

**Доценко Вікторія В'ячеславівна,**  
кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри педагогіки та психології факультету № 3,  
Харківський національний університет внутрішніх справ,  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-7757-2793>

## **ПСИХОЛОГІЧНА СКЛАДОВА ВЗАЄМОДІЇ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ З НАСЕЛЕННЯМ ДЕОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ**

Робота правоохоронців на територіях, що перебували під російською окупацією здійснюється у багатьох напрямках: забезпечення всіх місцевих мешканців деокупованих територій гуманітарною допомогою; фіксація та кваліфікація воєнних злочинів; прийом заяв про пошкоджені росіянами будинки і документування пошкоджень; патрулювання сіл і попередження місцевих про заміновані території та будівлі; розмінування; перевірка транспортних засобів на автошляхах і блокпостах; фільтраційні заходи, контрдиверсійні; стабілізаційні заходи, в ході яких виявляють колаборантів; пошук безвісти зниклих осіб тощо.

У важкій роботі над відновленням життя на деокупованих територіях поліцейські здійснюють заходи поліцейського піклування та надають первинну психологічну допомогу і психосоціальну підтримку різним категоріям громадян. Для ефективного виконання зазначених функцій поліцейські повинні бути обізнані в питаннях надання невідкладної психологічної допомоги, особливостей функціонування психіки і поведінки людини в екстремальних умовах, ефективної професійної комунікації з людьми, які тривалий час перебували в ізоляції.

З метою психологічної підготовки поліцейських до взаємодії з населенням деокупованих територій кафедрою педагогіки та психології Харківського національного університету внутрішніх справ було розроблено та впроваджено в освітній процес семінар-тренінг «Психологічна складова взаємодії поліцейських з населенням деокупованих територій».

Семінар-тренінг складається з трьох занять:

*Заняття № 1. Особливості комунікації з населенням деокупованих територій.*

Завдання:

1) сформувати у поліцейських знання про закономірності функціонування психіки та поведінки людини в умовах ізоляції. Ознайомити з ознаками ізоляційної компресії; пояснити як формується синдром набутої безпорадності (М. Селігман); розповісти про три фази душевної реакції на життя в концтаборі

(В. Франкл); розкрити феномен посттравматичного зростання (міні-лекція);

2) повторити і закріпити загальні правила спілкування поліцейського (метод кейсів);

3) набути навички спілкування з постраждалими внаслідок військової агресії РФ проти України (метод кейсів).

*Заняття № 2. Особливості надання психологічної допомоги особам, які пережили травмівну подію.*

Завдання:

1) ознайомити поліцейських з основними принципами і алгоритмами надання психологічної допомоги особам, які пережили/переживають травмівну подію (міні-лекція) [1];

2) відпрацювати навички надання психологічної допомоги особам у різних психічних станах: з агресивною поведінкою; з ознаками ступору, апатії, рухового збудження, дезорієнтації, страху, паніки, нервового тремтіння, галюцинацій та марення, плачу, істерики (практичні вправи надання психологічної допомоги) [1].

*Заняття № 3. Самодопомога та емоційна регуляція в кризових станах.*

Завдання:

1) психологічна просвіта про психічне здоров'я: як стрес впливає на тіло, емоції і думки; мотивація піклування про себе, турботу про свій фізичний та психологічний стан і дотримання основ психогігієни;

2) формування навичок самодопомоги (дихальні практики для зняття стресу та панічних атак; заземлення; м'язова релаксація; психотехніки регуляції сну і засинання) [2].

Кожне заняття семінар-тренінгу складається з двох частин – теоретичної та практичної. Під час практичних занять поліцейські працюють у малих групах, у парах, презентують напрацювання тощо.

Знання і вміння отриманні після участі у семінар-тренінгу допоможуть поліцейським у важкій роботі з відновлення життя на деокупованих територіях, розвитку психологічної готовності до подолання труднощів і виконання службових обов'язків в умовах війни.

### **Список використаних джерел**

1. Перша психологічна допомога в гострих стресових ситуаціях: навч.-практич. посіб. / за заг. ред. д-ра юрид. наук, проф. О.А. Моргунова; [О.І. Федоренко та ін.]; МВС України, Харків. нац. ун-т. внутр. справ. Харків: ХНУВС, 2022. 84 с.

2. Перша психологічна допомога ветеранам війни (досвід роботи психологів системи МВС України) : poradnik /колектив укладачів : О. Кудерміна, В. Андросюк, Н. Жук, Ю. Бойко-Бузиль, О. Давидова та ін. Київ: ДНДІ МВС України, 2023. 48 с.