


ОЛЕКСАНДР СЕРГІЙОВИЧ КОЛЕСНІЧЕНКО,

кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник,
Національна академія Національної гвардії України (м. Харків),
науково-дослідна лабораторія забезпечення службово-бойової діяльності
Національної гвардії науково-дослідного центру службово-бойової діяльності
Національної гвардії України;

 <https://orcid.org/0000-0001-6406-1935>,
e-mail: alex_kolesnichenko@ukr.net

**ОСОБЛИВОСТІ ВІДНОВЛЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я
ПРАВООХОРОНЦІВ, ЯКІ БРАЛИ УЧАСТЬ В ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ**

Розроблено й обґрунтовано структуру програми відновлення психічного здоров'я правоохоронців, які брали участь в операції Об'єднаних сил, за програмою «Декомпресія». Подано опис обов'язкових заходів (медичний огляд, дебрифінг, ігрова діяльність, психологічна просвіта та психоедукація, техніка оптимізації внутрішнього потенціалу, вправи з розтягування, лікувальний сон, масаж) і заходів за вибором (сімейна, фізична та соціальна реадаптація, індивідуальна консультація, ранкова прогулянка, тренажерний зал, плавання, заходи культурно-просвітницької роботи) програми «Декомпресія».

Ключові слова: психологічна декомпресія, правоохоронець, операція Об'єднаних сил, адаптація, травматизація, бойові дії, поведінка, психологічна реабілітація.

Оригінальна стаття

Постановка проблеми

Участь в операції Об'єднаних сил накладає помітний відбиток на перебіг психічної діяльності та поведінку правоохоронців-комбатантів. Бойовий стрес, відігравши свою позитивну роль у збереженні цілісності організму й особистості воїна в екстремальних умовах, стає причиною подальшої дезадаптації та психотравматизації комбатантів. По суті, саме стресові пристосувальні трансформації за межами життєзагрозової ситуації виявляються негативними та дезадаптивними й утворюють основи симптоматику бойових стресових розладів.

Саме бойова психологічна травматизація є одним із головних внутрішніх бар'єрів на шляху адаптації до мирного життя. Травматичний досвід, відображений у психіці комбатанта, тримає його в стані внутрішньої війни. Після повернення до мирної обстановки комбатант зазнає нового стресу, пов'язаного з адаптацією. На первинний стрес, отриманий під час виконання професійних завдань, накладається вторинний, що виник по поверненні додому. Це стає внутрішнім підґрунтям для психічної та соціальної дезадаптації учасника бойових дій у суспільстві.

Учасники операції Об'єднаних сил страждають від видимих «неозброєних очок» ран, і ті, кому потім ставлять діагноз «посттравматичний стрес», заявляють про себе через три-

валий час після ослаблення громадської цікавості до самого конфлікту. Хвороба може проявитися набагато пізніше після того, як правоохоронець покине своє розташування або взагалі звільниться зі служби. При цьому командир може навіть не знати про остаточні «втрати» особового складу на всіх рівнях.

Деякі люди, які страждають на психічні розлади, можуть яскраво проявляти ознаки своєї хвороби, а інші страждають мовчки, сором'язливо приховуючи свої муки. Почуття «сорому» особливо яскраво виражається у правоохоронців, які ніколи не допускали, що можуть мати психічні розлади. Саме через це багато комбатантів відмовляються приймати допомогу від товаришів по службі, офіцерів-психологів чи офіцерів відділу по роботі з особовим складом, а деякі звертаються за психіатричною допомогою в конфіденційному порядку.

Усе це говорить про те, що потрібен спеціальний, тривалий і організований період переходу психіки учасників операції Об'єднаних сил із воєнного часу на мирний режим функціонування, поступового, обережного залучення їх у систему соціальних відносин мирних умов, тобто період соціально-психологічної реадаптації. Ідеться про безкризову деактуалізацію рівня психологічної безпеки та психічного здоров'я, необхідного для виживання й ефективних бойових дій, відновлення психологічного ресурсу мирного часу.

Стан дослідження проблеми

Теоретичним підґрунтям для розробки програми відновлення психічного здоров'я працівників екстремального профілю діяльності є наявна технологія соціально-психологічної реадaptaції [1–6], яка передбачає послідовне здійснення низки заходів як із комбатантами, так і з їх безпосереднім соціальним оточенням. Технологічна схема цієї діяльності залежить від причин виникнення потреби в реадaptaції (закінчення виконання професійних завдань у бойових діях, ротація підрозділу, індивідуальна заміна фахівців-правоохоронців).

Практика показує, що за сприятливих умов виведення військ із бойових дій ще до їх повернення в умови мирної обстановки необхідно організувати спеціальний період життєдіяльності підрозділів, своєрідний «психологічний карантин» або «психологічну дезінфекцію» [1; 5]. Він належить до заходів психологічного забезпечення, які здійснюються на всіх рівнях.

Якщо порівняти психологічні наслідки інших бойових дій, які є у світі, то здебільшого працівники МВС інших країн виконують професійні завдання не у своїй державі, тому час повернення їх додому є тривалим, що дозволяє їм вилити один одному душу, ділилися боєм за загиблими товаришами з товаришами по службі й земляками. Удома їх зустрічають як героїв і виражають різноманітні знаки уваги. Усе це сприяє зняттю бойової напруги, заспокоєнню та швидкій адаптації до мирних умов життя. У правоохоронців – учасників операції Об'єднаних сил час повернення становить декілька годин, а інколи, ледве вийшовши з чергового бою, вони опинялися в мирній, але психологічно ворожій обстановці. Можна спрогнозувати, що з часом чисельність військовослужбовців – учасників бойових дій з ознаками ПТСР у майбутньому значно зросте, адже їм не вистачило часу для того, щоб поділитися своїми почуттями з товаришами по зброї та відійти від стресу бойових дій.

Мета і завдання дослідження

Метою є розробити програму відновлення психічного здоров'я правоохоронців, які виконували професійну діяльність в умовах проведення операції Об'єднаних сил.

Для досягнення цієї мети було вирішено таке завдання – на підставі аналізу наукової психологічної літератури й отриманих власних наукових результатів вивчення психологічної травматизації комбатантів запропонувати комплексну програму профілактики психологічної травматизації фахівців, діяльність яких є пов'язаною з ризиком для життя.

Наукова новизна дослідження

Проблема відновлення психічного здоров'я працівників – комбатантів МВС України вперше вирішується шляхом впровадження розробленої програми відновлення психічного здоров'я за програмою «Декомпресія».

Матеріали та методи досліджень

У межах науково-дослідної роботи «Розроблення програми профілактики посттравматичних стресових розладів у військовослужбовців Національної гвардії України» (шифр – «Стрес», держ. реєстр. № 0116U004047; науковий керівник – начальник науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності Національної гвардії України О. С. Колесніченко) [7] розроблено програму профілактики психологічної травматизації комбатантів, уже включену в процес психологічного забезпечення професійної діяльності фахівців екстремального профілю.

Існують такі структурні елементи сучасної системи психологічного забезпечення професійної діяльності працівників екстремального профілю діяльності: нормативно-правове забезпечення психологічної роботи з особовим складом у звичайних та екстремальних умовах; професійна орієнтація кандидатів на службу; професійний психологічний відбір кандидатів для проходження служби; психологічний супровід професійної діяльності. У свою чергу структурними елементами психологічного супроводу професійної діяльності працівників екстремального профілю діяльності є: психологічна підготовка працівників для здійснення професійної діяльності у звичайних та екстремальних умовах; цілеспрямований психологічний відбір працівників для конкретної професійної діяльності в екстремальних умовах; психологічна допомога та підтримка працівників під час виконання професійної діяльності в екстремальних умовах; психологічна діагностика працівників для виявлення можливих ознак негативних психічних реакцій і станів після завершення професійної діяльності в екстремальних умовах; психологічна допомога та психологічна реабілітація фахівців, які цього потребують, після завершення професійної діяльності в екстремальних умовах; психологічна експертиза осіб, які цього потребують, для подальшого здійснення професійної діяльності в екстремальних умовах; психологічний моніторинг фахівців, які здійснювали професійну діяльність в екстремальних умовах, і виявлення осіб з ознаками ПТСР та інших психічних розладів.

Обговорення результатів дослідження

На маршруті слідування із зони проведення операції Об'єднаних сил для правоохоронців рекомендується застосування програми «Декомпресія» тривалістю 3–4 дні.

Психологічна декомпресія – форма психологічної реабілітації особового складу, які перебували в умовах проведення операції об'єднаних сил, яка складається з комплексу заходів фізичного та психологічного відновлення організму людини та проводиться з метою поступової реадaptaції військовослужбовців до звичайних умов життєдіяльності, й запобігання розвитку в них психологічних травм [7].

Цілі проведення декомпресії: поступове переключення механізмів реагування в екстремальних (бойових) умовах до мирних умов життєдіяльності; фізичне та психічне відновлення; запобігання розвитку психологічних травм шляхом виявлення фахівців, у яких виникають труднощі.

Організація та проведення заходів декомпресії є такими.

Для проходження психологічної реабілітації за програмою «Декомпресія» у повному складі вибирається підрозділ, у якому ставались такі психотравмуючі події:

- смерть, загибель, травмування, поранення людини;
- перебування в умовах ізоляції (в полоні, в заручниках, в оточенні);
- робота із залишками тіл людини;
- тривале перебування в умовах проведення операції Об'єднаних сил;
- перебування під обстрілом противника, застосування зброї на ураження живої сили противника.

Психологічна декомпресія правоохоронців здійснюється:

- у навчальних центрах МВС, із наданням таких послуг, як психологічна просвіта та психоедукація, психологічна діагностика, індивідуальне та групове психологічне консультування;
- у медично-реабілітаційних центрах МВС, а також у реабілітаційних центрах, сана-

торіях і будинках відпочинку, визначених Міністерством соціальної політики України, з наданням усіх видів послуг.

Не рекомендується включати до складу робочої групи психологів і лікарів, які разом з особовим складом виконували професійні завдання в екстремальних (бойових) умовах – цей захід вони проходять на загальних підставах для всього особового складу. За організацію та проведення психологічної декомпресії відповідає старший робочої групи, призначений наказом посадової особи підрозділу, від якого відряджається особовий склад.

Мінімальна тривалість декомпресії – 3 доби, рішення на її продовження приймається старшим робочої групи залежно від досягнення мети її проведення. Узагальнена інформація за результатами проведеної роботи належить до категорії «для службового користування».

Члени сімей військовослужбовців і представники громадських організацій до заходів декомпресії не залучаються.

Психологічне вивчення, заходи психоемоційного розвантаження та психопрофілактичної роботи здійснюють психологи МВС (два психологи – до 30 осіб).

Обов'язкові заходи програми «декомпресія»: медичний огляд, дебрифінг по завершенню місії (1-й, 2-й день), ігрова діяльність (2-й, 3-й день), усебічне інформування щодо періоду після проведення бойових дій, 3-й день, техніка оптимізації внутрішнього потенціалу, вправи з розтягування (сеанси розбито на 3 дні), лікувальний сон (сеанси розбито на 3 дні), масаж (сеанси розбито на 3 дні).

Заходи за вибором: сімейна реадaptaція; фізична реадaptaція; соціальна реадaptaція; інформування щодо повернення до сімей; індивідуальна консультація в разі самозвернення до психологів; ранкова прогулянка; тренажерний зал (статичні й кардіотренажери); плавання (просто неба або в приміщенні з підігрівом), джакузі, сауна чи лазня; заходи культурно-просвітницької роботи (вистава, дитячі концерти, караоке, екскурсії).

Програму заходів психологічної реабілітації подано в табл. 1.

Таблиця 1

Програма заходів психологічної реабілітації правоохоронців, які виконували професійну діяльність в умовах проведення операції Об'єднаних сил, за програмою «Декомпресія»

День, час	Заходи (форми та методи, тема, мета, завдання, місце проведення)		
	Група № 1 (до 10 осіб)	Група № 2 (до 10 осіб)	Група № 3 (до 10 осіб)
День прибуття			
до 15.00	Прибуття психологів робочої групи, розміщення, підготовка робочих місць, стимульного та роздаткового матеріалу. Заходи психологічної просвіти та психоедукації.		

День, час	Заходи (форми та методи, тема, мета, завдання, місце проведення)		
	Група № 1 (до 10 осіб)	Група № 2 (до 10 осіб)	Група № 3 (до 10 осіб)
до 18.00	Прибуття особового складу та його розселення по кімнатах.		
до 18.30	Старший робочої групи, актовий зал. Презентація учасникам психологічної реабілітації програми «Декомпресія», плану проведення заходів, психологів робочої групи та медичного персоналу. Розподіл по підгрупах.		
18.30–19.30	Вечеря		
19.30–21.00	Збори з психологами й учасниками програми для підбиття підсумків за день. Культурно-масові заходи , перегляд художніх фільмів (час для особистих потреб).		
Перший день			
08.30–09.00	Підйом, ранкова зарядка		
09.00–09.30	Сніданок		
09.30–10.00	Старший робочої групи, актовий зал. Інтерактивна бесіда: «Психофізіологічні та поведінкові наслідки бойового стресу». Мета: створення умов безпечного середовища для відновлення. Завдання: надати інформацію про наслідки стресу; повідомити учасникам мету, зміст і загальні правила; презентувати індивідуальні компетенції психологів для формування особистих запитів учасників.		
10.00–12.00	Медичний огляд. Індивідуальні психологічні консультації (за запитами).		
10.00–11.00	Медичний огляд, складання індивідуального плану, отримання фізіотерапевтичних процедур, медичної реабілітації	Психодіагностика рівня психологічної безпеки особистості, ознак бойової травматизації	Медичний огляд, складання індивідуального плану, отримання фізіотерапевтичних процедур, медичної реабілітації
11.00–12.00	Психодіагностика рівня психологічної безпеки особистості, ознак бойової травматизації	Медичний огляд, складання індивідуального плану, отримання фізіотерапевтичних процедур, медичної реабілітації	Психодіагностика рівня психологічної безпеки особистості, ознак бойової травматизації
12.00–13.00	Оздоровча фізична підготовка, спортивні ігри: – гра у волейбол (волейбольний майданчик); – гра в теніс (хол бібліотеки); – атлетична гімнастика (тренажерний зал)		
13.00–13.30	Обід		
13.30–14.30	Післяобідній відпочинок (сон)		
14.30–16.30	Дебрифінг з питань закінчення місії	Дебрифінг з питань закінчення місії	Дебрифінг з питань закінчення місії
16.30–18.30	Водні процедури (циркулярний душ, ванни, сауна)		
18.30–19.30	Вечеря		
19.30–21.00	Збори з психологами й учасниками програми для підбиття підсумків за день. Культурно-масові заходи , перегляд художніх фільмів (час для особистих потреб).		
21.00	Відбій		
Другий день			
07.30–09.00	Підйом		
07.30–09.00	Ранкова зарядка (вправи синхрогімнастики, біг, робота на тренажерах), ранкова прогулянка, риболовля		
09.00–10.00	Сніданок		
10.00–13.00	Фізіотерапевтичні процедури, заходи медичної реабілітації та індивідуальне психологічне консультування (за запитами)		
13.00–13.30	Обід		
13.30–14.30	Післяобідній відпочинок (сон)		

День, час	Заходи (форми та методи, тема, мета, завдання, місце проведення)		
	Група № 1 (до 10 осіб)	Група № 2 (до 10 осіб)	Група № 3 (до 10 осіб)
14.30–17.30	Тренінгові заняття з питань відновлення психологічної безпеки особистості	Тренінгові заняття з питань відновлення психологічної безпеки особистості	Тренінгові заняття з питань відновлення психологічної безпеки особистості
17.30–18.30	Оздоровча фізична підготовка, спортивні ігри: – гра у волейбол (волейбольний майданчик); – гра в теніс (хол бібліотеки); – атлетична гімнастика (тренажерний зал)		
18.30–19.30	Вечеря		
19.30–21.00	Збори з психологами й учасниками програми для підбиття підсумків за день. Культурно-масові заходи , перегляд художніх фільмів (час для особистих потреб).		
21.00	Відбій		
Третій день			
07.30–09.00	Підйом		
07.30–09.00	Ранкова зарядка (вправи синхροгімнастики, біг, робота на тренажерах), ранкова прогулянка, риболовля		
09.00–10.00	Сніданок		
10.00–13.00	Екскурсія історичними місцями міста		
13.00–13.30	Обід		
13.30–14.30	Післяобідній відпочинок (сон)		
14.30–17.30	Тренінгові заняття з питань відновлення психологічної безпеки особистості	Тренінгові заняття з питань відновлення психологічної безпеки особистості	Тренінгові заняття з питань відновлення психологічної безпеки особистості
17.30–18.30	Оздоровча фізична підготовка, спортивні ігри: – гра у волейбол (волейбольний майданчик); – гра в теніс (хол бібліотеки); – атлетична гімнастика (тренажерний зал)		
18.30–19.30	Вечеря		
19.30–21.00	Старший робочої групи, актовий зал. Збори з психологами й учасниками програми для підбиття підсумків програми. Поради на майбутнє.		
21.00	Відбій		
День вибуття			
07.30–09.00	Підйом		
07.30–09.00	Ранкова зарядка (вправи синхροгімнастики, біг, робота на тренажерах), ранкова прогулянка, риболовля		
09.00–10.00	Сніданок		
10.30–12.30	Дебрифінг з питань закінчення місії. Закриття програми.	Дебрифінг з питань закінчення місії. Закриття програми.	Дебрифінг з питань закінчення місії. Закриття програми.
13.00–13.30	Обід		
після 14.00	Від'їзд учасників до пункту постійної дислокації. Супервізія психологів робочої групи.		

Примітка: психологічні послуги надаються в обсязі, який не перевищує обмеження, встановлені постановою Кабінету Міністрів України від 27.12.2017 № 1057 (для індивідуальної роботи – 90 хв. на добу, для групової роботи – 3 год. на добу).

Протягом періоду декомпресії правоохоронці повинні бути залучені в динамічну, не нудну й нескладну діяльність, як-то: навчання, робота з обслуговування зброї та ін., підго-

товка обмундирування, спорядження, культурно-масові та спортивні заходи. Досвід свідчить, що якщо особовий склад, який проходить психологічну декомпресію, нічого не

робитиме в цей період, це багато в чому сприятиме розвитку індивідуальних і негативних групових переживань і станів, появі проступків, пияцтва, наркоманії тощо.

Огляд правоохоронців (медичне обстеження) здійснюється медичними працівниками МВС, за необхідності комбатантів направляють на консультацію до відповідного фахівця (хірурга, терапевта, травматолога та ін.). За наявності ознак розладу психіки та поведінки, скарг або негативних результатів психологічного вивчення правоохоронців направляють на позачерговий огляд до лікаря-психіатра для визначення необхідності стаціонарного обстеження та лікування в медичних закладах психоневрологічного (наркологічного) профілю.

За необхідності здійснюються фізіотерапевтичне лікування та масаж.

Фізичне розвантаження проводять офіцери – фахівці з фізичної підготовки та спорту МВС України. У фізичну реадaptaцію входять комплексна фізична підготовка, синхροгімнастика, спортивні ігри, робота на кардіостатичних тренажерах, плавання, сауна.

Соціальна реадaptaція передбачає культурно-просвітницькі заходи, дитячі концерти художньої самодіяльності, екскурсії, туристичні мандрівки тощо. Заходи культурного відпочинку та дозвілля проводять офіцери – від-

повідні фахівці з організації дозвілля та по роботі з особовим складом.

По завершенню роботи складається висновок-прогноз на кожного працівника, який брав участь у відновленні психічного здоров'я за програмою «Декомпресія», та даються рекомендації щодо можливості подальшого допуску до самостійного виконання завдань служби, потреби в медичному нагляді, лікуванні, реабілітації, зарахуванні до складу групи посиленої психологічної уваги тощо.

Висновок

Таким чином, застосування програми відновлення та збереження психічного здоров'я комбатантів МВС України за програмою «Декомпресія» дає змогу поступово реадaptaвати працівників до нормальних (мирних) умов. Серед структурних елементів розробленої програми є комплекс таких групових та індивідуальних методів роботи: медичний огляд, дебрифінг, усебічне інформування щодо періоду після проведення бойових дій, оволодіння техніками оптимізації внутрішнього потенціалу, вправи з розтягування, лікувальний сон, масаж, також заходи за вибором – сімейна, фізична чи соціальна реадaptaція, індивідуальна консультація, ранкова прогулянка, тренажерний зал, плавання, заходи культурно-просвітницької роботи.

Список бібліографічних посилань

1. Психологічні особливості віддалених наслідків стресогенних впливів : монографія / Корольчук М. С., Корольчук В. М., Кулаженко А. І. та ін. ; за ред. М. С. Корольчука. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2014. 276 с.
2. Корольчук М. С. Адаптація та її значення в системі психофізіологічного забезпечення діяльності молодого спеціаліста. *Вісник психології і соціальної педагогіки*. 2010. Вип. 2. URL: http://www.psyh.kiev.ua/Корольчук_М.С._Адаптація_та_її_значення_в_системі_психофізіологічного_забезпечення_діяльності_молодого_спеціаліста (дата звернення: 17.12.2018).
3. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях. *Психологический журнал*. 2001. Т. 22, № 1. С. 16–24.
4. Миронець С.М. Прогнозування відстрочених посттравматичних стресових розладів та реакцій в учасників радіаційних інцидентів (на прикладі Чорнобильської катастрофи). *Вісник Національного університету оборони України*. 2011. Вип. 5 (24). С. 186–191.
5. Оніщенко Н., Тімченко В. Психологічні особливості «виходу з війни». *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. 2017. № 2 (37). С. 21–24.
6. Приходько І.І. Психологічні особливості службово-бойової діяльності військовослужбовців Національної гвардії України при проведенні антитерористичної операції. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. 2015. № 2 (33). С. 35–39.
7. Розроблення програми профілактики посттравматичних стресових розладів у військовослужбовців Національної гвардії України : звіт про наук.-дослід. роботу / О. С. Колесніченко, І. І. Приходько, Я. В. Мацегора та ін. Харків, 2017. 704 с. (№ держреєстрації 0116U004047).

Надійшла до редколегії 18.12.2018

КОЛЕСНИЧЕНКО А. С. ОСОБЕННОСТИ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПРАВООХРАНИТЕЛЕЙ, ПРИНИМАВШИХ УЧАСТИЕ В ОПЕРАЦИИ ОБЪЕДИНЁННЫХ СИЛ

Разработана и обоснована структура программы восстановления психического здоровья правоохранителей, принимавших участие в операции Объединённых сил, по про-

грамме «Декомпрессия». Приведено описание обязательных мероприятий (медицинский осмотр, дебрифинг, игровая деятельность, психологическое просвещение и психоэдукация, техники оптимизации внутреннего потенциала, упражнения на растяжку, лечебный сон и массаж), а также мероприятий на выбор (семейная, физическая и социальная реинтеграция, индивидуальная консультация, утренняя прогулка, тренажёрный зал, плавание, мероприятия культурно-просветительской работы) программы «Декомпрессия».

Ключевые слова: психологическая декомпрессия, правоохранитель, операция объединенных сил, адаптация, травматизация, боевые действия, поведение, психологическая реабилитация.

KOLESNICHENKO O. S. FEATURES OF RESTORING THE MENTAL HEALTH OF LAW ENFORCEMENT OFFICERS WHO PARTICIPATED IN THE OPERATION OF THE UNITED FORCES

Based on the analysis of existing developments in the field of psychological rehabilitation of combatants, as well as own empirical research on the problem of combat psychological traumatization of individuals, the author has elaborated and presented own program “Decompression”.

Measures of psychological work of this program are designed for three or four days. Participation involves the employees of the units (all of them), who had suffered psychological traumatic events: death, injury, injurious effect of a person; stay in isolation (in captivity, hostage, surrounded); work with the remnants of human bodies; prolonged stay in the conditions of the operation of the United Forces, staying under the fire of the enemy, the use of weapons to defeat the enemy.

It is envisaged that during the period of decompression, the employees (combatants) should be involved in a dynamic, not boring and uncomplicated activity. Experience shows that if servicemen do nothing during this period, this will greatly contribute to the development of negative individual and group experiences and conditions, the occurrence of misconduct, drunkenness, drug addiction, etc.

This program contains a set of group and individual work methods, namely: debriefing, aimed at switching the minds of employees (combatants) from the zone of extreme conditions to the usual life, receiving relief, reducing the feeling of uniqueness and abnormality of own reactions, reducing internal tension, reducing the severity of psychological consequences after experienced stress; sessions of psycho-emotional self-regulation; treatment measures; individual psychological counseling.

At the end of the work, a conclusion-prognosis is drawn up for each employee who participated in the mental health restoration program “Decompression’ and recommendations on the possibility of further admission to the independent performance of the tasks of the service, the need for medical supervision, treatment, rehabilitation, enrollment in the group of strengthened psychological attention, etc. are provided.

Keywords: psychological decompression, a law enforcement officer, United Forces operation, adaptation, traumatization, combat actions, behavior, psychological rehabilitation.