків, що в свою чергу позитивно вплине на загальний моральний дух та мотивацію в армії. Створення таких програм є важливим кроком для інтеграції жінок у військову

сферу та забезпечення рівних можливостей для усіх учасників військових структур, незалежно від статі.

2.2 Програма занять «Профілактика та подолання синдрому професійного вигорання у жінок-військовослужбовиць Збройних сил України»

Соціальна підтримка військовослужбовці Збройних сил України, а особливо під час військового стану повинна бути основним напрямком діяльності держави та державної соціальної політики. Заклади та установи соціального спрямування які є дотичними до роботи військовослужбовців у ЗСУ відіграють важливу роль у наданні різних видів допомоги.

Перед тим, як перейти до програми занять, що матимуть на меті покращення психологічної підтримки та попередження професійного вигорання жінок-військовослужбовиць ЗСУ проведемо коротеньке дослідження закладів та установ соціального спрямування дотичних до роботи військовослужбовців/-виць у Збройних силах України, щоб визначити основні види таких закладів та установ, проаналізувати їх ефективність та виявити, які із них зможуть впроваджувати такого типу програми.

Для початку розглянемо які ж існують категорії таких установ. Перше, це звичайно центри соціальних служб. Їх функції - це забезпечення психологічної підтримки, підтримки в період реабілітації та адаптації до цивільного життя, по закінченню військової кар'єри та у випадку ПТСР.

Існують ще реабілітаційний центри та військові шпиталі, їх функція у разі поранення надавати лікування та реабілітацію, також психологічну реабілітацію та допомогу у разі ПТСР. І якщо зупинитися на реабілітаційних центрах то додатково до основних функцій, які стосуються безпосередньо військовослужбовця вони ще й надають допомогу соціальну та психологічну сім'ям військовослужбовців.

Наступним варто зупинитися на громадських організаціях - таких як, благодійні фонди, волонтерські організації чи ветеранські спілки. Їх завдання та мета полягає у наданні додаткової підтримки для військовослужбовців соціальної, психологічної та навіть матеріальної. Також вони можуть надавати

допомогу в соціальній адаптації та навіть у працевлаштуванні, наприклад ветеранів війни [21].

На наш погляд такі організації та заклади є необхідними і різні їх ініціативи є дуже важливими, як наприклад різноманітні програми, що стосуються психологічної реабілітації учасників бойових дій - це така вагома частина адаптації військовослужбовця, який приймав участь у боях, до цивільного життя та вагома складова подолання ПТСР. Дуже добре що існують різноманітні ГО, і волонтерські організації, а особливо у теперішніх реаліях вони відіграють надзвичайно важливу роль, бо вони організують і закривають збори на різноманітні потреби нашого війська та заповнюють так би мовити прогалини держави забезпечуючи наше військо необхідною зброєю, ліками, продуктами харчування чи амуніцією - це важлива складова, що допомагає нашим військовим ефективно виконувати свою роботу, і надає їм відчуття підтримки від цивільних громадян, так би мовити з тилу. І звичайно ж реабілітаційні центри надають багатопрфільну допомогу, як військовим так і їх сім'ях.

Окреслені організації та заклади та їх робота - це потужний вклад в роботу наших військових та існують ще певні недоліки, з якими варто працювати для того, щоб забезпечити ще ефективніше їх роботу і відповідно нашої армії. Погана обізнаність до прикладу, багато наших військових або не знають про існування подібних програм або просто не мають до них довіри. Наступне - це відсутність взаємодії між державними структурами і громадськими організаціями, було б набагато ефективніше якби структури на рівні держави працювали з ГО і разом втілювати ті чи інші ініціативи, наприклад щодо надання допомоги ветеранам війни у працевлаштуванні чи створення спільних програм, щодо подолання ПТСР. Також проблемою є те, що у великому місті військовослужбовцю легше отримати допомогу, ніж військовому із маленького містечка чи можливо сільської місцевості. В невеликих містах та селах обмежений доступ до подібних програм та ініціатив, а у селах такі програми та організації можуть бути взагалі відсутні повністю, а це проблема. Бо допомоги наші військові, незалежно від

місця проживання, потребують однаково. Рішення таких проблем ми бачимо у наступному:

1. Створення одного координаційного центру - що буде допомагати налагоджувати контакт та співпрацю ГО з державними структурами.
2. Збільшення закладів соціального спрямування дотичних до роботи військовослужбовців ЗСУ, особливо у віддалених регіонах та невеликих містах.
3. Популяризація таких закладів та програм, серед військових та їх сімей, потрібно проводити інформаційні кампанії, що вони знали в разі чого куди вони можуть звернутися за тією чи іншою інформацією.

Отже для вирішення цих проблем необхідний багатопрофільний, систематичний підхід, що включатиме взаємодію державних структур із громадськими ініціативами, волонтерськими організаціями, і дозволить уникнути дублювання функцій та сприятиме покращенню ефективності впровадження різноманітних програм.

Всі ці установи та їх діяльність, ініціативи та програми, і робота над недоліками є необхідними, тому що, підтримка військовослужбовців Збройних Сил України, особливо в умовах збройного конфлікту, є одним із пріоритетних завдань державної соціальної політики. Заклади та установи соціального спрямування, які надають послуги військовим і їхнім родинам, відіграють ключову роль у забезпеченні психологічної, соціальної, правової та медичної допомоги. Забезпечення комплексної підтримки військовослужбовців, яка поєднує зусилля державних установ і громадських організацій, є ключовим елементом у процесі їхньої соціальної адаптації після завершення служби. Це передбачає розвиток і вдосконалення системи реабілітаційних заходів, спрямованих на фізичне та психологічне відновлення, створення доступних і якісних програм психологічної допомоги для подолання стресу, посттравматичних розладів та інших негативних наслідків військових дій.

Також важливим аспектом є інформування військовослужбовців та їхніх родин про наявні соціальні, медичні, психологічні та правові послуги. Розробка та впровадження сучасних інформаційних платформ, де вони зможуть швидко

отримати необхідні консультації, доступ до ресурсів і послуг, значно підвищить ефективність соціальної підтримки.

Невід'ємною складовою комплексного підходу має бути спільна координація між різними секторами: державними установами, місцевими органами влади, громадськими ініціативами та волонтерськими організаціями. Така співпраця дозволить уникнути дублювання функцій, оптимізувати розподіл ресурсів і забезпечити адресну допомогу для кожного військовослужбовця залежно від його індивідуальних потреб.

Лише через об'єднання зусиль, систематичний підхід до реабілітації та адаптації, а також створення доступної та ефективної підтримки можна забезпечити успішне повернення військовослужбовців до мирного життя, їхню активну участь у суспільстві та можливість повноцінної інтеграції до цивільного середовища.

З закладами ми розібралися, перейдемо до програми яку ми пропонуємо. Пропонуємо таку назву: «Профілактика та подолання синдрому професійного вигорання у жінок-військовослужбовиць Збройних сил України». Матиме на меті вона покращення рівня психологічної підтримки та попередження професійного вигорання через навчання технікам самозарядності та стресостійкості. Розрахована наша програма буде на 6 занять, тобто 6 днів по 4 години кожного дня.

Аналіз роботи жінок-військовослужбовиць Збройних сил України свідчить, що більшість цих жінок працюють у доволі неспокійній, емоційно напруженій атмосфері, що вимагає постійної уваги та контролю від військового керівництва за діяльністю та взаємодією з колегами військовослужбовцями в підрозділах.

Якщо аналізувати «професійне вигорання» як явище, то можна зрозуміти, що воно має досить складну структуру, тобто існує багато симптомів цього явища, що можуть у кожної людини проявлятися по іншому. Серед найперших симптомів можна виділити загальне почуття втоми, вороже налаштування до виконання своїх професійних обов'язків та загальне незрозуміле почуття тривожності. Більш серйозними проявами є поведінкові зміни та неготовність до

змін у власній поведінці. На прояви «професійного вигорання» можуть впливати такі чинники, як вік, стаж, сімейний статус та наявність/кількість дітей у сім'ї.

Прояви професійного вигорання можуть поділятися на три стадії:

1. На першій стадії людина може бути виснажена емоційно та фізично та симптоми проявлятимуться в легкій формі і будуть виражені турботою про себе, наприклад організацією перерв під час виконання професійних обов'язів;
2. На другій стадії у людей починають проявлятися негативне ставлення до колег та навпаки до себе, через відчуття які у них починають з'являтися до оточуючих.
3. Остання, заключна стадія – повне «професійне вигорання» трапляється рідко, але виливається у повну відразу до всього оточуючого.

І якщо на перших двох стадіях ще є можливість відновитися, щоб повернутися до того стану що був на початку роботи, то на останній стадії ймовірно змінити вже нічого не можна, нажаль [13].

На початку впровадження нашої програми ми пропонуємо провести в групі дослідження «Синдрому професійного вигорання», щоб розуміти на якій стадії вони зараз і чи взагалі в них присутнє таке явище, як «професійне вигорання».

Так як робота військовослужбовців, зокрема жінок-військовослужбовиць, часто пов'язана з великими емоційними затратами та стресом, то під час впровадження програми також потрібно розібратися, із таким поняттям як «стрес», його стадіями та ознаками. Поняття «стрес» вперше ввів Г. Сельє в 1936 році, для позначення стану психічної напруги, зумовленої виконанням діяльності в особливо складних умовах. І залежно від стадії стресу він може впливати на діяльність людини, як позитивно, так і негативно.

Стрес – це природна реакція організму, під час якої в організмі людини відбувається аж біля 1400 психофізіологічних змін, до прикладу збільшується рівень адреналіну в крові, підвищується тиск та пригнічується почуття голоду, тощо.

Г. Сальє виділяв три стадії стресу:

1. Стадія тривоги – найперша стадія, що виникає одночасно з появою чинника (подразника), що викликає стрес, і спричиняє низку фізіологічних змін: у людини частішає дихання, пульс та підвищується тиск;
2. Стадія спротиву – настає тоді, коли подразник, що спричинив стрес продовжує свою дію.
3. Стадія виснаження – і поки подразник продовжує дію, він виснажує можливості організму протистояти стресу, і резерви людини, знижується імунітет, стрес повністю «окуповує» людину і може привести навіть до хвороби.

Ознаки стресу, визначені все тим же науковцем Г. Сальє – втома, безсоння, брак часу, неможливість зосередитися, неможливість приймати рішення, поганий чи навпаки надмірний апетит, дратівливість, болі в області хребта, незадоволеність собою, неухважність до себе, головні болі, тривога, страх, нервовий тік, підвищений артеріальний тиск та зловживання сигаретами та алкоголем [33].

І стрес є також складовою, яка відіграє ключову роль в процесі «професійного вигорання» [29].

Тому ми пропонуємо в групі також провести тест «Самооцінка стійкості до стресу».

Таблиця 2.5. Програма занять «Профілактика та подолання синдрому професійного вигорання»

ПРОГРАМА НАВЧАННЯ «Профілактика та подолання синдрому професійного вигорання у жінок-військовослужбовиць в Збройних Силах України»
МЕТА: Забезпечення жінок-військовослужбовиць психологічною підтримкою, шляхом формування в ході навчання у них навичок стійкості до різних викликів та стресових факторів.
ЗАВДАННЯ: - формування навичок стійкості та самозарадності;
- формування вміння визначити та розпізнати перші симптоми професійного вигорання;

- формування особистісного плану підтримки свого морального стану, задля запобігання професійного вигорання.		
ЗАНЯТТЯ № 1 «ОСНОВИ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ»		
ТЕМА та МЕТА:	Професійне вигорання. Визначити з жінками-військовослужбовицями значення поняття “професійне вигорання”, ознайомитися із його причинами та симптомами.	ІНТЕРАКТИВ: Вправи для визначення особистого показника емоційного виснаження та професійного вигорання.
ЗАНЯТТЯ № 2 «УПРАВЛІННЯ СТРЕСОМ»		
ТЕМА та МЕТА:	Стрес як чинник професійного вигорання. Вивчити особливості стресу та способи боротьби з ним.	ІНТЕРАКТИВ: Дихальні вправи та вправа “Безпечне місце”.
ЗАНЯТТЯ № 3 «ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ»		
ТЕМА та МЕТА	Покращення емоційної стійкості у жінок військової сфери. Навчити жінок адаптуватися до складних умов та розвиток навичок самозарадності.	ІНТЕРАКТИВ: Робота з тілом (схлип, заземлення, тряска, 4 стихії), дихання по квадратах.
(чек-ін стану групи)		
ЗАНЯТТЯ № 4 «БАЛАНСУВАННЯ МІЖ ПРОФЕСІЙНИМИ ОBOB’ЯЗКАМИ ТА ОСОБИСТИМ ЖИТТЯМ»		
ТЕМА та МЕТА	Запобігання виснаженню, за допомогою балансу. Ознайомитися із тайм-менеджментом та навчитися дотримуватися балансу між службою та відпочинком.	ІНТЕРАКТИВ: Вправа “Лабіринти часу”.

ЗАНЯТТЯ № 5 «СОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ТА ЇЇ РОЛЬ У ЗАПОБІГАННІ ВИГОРАННЮ»		
ТЕМА та МЕТА	Колективна взаємодія, як інструмент соціально-психологічної підтримки. Визначити роль підтримки колег.	ІНТЕРАКТИВ: Вправа на покращення комунікації в колективі “Годинник зустрічей”.
ЗАНЯТТЯ № 6 «ЗАВЕРШЕННЯ ТА РОЗРОБКА СТРАТЕГІЇ ПІДТРИМКИ»		
ТЕМА та МЕТА	Інтеграція нових навичок у професійне життя. Узагальнення отриманих знань та розробка індивідуальних планів підтримки.	ІНТЕРАКТИВ: Колективне обговорення та узагальнення своїх відчуттів та вражень після програми.
(чек-ін стану групи)		
Підбиття підсумків. Завершення.		

Продовження таблиці 2.5.

2.3 Науково-практичні рекомендації представникам військової сфери щодо покращення соціально-психологічна підтримки та превенції професійного вигорання

Соціальні фактори професійної діяльності військовослужбовців є важливим аспектом, що має вплив на їхню ефективність, психологічний стан та соціальну адаптацію. На основі проведеного дослідження пропонуємо впровадження таких рекомендацій, що будуть спрямовані на оптимізацію соціального середовища військових, зменшення фрустрованості, підвищення задоволеності умовами служби та покращення психологічної підтримки та превенції професійного вигорання, як для чоловіків військових так і жінок-військовослужбовиць.

Для того щоб покращити задоволеність військових умовами служби необхідно покращити забезпечення їх якісним екіпіруванням і для жінок-військовослужбовиць відповідно до їх специфічних фізіологічних потреб та

забезпечення військових частин комфортними умовами перебування там та необхідними санітарно-гігієнічними засобами, особливо це є важливим і необхідним для жінок. Запровадження справедливих умов для кар'єрного зростання, щоб все було прозоро і залежало виключно від професійних навичків, і ніяк не впливали гендерні аспекти та стереотипи на цей момент військової служби. Збільшення в штаті кількості військових психологів, задля збільшення психологічної допомоги та формування мобільних психологічних команд щоб мати змогу надавати необхідну підтримку за межами військових частин та безпосередньо на передовій. Хочемо зауважити на тому, що окрім самих військовослужбовців/-виць соціально-психологічної підтримки також потребують і їх сім'ї. І необхідно організувати належним чином надання консультативної та психологічної допомоги родинам військових, це є дуже необхідним особливо коли військовий знаходиться у зоні бойових дій. Таке рішення допоможе знизити рівень напруги і стресу у рідних учасників бойових дій та допоможе адаптуватися до умов служби [35; 37].

Також необхідно пам'ятати, що різноманітних програм та допомоги потребують не тільки діючі військовослужбовці/-виці, а й військові які завершують чи завершили свою військову кар'єру. Це зумовлює необхідність впровадження програм професійної перепідготовки для військових, які повертаються до цивільного життя. Забезпечення соціальної інтеграції через співпрацю з ветеранськими організаціями, центрами зайнятості та навчальними закладами. Також, залучення ветеранів до навчальної діяльності допоможе збільшити обізнаність суспільства та сприятиме підвищенню в них рівня поваги до захисників та патріотизму до держави. Дасть розуміння молодому поколінню чому військова служба є важливою та необхідною, і в майбутньому своїм прикладом ветерани можуть мотивувати нове покоління пов'язати себе з військовою сферою. І що не мало важливо залученням ветеранів до навчального процесу допоможе сформувати в молодого покоління як необхідно ставитися і як правильно будувати спілкування та будь-які соціальні відносини із нашими захисниками. Бо дуже залежить соціальна адаптація наших захисників після

війни до цивільного життя саме від ставлення суспільства до них. Бо так чи інакше повернуться вони кожен із своїми травмами і вже від нас, від суспільства залежить їх комфорт тут.

Необхідно завжди тримати руку на пульсі, що стосується будь-яких проявів незадоволеності, і щоб швидко їх виявляти та боротися із ними ми б рекомендували проводити на постійній основі дослідження та опитування, щодо соціальної фрустрованості і тд [5;7].

Варто зауважити, що різноманітні активності теж є хорошим чинником для адаптації до цивільного життя, і навіть просто як розвантаження емоційне для діючих військових та покращення взаємовідносин в військовому колективі між чоловіками-військовослужбовцями та жінками-військовослужбовицями. Проведення культурно-масових заходів, спортивних змагань та святкових подій у військових частинах. Створення програм, що дозволяють військовим розвивати свої творчі чи спортивні таланти. До речі, в нашому місті є хороший приклад такої ініціативи. Регіональні змагання із адаптивних видів спорту організовані громадською організацією «Об'єднання учасників та інвалідів бойових дій «Подільська Січ», Хмельницької обласною військовою адміністрацією та Управлінням молоді, фізичної культури і спорту Хмельницької обласної державної адміністрації, варто звернути увагу, що за ініціативи військовослужбовців-ветеранів (тобто це вказує на необхідність впровадження таких заходів). Цей захід має назву "Сила духу Поділля". В серпні цього року відбулися перші такі змагання, тривали вони два дні, і зібрали ветеранів з усієї області, діючих військовослужбовців та, що не мало важливо сім'ї Захисників, котрі поклали своє життя, задля захисту нашої країни та нашого мирного життя. Планується, що тепер вони будуть проводитися на постійній основі. Метою змагань є увічнення пам'яті Захисників та захисниць України, залучення військовослужбовців, ветеранів війни і членів їх сімей, членів сімей загиблих Захисників та Захисниць України до розвитку спортивних осередків, популяризації спорту, як інструменту реабілітації та соціальної інтеграції, фізкультурно-спортивна та психологічна реабілітація військовослужбовців,

ветеранів війни і членів їх сімей, членів сімей загиблих (померлих) Захисників та Захисниць України, заучення військовослужбовців, ветеранів війни і членів їх сімей, членів сімей загиблих (померлих) Захисників та Захисниць України до популяризації спорту, як інструменту реабілітації та соціальної інтеграції. Це чудовий приклад поданий нашою областю, що це є важливим та необхідним, і це працює таких ініціатив потрібно впроваджувати якомога більше [37].

Реалізація даних рекомендацій дозволить створити сприятливі соціальні умови для професійної діяльності військовослужбовців, забезпечить їхню задоволеність умовами служби та сприятиме зниженню рівня фрустрованості. Комплексний підхід до організації соціальної підтримки, акцент на психологічній допомозі, розвитку комунікацій та підвищенні якості соціальної інфраструктури стануть основою для покращення соціального клімату у військових колективах та ефективної соціальної інтеграції військовослужбовців після завершення служби [22].

Ми рекомендуємо запровадити створення соціальних хабів для військовослужбовців. Щоб це був простір, в якому військові та їх родини можуть отримати різноманітну комплексну допомогу або просто комфортно провести вільний час. Щоб це були такі хаби де військові зможуть і вирішувати якісь свої питання та проблеми, і просто відключитися від зовнішнього світу і розслабитися, побути наодинці з своїми думками або ж позайматися своїм хоббі, знайти однодумців, стати частиною спільноти, яка проживає такий самий досвід, і бореться з такими ж проблемами та викликами. Ми рекомендуємо щоб це були багатопрофільні хаби. Тобто, один із напрямків діяльності таких хабів, щоб була психологічна допомога (індивідуальні чи групові сеанси для військових і їх родин), щоб на місці постійно був присутній психолог із кризової психології, для надання в разі необхідності невідкладної допомоги. Чудовою ініціативою було б об'єднати в таких хабах напрямок психологічної допомоги із організацією культурних заходів та організацією дозвілля для військових і їх родин. Проведення майстер-класів, змагань, виставок, проведення заходів присвячених військовим пам'ятним датам. Створення простору для роботи чи

навчання військовослужбовців, які опановують нову професію. Забезпечити наявність юристів в хабі, задля того щоб військовослужбовці та їх родини могли отримати юридичні і соціальну консультацію, стосовно різних правових питань. Створення таких закладів для військовослужбовців сприятиме створенню сприятливого соціального середовища для військовослужбовців, зменшенню рівня стресу та соціальної фрустрації та створить комфортніші умови для соціальної адаптації, наприклад після завершення військової служби.

Ми бачимо це чудовою ініціативою, що допоможе сприяти зміцненню стосунків між військовими та їх родинами, комфортнішій інтеграції військовослужбовців/-виць у суспільство після демобілізації, і такі заходи повинні впроваджуватися, не тільки з ініціативи самих військовослужбовців, а й з ініціативи військових частин, органів держави, громадських та волонтерських організацій.

Висновки до розділу

У Розділі 2 висвітлено спільну роботу з фахівцями Хмельницького міського Центру соціальних служб, спрямовану на встановлення соціально-психологічних проблем у військовослужбовців-жінок під час виконання ними професійних обов'язків шляхом діагностичної роботи, зміст якої полягав у розкритті причин появи у них незадоволеності умовами військової служби, дослідженні проблем, що стоять на заваді якісного виконання професійних обов'язків та здійсненні наголосу на не достатньому доступі для жінок-військовослужбовців до психологічної допомоги та підтримки. А також у наявності у жінок-військовослужбовиць такого явища, як «професійне вигорання» та визначення його рівня у них. В дослідженні окреслено інструментарій, що сприяв отриманню необхідної інформації.

Окремим питанням у практичній роботі мультидисциплінарної команди фахівців соціальної сфери стала робота командира, від дій якого залежить обстановка у підрозділі, психоемоційний стан жінок-військовослужбовиць та

задоволеність ними умовами несення служби та виконання своїх професійних обов'язків. Командир відіграє ключову роль у процесі інтеграції жінок у військову службу, оскільки саме від його дій залежить створення рівних умов для служби, ефективність комунікації та зниження гендерної напруги в підрозділі.

Прикладна частина нашого наукового дослідження містить опис закладів та установ соціального спрямування дотичних до роботи військовослужбовців Збройних сил України, в центрі якого перебував перелік таких установ і напрями допомоги та результати діяльності таких організацій та розробку Програми занять «Профілактика та подолання синдрому професійного вигорання жінок-військовослужбовиць в Збройних Силах України».

Наш доробок, містить науково-практичні рекомендації представникам керівництва військової сфери щодо покращення психологічної підтримки та превенції професійного вигорання .

В якості рекомендацій нами було запропоновано покращити забезпечення жінок-військовослужбовиць якісним екіпіруванням і відповідно до їх специфічних фізіологічних потреб та забезпечення військових частин комфортними умовами перебування там та необхідними санітарно-гігієнічними засобами, особливо це є важливим і необхідним для жінок. Запровадження справедливих умов для кар'єрного зростання, щоб все було прозоро і залежало виключно від професійних навичків, і ніяк на цей процес щоб не впливали гендерні аспекти та стереотипи на цей момент військової служби. Збільшення в штаті кількості військових психологів, задля збільшення психологічної допомоги та формування мобільних психологічних команд щоб мати змогу надавати необхідну підтримку за межами військових частин та безпосередньо на передовій [21].

Також ми рекомендуємо військовому керівництву співпрацювати із громадськими та волонтерськими організаціями задля створення спільно із ними соціальних хабів для військовослужбовців, що діятимуть відповідно до чинного законодавства та надаватимуть комплексну допомогу військовим та їх родинам.

Такі заходи будуть залучати до роботи соціальних працівників, психологів та волонтерів, задля створення комфортного середовища, де військовослужбовці/-виці зможуть і професійну цільову допомогу отримати і просто відпочити та добре провести вільний від несення служби час.

Забезпечити військовослужбовцям/-вицям досту до різноманітних активностей, задля комфортної інтеграції, зокрема й після демобілізації в суспільне життя та з метою запобігання виникнення у них «професійного вигорання».

ВИСНОВКИ

Актуальність нашого наукового дослідження зумовлена відсутністю достатнього забезпечення рівності жінок і чоловіків у військовій сфері та наявністю гендерних стереотипів. Як було зауважено у вступній частині роботи, кількість жінок в лавах ЗСУ зросла, а разом з цим зросло число осіб, які потребують соціально-психологічної допомоги. Та зросла кількість завдань для військового керівництва, що стосуються забезпечення комфортних умов для виконання жінками професійних обов'язків.

У нашій роботі ми дослідили історичний аспект феномену жінки у лавах Збройних сил України. Порівняли світовий та вітчизняний досвід жіноцтва в армії, і нам вдалося дізнатися, що жінки брали участь у військовій справі та бойових діях ще з давніх часів.

Проаналізувавши ряд джерел та наукових праць нам вдалося дослідити як протягом останніх 30 років змінювалася роль жінок-військовослужбовиць. А у сучасних умовах, в контексті воєнних дій, що є наразі їхня роль тільки зросла жінки пройшли етап від допоміжного персоналу до повноправних військових що підкреслює, що їх значення у військових структурах - зростає.

Під час дослідження ми дослідили та проаналізували низку нормативно-правових актів, що регулюють соціальну підтримку та супровід військовослужбовців, жінок-військовослужбовців та членів родин військових. І прийшли до висновку, що законодавство гарантує рівні права, захист, соціальне забезпечення, пільги, але все ж існують певні прогалини, що потребують вдосконалення, зокрема в адаптації законодавства до реальних викликів сучасної військової служби.

Прикладна частина роботи містить опис методологічного інструментарію емпіричного дослідження та аналіз отриманих даних. Виявлено чимало проблемних аспектів в житті військовослужбовиць-жінок, що стоять на заваді їх задовільного соціально-психологічного та фізичного здоров'я.

На основі отриманих даних в ході нашого дослідження нами було розроблено науково – практичні рекомендації для представників військового

керівництва, що будуть спрямовані на поліпшення умов несення служби жінками-військовослужбовицями Збройних сил України, також ми розробили Програму занять «Профілактика та подолання синдрому професійного вигорання», розраховану на 6 днів, і спрямовану на покращення психологічної підтримки та превенції професійного вигорання.