

ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ПОВЕДІНКИ, ЩО ВІДХИЛЯЄТЬСЯ, У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Розглянуто значення психо-корекційної роботи з військовослужбовцями. Описані обов'язкові складові психологічної корекції. Зазначені основні вміння військовослужбовці після проходження психологічної корекції.

Ключові слова: психологічна корекція, психологічна едукація, девіантна поведінка, військовослужбовець.

Психологічно-корекційна робота при девіантній поведінці у військових має величезне значення у сучасній армії. По-перше, на військовослужбовців впливає підвищений стрес, який може призвести до різноманітних проблем, зокрема девіантній поведінці. Це можуть бути випадки агресії, порушення дисципліни, проблеми з адаптацією до військового середовища.

Необхідно відзначити, що девіантна поведінка у війську може мати серйозні наслідки не лише для військовослужбовця особисто, а й для колективу та інколи впливати на виконання бойових завдань за призначенням. Робота психологів та спеціалістів з корекції девіантної поведінки допомагає не лише попередити негативні наслідки, а й впливає кращій адаптації та формуванню ефективних стратегій подолання стресу у військових національної гвардії України.

Психолого-корекційна робота стає невід'ємною частиною програм підтримки психологічного здоров'я військовослужбовців. Вона впливає не лише на вирішення конкретних проблем поведінки, але й попереджає їх виникнення, підтримуючи психологічне благополуччя і боєздатність військових, що безпосередньо важливо для забезпечення безпеки та ефективності військових операцій.

Психологічна корекція поведінки, що відхиляється - це типове втручання у процеси психічного і особистісного розвитку людини з метою виправлення відхилень у цих процесах і часто справляє вплив не лише на особистість, а й на оточення, організацію життєдіяльності. Корекція девіантної поведінки - це системна спільної діяльності психолога та військовослужбовця щодо нівелювання та подолання такої поведінки, формування здатності вирішувати проблеми, що виникають у реальних життєвих ситуаціях, з використанням знань, умінь і навичок, життєвого досвіду.

Обов'язковими складовими психологічної корекції має бути:

- психологічна едукація (просвіта);
- психоемоційне та психофізіологічне розвантаження;
- відновлення психологічної безпеки особистості;
- соціальна реадaptaція.

Під час психологічної едукації (просвіти) обов'язково включати наступні питання:

- поняття девіантної поведінки;
- види девіантної поведінки у військовослужбовців;
- суїцидальна поведінка;
- адиктивна поведінка;
- особливості роботи пам'яті та свідомості людини під дією психоактивних речовин;
- як формувати відчуття безпеки.

Перед початком проведення психологічної корекції старшому (керівнику) здійснити аналіз щодо:

- кількість втрат (бойових, санітарних);
- кількість правопорушень які були в підрозділі.

Під час проведення заходів психологічної корекції заборонити залучати особовий склад (військовослужбовців) до різних занять які не пов'язані із заходом (добові наряди).

За нашим власним досвідом, свою ефективність наступні підходи та техніки:

- обов'язкове проведення спортивних групових заходів (волейбол, футбол тощо);
- проведення спільного перегляду спеціально підібраних фільмів, мультфільмів (фільмотерапія).

Для зниження психоемоційного напруження, відновлення психічних процесів (пам'ять, увага, сприйняття тощо), покращення соціальної адаптації доцільно проводити заняття з плетіння мандал, ляльок мотанок; глинотерапію, та інше. Важливим елементом є можливість створення виробу своїми руками, який можна буде забрати з собою та зберігати. На цей виріб можна загадувати бажання, висловлювати побажання, робити у вигляді талісману, оберегу для себе або своїх близьких.

Для актуалізації ресурсів психіки ефективними показали себе такі методики як: «Мандрівник», «Чорний квадрат».

Проведення тренінгових занять, направлених на активізацію моральної саморегуляції військовослужбовців, як ефективного засобу протидії деструктивному інформаційному впливу.

Кожен день роботи починати з фізичної розминки (гімнастики), вправ психогімнастики, а завершувати вправами на м'язову релаксацію, дихальними вправами або медитативними практиками із обов'язковим наданням рекомендацій психологів щодо покращення сну. Надавати бійцям часті перепочинки із каво-брейками для своєчасного відновлення сил військовослужбовців. Гарний вплив на стан військовослужбовців мають заходи на свіжому повітрі: піші прогулянки, пікніки, риболовля, екскурсії. Пропонувати військовослужбовцям брати участь у ранкових та вечірніх молитвах спільно із військовим капеланом (священиком).

Завдання – проінформувати військових про негативні наслідки деструктивного інформаційного впливу; розвинути у учасників соціальну компетентність та критичне мислення, яке буде сприяти удосконаленню особистої саморегуляції та усвідомленню значимості морально-вольових якостей.

Після проходження психологічної корекції військовослужбовці мають вміти:

- проводити первинний морально-психологічний аналіз інформаційного впливу;
- застосовуючи методи критичного сприйняття, відстежувати наслідки психологічно небезпечних ситуацій;
- усвідомлено обирати моральний стиль поведінки та протистояти тяжким ситуаціям взаємодії з найближчою середою та оточенням.

Одержано 28.02.2024