

355.5

М 54

КОМАНДУВАННЯ ПОВІТРЯНИХ СИЛ
ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ
УПРАВЛІННЯ МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО
ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ



МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ
ТА ПРОВЕДЕННЯ ЗАХОДІВ
ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ
У ВІЙСЬКОВИХ ЧАСТИНАХ (ПІДРОЗДІЛАХ)
ПОВІТРЯНИХ СИЛ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

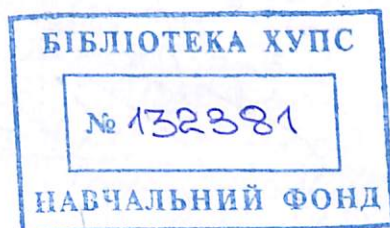
Вінниця
2017

355.5
М 54

КОМАНДУВАННЯ ПОВІТРЯНИХ СИЛ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ
УПРАВЛІННЯ МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ



МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЗАХОДІВ
ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ У ВІЙСЬКОВИХ
ЧАСТИНАХ (ПІДРОЗДІЛАХ) ПОВІТРЯНИХ СИЛ
ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ



Вінниця
2017



ЗМІСТ

1.	Вступ	4
2.	Типові обов'язки офіцера-психолога (психолога)	5
3.	Етичні норми професійної діяльності	7
4.	Організація роботи офіцера психолога (психолога)	9
4.1	Розмежування обов'язків в організації психологічного забезпечення	9
4.2	Орієнтовний перелік заходів плану роботи психолога	14
5.	Вивчення особового складу	16
5.1	Професійно-психологічний відбір	24
5.2	Методика проведення соціометричного дослідження	25
5.3	Порядок використання тестових методик	32
5.4	Використання автоматизованих психодіагностичних комплексів	35
6.	Психологічна робота по нейтралізації причини та умови, що сприяють випадкам самогубств	39
7.	Психологічна робота в бойових умовах	43
7.1	Профілактика психогенних втрат	45
7.2	Прийоми та методи надання психологічної допомоги	47
7.2.3	Симптоми посттравматичного стресового розладу (ПТСР)	53
7.2.4	Методика проведення психологічного дебрифінгу	54
7.2.5	Методи психічної саморегуляції	60
7.2.6	Психофізіологічні методи регуляції функціональних станів	64
7.2.7	Використання тренінгів, як методу групової роботи з психологічної допомоги та корекції поведінки особового складу	66
8.	Психологічна підготовка особового складу	69
8.1	Особливості психологічної підготовки льотного складу	72
8.2	Особливості психологічної підготовки особового складу зенітних ракетних військ	78
8.3	Особливості підготовки особового складу радіотехнічних військ	83
8.4	Особливості організації психологічної підготовки особового складу на навчаннях та заняттях з бойової підготовки	86
8.5	Психологічна підготовка особового складу до захисту від ракетних, авіаційних ударів та високоточної зброї противника	91
9.	Психологічне консультування	93
9.1	Методика проведення психологічного консультування	96
9.2	Рекомендації щодо вивчення психологічних обставин у сім'ях військовослужбовців які впливають на їх службову діяльність і поведінку	100
9.3	Практичні рекомендації психолога	102
9.3.1	Способи порятунку від стресу	102
9.3.2	Способи подолання кризових життєвих ситуацій	103
9.3.3	Усунення причин внутрішнього виснаження	104
9.3.4	Правила ефективних взаємовідносин	105
9.3.5	Рекомендації командирів щодо позбавлення сором'язливості	106
9.3.6	Способи протидії стресу під час авіаційних та артилерійських ударів	106
9.3.7	Правила відновлення розумової діяльності після повернення із зони ведення бойових дій	108
9.3.8	Правила відношення до себе після повернення із зони ведення бойових дій	109
10.	Навчально-матеріальна база психологічного забезпечення	110
11.	Опис валізи психолога	112
12.	Психологічний словник	113

“ПСИХОЛОГІЯ” – (від грецького “психо” - душа и “логос” – слово, вчення) – наука про закономірності виникнення і діяльності психіки у людини і вищих тварин, про психічні процеси, які є складовими діяльності та спілкування людей, поведінки тварин.

1. ВСТУП

Сучасний бій - це суворя перевірка фізичних і духовних сил воїна, його здібностей активно протистояти дії екстремальних, негативних для життя факторів, зберегти волю і рішучість, до кінця виконати поставлену бойову задачу. Одночасно бій – це жорстока боротьба цілей, мотивів, переконань, настроїв, волі, думок військовослужбовців воюючих сторін. В бойових умовах психіка військовослужбовця підлягає різним впливам, які або сприяють мобілізації фізичним і психічним можливостям людини, підвищенню бойової активності, або дезорганізують бойову діяльність воїна, блокують доступ до наявних резервів організму, розхитують нервову систему, погіршують психічне здоров'я тощо.

Сьогодні ведення збройної боротьби характеризується пред'явленням високих вимог до психологічних якостей військовослужбовців. Безумовно, всі види забезпечення у Збройних Силах спрямовані на ефективне і безпечне виконання учбово-бойових завдань, проте саме комплекс психологічних заходів і засобів найбільш суттєво сприяє підвищенню резервних можливостей психіки людини і забезпеченню оптимальної працездатності військових спеціалістів

Таким чином, сьогодні нагальна проблема усвідомлення основних понять і змісту психологічного забезпечення у військах (силах), розуміння яких дозволить чітко уявити обов'язки фахівців – психологів у Повітряних Силах Збройних Силах України.

У зазначених методичних рекомендаціях визначена система роботи офіцера-психолога (психолога) військової частини (підрозділу) та наданні практичні рекомендації щодо порядку виконання основних заходів психологічного забезпечення.

Реалізація зазначених вимог сприятиме удосконаленню психологічного забезпечення у військовій частині (підрозділі) та підвищенню статусу фахівців – психологів у Повітряних Силах Збройних Силах України.