



Опыт УМЦ ВСП и ПВ МПУ по профессиональной подготовке ветеранов СВО по специальности «Военно-спортивные технологии в обучении граждан основам обороны и безопасности» с присвоением квалификации «Инструктор-методист по техническим и военно-прикладным видам спорта»

- *Скрипник Людмила Юрьевна* – экстремальный психолог, кандидат педагогических наук, доцент, ведущий специалист Учебно-методического центра военно-спортивной подготовки и патриотического воспитания доцент кафедры безопасности жизнедеятельности ФГБОУ ВО «Московский педагогический государственный университет», доцент НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа»

Эксперты:

- *Григоров Игорь Олегович*, офицер МВД, 2 высших технических образования, диплом дизайнера
- *Тригубец Владимир Петрович*, офицер Росгвардии, студент МПУ, среднее специальное педагогическое и медицинское образование, среднее медицинское образование.



Цель деятельности образовательной организации высшего профессионального образования по поддержке участников СВО - всеми доступными методами в рамках нашей компетенции психологов— сохранить полноценную трудоспособную личность для пользы общества и государства.

- **Здоровье** является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов. *Пreamбула к Уставу Всемирной организации здравоохранения, принятому Международной конференцией здравоохранения, Нью-Йорк, 1946 г.*
- **Психическое здоровье (ментальное здоровье)** —это состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой собственный потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества. В этом позитивном смысле психическое здоровье является основой благополучия и эффективного функционирования для человека и для сообщества. *ВОЗ*

Важный для работы вуза факт: опыт Специальной военной операции – это новое социально-психологическое явление

1. Лонгитюдное наблюдение динамики психологического состояния и социальной реадaptации участников СВО – еще только в стадии наработки

2. Отличие от прежних локальных вооруженных конфликтов (Интернациональный долг в Афганистане, 1-я и 2-я Чеченские войны) – более широкая вовлеченность, в том числе информационная, содействие в тылу.

3. В вуз приходят учиться:

- большое количество отслуживших **добровольцев без высшего образования** (с последующим выбором образовательной и карьерной траектории)
- **добровольцы-студенты**, берущие академический отпуск (с последующим возвращением на тот курс, с которого ушли на СВО)
- **дети участвующих в СВО** взрослых семейных людей (справедливо имеют льготы при поступлении)
- **жители новых территорий**, соприкоснувшиеся с агрессией врага против мирного населения (имеют льготы при поступлении в вуз)
- **потенциальные добровольцы** на краткосрочную программу ДОП «Я- доброволец России», «Санитарный пост»

4. В вузе обучаются и параллельно вовлечены в содействие на постоянной основе:

- **члены «Военно-спортивного студенческого корпуса»**, реально проводящие занятия по тактической медицине для подразделений
- **студенты-волонтеры**, помогающие СВО материальным обеспечением и моральной поддержкой

Психологическая служба МПГУ находится в стадии становления, нацелена на решение стандартных проблем трудностей адаптации иногороднего студента к жизни в общежитии, адаптации студента к другим форматам процесса обучения и т.д.

Психологическая служба МПГУ в настоящее время только выстраивает новые векторы работы со студентами и слушателями курсов – участниками СВО.

Часть задач, связанных с более глубоким пониманием основ военной психологии, психологии экстремальных и кризисных ситуаций – взял на себя Учебно-методический центр Военно-спортивной подготовки и патриотического воспитания

<https://mpgu.su/psiphology-service/>

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА МПГУ

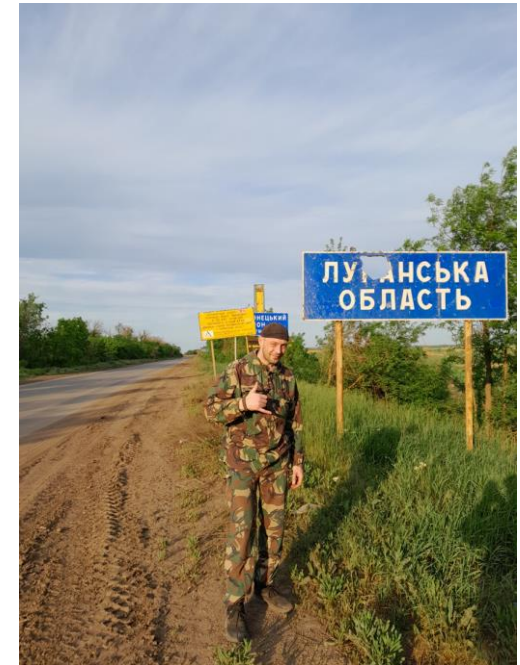
Психологическая служба МПГУ образована в 2018 году и действует на базе факультета педагогики и психологии МПГУ.

Цель деятельности этого структурного подразделения – содействие учащимся МПГУ в их профессионально-личностном развитии, формировании психологической культуры и овладении навыками профилактики и преодоления трудных жизненных ситуаций для достижения максимальной личностной эффективности.

В задачи Психологической службы МПГУ входит предоставление психологической консультативной помощи учащимся МПГУ в сфере социальных и семейных взаимоотношений, личностного роста и саморазвития, а также проведение просветительской работы по повышению психологической грамотности студентов различных подразделений МПГУ во всех сферах жизнедеятельности, предоставление им информации о достижениях современной практической психологии.

Исходные данные в области психологии экстремальных ситуаций

- Боевые действия являются разновидностью экстремальной ситуации для всех участвующих (комбатанты, мирные жители, семьи участников, семьи пострадавших от вражеской агрессии и т.д.)
- Степень экстремальности ситуации зависит от оценки ее конкретным индивидуумом.
- «Картина мира» конкретной личности зависит от факторов ее онтогенеза (образование, среда обитания, ценностный базис, состояние здоровья, социально-экономическая ситуация)
- Факторы внешнего воздействия, воспринимаемые индивидом как психотравмирующие, оказывают негативное воздействие на его качество жизни и общее состояние здоровья в целом.
- Вид, степень социально-психологической поддержки человека, пережившего участие в боевых действиях, определяется его официальной ролью в событиях, степенью добровольности нахождения в данных условиях, личностными качествами, пониманием дальнейшей реальной жизненной траектории.



Реальная проблема в проявлениях ПТСР: «синдром героя// жертвы», «вина выжившего»

- Застревание на какой-либо из стадий переживания, рефлексии приводит к возникновению или «синдрома героя», который можно описать следующими словами: «Я пережил то, что никто из вас не переживал, вы меня никогда не поймете, вы все дети» и т. п., в результате возможны проявления асоциального поведения (вспышки агрессии, угроза жизни других), алкоголизация, суициды, или возникновение «синдрома жертвы»: «Меня никто не понимает, я одинок в своих страданиях».
- Большая часть людей в итоге самостоятельно или с помощью специалистов возвращаются к нормальной жизни.



Опыт России. Образовательные траектории как ресурс психологической стабилизации

Человек погружается в учебу, и вся система психических процессов начинает работать на этот процесс.

Это заметили в 1920-е гг педагоги системы Макаренко и в 1942 и последующие послевоенные годы, когда в вузы возвращались после ранения или поступали после Победы участники Великой Отечественной войны.

Экспериментальная работа инициативной группой Ботолова велась по методике «лечение через обучение» в Госпитале им. Бурденко в 1998-2000-х гг, опыт не обобщен, но это была т.н. «госпитальная андрогогика». Мы это использовали в разработке кейса в 2014 г. и в 2023 г.

Поэт Е.Евтушенко отрефлексировал ситуацию Гражданской войны в поэме «Братская ГЭС» (1965, гл. II) образом «учительницы Элькиной на фронте в девятнадцатом», которая обучает бойцов Красной Армии азбуке.



Герои Советского Союза Екатерина Рябова и Антонина Зубкова на занятиях в МГУ

Опыт ГБОУ ВПО Московский государственный педагогический университет (МПГУ)

с 2017 года - программа профессиональной переподготовки «Военно-спортивные технологии в обучении граждан основам обороны и безопасности» с присвоением квалификации «Инструктор-методист по техническим и военно-прикладным видам спорта», «Тренер-преподаватель по оборонно-спортивной подготовке». В Очно-заочном формате, с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, формате, за 4 месяца, 558 часов. С 2023 года на программу приходят участники СВО, имеющие высшее образование (как исключение – среднее педагогическое).

Выстроили эффективную систему психолого-педагогической поддержки будущих инструкторов, что выражается в изучении основ профилактики стресса, посттравматического стрессового расстройства, формировании адаптационной мобильности к действиям в экстремальных ситуациях.

Спокойная уверенность инструктора в правильности и целесообразности своих действий является профессионально ценностным качеством.



Факт. За 2023 год из 250 чел., прошедших курсы профессиональной переподготовки «Инструктор-методист по техническим и военно-прикладным видам спорта» 470 ч - было 108 участников боевых действий



Средства социальной педагогики в борьбе с ПТСР

Включение в активную социальную жизнь, наполненную новыми «старыми» смыслами.



Данная методика была апробирована в процессе социально-психологической реабилитации бойцов бывшего спецподразделения «Беркут»



Психологическое сопровождение программ по: профессиональной переподготовке участников СВО как инструкторов для военно-патриотической работы

- **Учет наличия стрессовых расстройств**, их своевременная диагностика и дебрифинг в процессе социально-педагогической деятельности на основе апробированной методики профессора, д.пс.н. Игоря Борисовича Лебедева (Московский Университет МВД им. В.Я. Кикотя) и его научной группы к.п.н. Скрипник Л.Ю., Некрутов С.С., Чуманов Ю.В. и др. **Суть: носитель боевого опыта при работе с подростками чувствует свою востребованность в мирной жизни.**
- **Углубленное изучение слушателями психологии** современного подростка; профилактика вовлечения подростков в деструктивные сообщества на основе знания и использования базовых психологических потребностей подростка.

Доминанты (интересы) подростка по Л.С. Выготскому:

"эгоцентрическая доминанта" (интерес к собственной личности);
"доминанта дали" (субъективная значимость отдаленных событий);
"доминанта усилия" (тяга к сопротивлению, к преодолению, к волевому усилию, что может проявляться и в негативных формах - в упрямстве, хулиганстве и т.п.);
"доминанта романтики" (стремление к неизведанному, рискованному, к приключениям, к героизму).

Доминирующие потребности подросткового возраста (Д.Б. Эльконин, Л.Божович):

потребность в общении со сверстниками,
потребность в самоутверждении,
потребность быть и считаться / казаться взрослым.

Психофизиология: играй гормон, отсюда нестабильность планов, интересов, настроения.

Острое отношение подростков к неудачам, неуспешности и профилактика психологических проблем.

Нарушения координации движений из-за рассинхронизированности роста частей тела (подростковая угловатость)

Методы создания благоприятной социально-психологической среды для вернувшегося из «горячей точки»

Тепло социума. Востребованность. Социально-значимое хобби.

В вузе - атмосфера традиционного студенческого коллектива, нацеленная на «наслаждение студенческой юностью». Атмосфера традиций МПГУ.



Сделано руками офицеров СпН

Профилактика профессионального стресса в педагогике (чтобы не попасть «из огня да в полымя»)

Не стоит забывать, что к мерам по борьбе с ПТСР, можно отнести не только конкретные профилактические методы работы (например, дебрифинг), но и формирование у бойцов умения самостоятельно отслеживать изменения, происходящие, как в собственном состоянии, так и в состоянии других людей, где важную роль играет своевременное обращение внимания на: поведение, чувства, эмоциональное состояние, реакции и т.д.



Психофизиологические методы овладения стрессом. «Учитесь властвовать собой»

- **Физические упражнения** как борьба со стрессом. Тонус скелетных мышц активизирует и стабилизирует деятельность нервной системы. Сжимаем все управляемые мышцы и сфинктеры
- **Дыхание.** Ровное и спокойное стабилизирует химический состав крови
- **Органы чувств** . Дают эффект «поглаживания» для вкуса (сосание леденца, заедание горя, курение), слуха (Моцарт, шум моря и леса), цвет (целая система, в том числе и тест Люшера), осязание, тактильные впечатления (гладим кота, шлепаем пупырышки)
- **Мыследеятельность.** Создание мысленного образа действия.
- **Управляющая роль слова.** Императив (приказ), стадное чувство (мы скушаем), самоугovor (мантра). Поговорить с умным, надежным человеком – с самим собой.



Привлечение ресурса опыта участников СВО в патриотическом воспитании студентов-педагогов различных направлений в рамках проекта «Ратное служение Отечеству»

- <https://mpgu.su/novosti/sluzhenie-vzglyad-razvedchika/>
- 21 декабря 2023 г Учебно-методический центр Военно-спортивной подготовки и патриотического воспитания молодежи МПГУ провел очередную плановую встречу в рамках проекта «Ратное служение России». Гостем студентов с различных гуманитарных факультетов – будущих историков, учителей начальных классов, физической культуры – стал ветеран боевых действий, офицер, разведчик с позывным «Леший». Из своих 36 лет он 18 лет отдал ратному служению России, начиная со срочной службы в Вооруженных силах РФ, затем служба по контракту разведчиком и участие в контртеррористических операциях на территории Северного Кавказа, служба в ОМОН, высшее образование в Московском Университете МВД им В.Я. Кикотя. При этом он замечательный отец сына-подростка и просто очень хороший человек. С 2022 по 2023 год находился на СВО.



Научно-методический анализ опыта СВО в плановом обучении студентов по направлению «Преподавание физической культуры и ОБЖ»

- <https://mpgu.su/novosti/nauchno-metodicheskij-analiz/>
- 02 февраля 2024 г в Учебно-методическом центре военно-спортивной подготовки и патриотического воспитания молодежи МПГУ состоялся практикоориентированный методический семинар по тактике для инструкторско-преподавательского состава. В качестве преподавателя был приглашен офицер, недавно вернувшийся из зоны Специальной военной операции. Он поделился с инструкторами актуальными приемами тактики, привел примеры героических подвигов наших воинов, в которых важное значение имела качественная боевая подготовка.



Внеурочное взаимодействие с ветеранами СВО и боевых действий

- 17.04.2024 Московский педагогический государственный университет и Региональная общественная организация «Общество инвалидов войны в Афганистане «Московский дом солдатского сердца» подписали долгожданное соглашение о взаимопомощи, в связи с чем рассчитываем на тесное и плодотворное сотрудничество. Первым кирпичиком в достижении поставленных целей стал проведенный на территории «Дома солдатского сердца» субботник от студентов вуза, и ознакомительная лекция по БПЛА от сотрудников «Дома солдатского сердца».



Психологическое сопровождение программ по: подготовке граждан-добровольцев, изъявивших желание участвовать в СВО

УМЦ ВСП и ПВ МПГУ. Программа «Я- Доброволец России». ДОП 262 часа		
Дисциплина 7. Психологическая подготовка.		
Тема 7.1. Боевой стресс.	ЛК-2	Понятия «боевого стресса», «посттравматического стрессового расстройства» и способы их профилактики. «Зона комфорта» и ее границы. Понятие экстремальности ситуации с позиции жизненного опыта и ценностной системы индивида. Депрессия и пути ее преодоления. Уровни боевой готовности – цветовая шкала.
Тема 7.2. Методы и техники профилактики и борьбы с ПТСР.	ПЗ-4	Практические методики профилактики посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Упражнения-техники на саморегуляцию дыхания, сна, усталости, голода, жажды. Борьба со сном и бессонницей. Тренинги эффективной коммуникации.

Что используем для подготовки добровольцев?

Те, кто там будет

- Организационно-методическим отделом УМЦ ВСП и ПВ МПГУ разработана авторская программа дополнительного образования граждан 18+ «Доброволец». В программу подготовки граждан к выполнению задач, возложенных Министерством обороны Российской Федерации на Вооруженные Силы Российской Федерации введены впервые основы психологии экстремальных ситуаций.
- Программа разработана в соответствии с требованиями Федеральных законов РФ «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «Об образовании», «О физической культуре и спорте РФ», Постановления Правительства РФ «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе», Федерального закона № 419-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» от 04.11.2022 г.
- Программа предусматривает проведение учебно-тренировочных теоретических и практических занятий, направленных на формирование знаний и умений в области военно-спортивной подготовки, быстрой адаптации граждан к условиям военной службы, морально-психологической и физической подготовки к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации.



**Учебно-методический центр
Военно-спортивной подготовки молодёжи
ГБОУ ВПО «Московский педагогический государственный
университет»**



По рабочим вопросам:

Начальник Организационно-методического
отдела Некрутов Сергей Сергеевич
+7 (926) 595-15-78

.....,Элек
тронный адрес
ss.nekrutov@mpgu.su