

Соціальна модель зосереджується на положенні, що обмеження у повсякденній діяльності переважно є наслідком недоліків організації суспільного простору та існування системних бар'єрів, а не безпосередньо стану здоров'я людини. Відтак, основним завданням держави та суспільства стає трансформація навколишнього середовища таким чином, щоб створити максимально інклюзивні умови, сприяючи формуванню незалежного способу життя для кожної людини. Цей підхід повністю відповідає стратегічному напрямку державної політики, спрямованому на гарантування самостійності громадян.

Список використаних джерел

1. Комар І. В. Безбар'єрність як соціальна норма сучасного суспільства. *XIX International scientific and practical conference «Modern Trends are the Driving Force of Scientific Progress»* (April 17-19, 2024) Lisbon, Portugal. International Scientific Unity, 2024. URL: https://isu-conference.com/wp-content/uploads/2024/04/Modern_trends_are_the_driving_force_of_scientific_progress_April_17_19_2024_Lisbon_Portugal.pdf#page=212
2. Зеленська О. Безбар'єрність 87% українців назвали однією з нових цінностей суспільства. *Укрінформ*. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3975048-bezbarernist-87-ukrainciv-nazvali-odnieu-z-novih-cinnostej-suspilstva-zelenska.html> (дата звернення: 10.11.2025).
3. Байда Л. Як застосовувати в школах універсальний дизайн, стандарти доступності й розумне пристосування. *Нова українська школа*. URL: <https://nus.org.ua/2020/06/22/yak-zastosovuvaty-v-shkolah-universalnyj-dyzajn-standarty-dostupnosti-j-rozumne-prystosuvannya/> (дата звернення: 10.11.2025).

Анжела Гельбак

Донецький державний університет внутрішніх справ

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА РОДИН СПІВРОБІТНИКІВ МВС: ШЛЯХИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ БЕЗБАР'ЄРНОГО ДОСТУПУ ДО ДОПОМОГИ

Психологічна підтримка родин працівників МВС є не лише соціальною потребою, а й стратегічним напрямом державної політики у сфері безпеки. Вона спрямована на збереження психологічного благополуччя родини, профілактику кризових станів, попередження конфліктів та зміцнення сімейних зв'язків.

У нових умовах психологічна підтримка правоохоронців, офіцерів служби цивільного захисту Державної служби України з надзвичайних ситуацій, військовослужбовців Державної прикордонної служби України та Національної гвардії України виходить за межі індивідуального консультування і охоплює ширший спектр практик: створення сімейних клубів взаємодопомоги, застосування онлайн-форм підтримки, кризового консультування, програм розвитку батьківських компетентностей, тренінгів зі стресостійкості, арт- та тілесноорієнтованих технік, групової терапії для подружніх пар. Важливим завданням сучасних фахівців є інтеграція традиційних психологічних методів із

новітніми підходами – цифровими платформами, мультидисциплінарними моделями підтримки, партнерством між психологами, соціальними працівниками та духовними наставниками.

Разом із тим існують об'єктивні виклики: недостатня кількість кваліфікованих фахівців, обмежені ресурси психологічної служби, низька мотивація працівників звертатися по допомогу, суспільні стереотипи щодо психологічної вразливості, відсутність системної міжвідомчої взаємодії. Подолання цих бар'єрів потребує комплексного підходу, який поєднує освітні, наукові та практичні зусилля.

Нині, нормативно-правове забезпечення психологічної підтримки сімей працівників МВС України включає систему законодавчих, урядових, відомчих та міжнародних документів, які визначають зміст, форми та стандарти надання психологічної допомоги, соціальної підтримки й захисту прав сімей у різних умовах, зокрема в період воєнного стану. Ця нормативна база охоплює:

- конституційні та базові закони, що гарантують захист сім'ї, психічне здоров'я та право на допомогу;
- постанови Кабінету Міністрів України, які регулюють порядок надання соціальних і психологічних послуг, створення спеціалізованих центрів та впровадження державних програм підтримки;
- накази та інструкції МВС України, що визначають організацію психологічного забезпечення, взаємодію з іншими службами та алгоритми роботи з сім'ями працівників;
- міжнародні документи та рекомендації, які встановлюють сучасні стандарти психосоціальної підтримки в умовах стресу й надзвичайних ситуацій;
- національні стратегії та методичні матеріали, які спрямовані на розвиток системи психічного здоров'я, інклюзивності й безбар'єрності.

У сукупності ця база забезпечує надійне, комплексне та сучасне нормативне підґрунтя для організації якісної та ефективної психологічної підтримки сімей працівників МВС України.

У відповідь на нагальні потреби у сфері психічного здоров'я співробітників Міністерства внутрішніх справ України та їхніх сімей було впроваджено кілька комплексних програм психологічної підтримки. Ці ініціативи спрямовані на надання індивідуальної психологічної допомоги, особливо під час дії воєнного стану, та включають низку спеціалізованих послуг, спрямованих на сприяння психічному благополуччю. МВС розробило План психологічної підтримки, який зосереджений на військовослужбовцях Національної гвардії, Державної прикордонної служби, поліцейських та співробітниках цивільного захисту, а також на їхніх сім'ях. Цей план включає підготовку й направлення психолога – «ментального тьютора» – для надання психологічної підтримки. Проект «Mental tutor» став ключовою ініціативою з надання психологічної допомоги, адаптованої до конкретних проблем з якими стикаються сім'ї працівників сектору безпеки та оборони України, включаючи травми, домашнє насильство та загальний вплив збройного конфлікту на сімейні стосунки. Для полегшення доступу до цих послуг було розроблено єдину

інформаційну систему, що забезпечує структурований підхід до психологічного, соціального та правового захисту правоохоронців та їхніх сімей.

Актуальною стала ідея об'єднання психологів МВС у потужну команду для обміну досвідом і підтримки. У цьому контексті діє проєкт «Пункт психологічних практик», де психологи проводять професійну просвітницьку роботу серед персоналу та обмінюються досвідом. Метою ініціативи є поширення сучасних теоретичних знань та практичних технік серед фахівців у сфері ментального здоров'я для ефективної клінічної роботи з військовослужбовцями, ветеранами та членами їх сімей, які зазнали травматичних наслідків війни. Фахівці знайомляться з протоколами у напрямі когнітивно-поведінкової терапії, практиками, що пов'язані з ускладненим горюванням, гострим пресуїцидальним станом, розладами сну, хронічними захворюваннями, обмеженими можливостями через ампутації тощо. Серед сучасних підходів особливої актуальності набуває когнітивно-поведінкова терапія, що інтегрує техніки психотерапії прийняття та відповідальності, спрямовані на розвиток усвідомленості, гнучкості мислення та здатності діяти відповідно до власних цінностей.

Команда психологів також опановує основні принципи групової психотерапії військовослужбовців, ветеранів та членів їхніх сімей. Методи психологічної допомоги у цій сфері не мають універсального характеру: у кожному випадку потребуються індивідуальні підходи та різноманітні практики. Саме тому здобуття нових професійних знань і обмін унікальним досвідом з колегами стають запорукою ефективної роботи та позитивних результатів.

Розбудова цілісної системи психічного здоров'я населення особливої актуальності набуває у контексті масштабних соціальних і безпекових викликів, що постали перед Україною, адже війна вплинула на кожную родину, торкнувшись як цивільних, так і військових, правоохоронців, рятувальників. Саме тому в Україні запущено стратегічну ініціативу державного рівня – Всеукраїнську програму психічного здоров'я, започатковану Першою леді Оленою Зеленською, яка спрямована на створення ефективної, доступної та людиноцентричної системи психологічної допомоги. Всеукраїнська програма психічного здоров'я має на меті побудову доступної системи психологічної допомоги [1].

У контексті посилення міжнародної співпраці у сфері підтримки психічного здоров'я працівників сектору безпеки важливу роль відіграють спільні ініціативи України та європейських партнерів. Одним із таких проєктів стала ініціатива «Блакитне небо для України», започаткована Консультативною місією Європейського Союзу (КМЄС) в Україні за фінансової та експертної підтримки Уряду Королівства Нідерландів у співпраці з Міністерством внутрішніх справ України Ця ініціатива має на меті підвищити ефективність та результативність роботи правоохоронних органів України та покращити громадську безпеку шляхом впровадження практик з охорони психічного здоров'я для поліцейських, які працюють у складних умовах та в надзвичайно стресових ситуаціях [2, 3].

Проект спрямований на створення ефективної системи психосоціальної підтримки співробітників Національної поліції України за трьома основними напрямками.

Перший напрямок – навчання фахівців. Співробітники підрозділів кадрового забезпечення – психологи і соціальні працівники поліції – пройдуть сертифікацію за передовими програмами EMDR (Eye Movement Desensibilization and Reprocessing, тобто десенсибілізація та репроцесуалізація (опрацювання травми) з допомогою руху очей), «Сім троянд» (7ROSES), командної колегіальної та товариської підтримки. Ці програми дозволять фахівцям опанувати інструменти для подолання стресу, посттравматичного стресового розладу та інших психологічних проблем, що є особливо актуальними для поліцейських.

Другий напрямок – розвиток інфраструктури. Будуть відкриті стаціонарні центри психосоціальної допомоги у Львові, Києві, Рівному та Вінниці, а також буде передано 13 мобільних офісів для роботи на деокупованих і прилеглих до них територіях. Ці центри будуть оснащені необхідним обладнанням та забезпечать доступ до психологічної допомоги для більшої кількості поліцейських. Зокрема, у мобільних офісах можна буде отримати консультацію або психологічну допомогу на місці тим, хто постраждав від обстрілів чи інших наслідків війни.

Третій компонент передбачає залучення міжнародних експертів для прискорення інтеграції кращих європейських практик у систему підтримки психічного здоров'я Національної поліції України.

Зазначені аспекти демонструють комплексний підхід України до психологічної підтримки військовослужбовців та правоохоронців в умовах війни, який поєднує міжнародний досвід з інноваційними рішеннями, адаптованими до специфічних умов країни.

Система психологічної допомоги сім'ям співробітників МВС України перебуває на етапі активного становлення та розбудови, що зумовлено зростанням психологічних викликів унаслідок воєнних дій. Вона поступово набуває комплексного характеру, охоплюючи не лише роботу з працівниками поліції, а й підтримку їхніх родин, які є важливою ланкою у збереженні психічної стійкості всього правоохоронного середовища.

Список використаних джерел

1. Міністерство внутрішніх справ України. Офіційний сайт. URL: Psychological support of employees of the Ministry of Internal Affairs is significantly strengthened (дата звернення 07.08.2025).

2. Блакитне небо для України: буклет. URL: <https://www.euam-ukraine.eu/wp-content/uploads/2025/01/BHU-both-lang-ELECTRONIC.pdf> (дата звернення 24.09.2025).

3. EUAM Ukraine. Офіційний сайт. URL: <https://www.euam-ukraine.eu/ua/news/how-blue-haven-for-ukraine-blakitne-nebo-dlya-ukrayini-will-help-police-officers-and-communities/>