

Агаєв Н. кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник,
НДЦ ГП Збройних Сил України
ORCID ID 0000-0001-7224-7502

Васильєв С. кандидат психологічних наук,
доцент, НДЦ ГП Збройних Сил України
ORCID ID 0000-0001-9752-6006

Левіщенко Є. заступник начальника
науково-організаційного відділу планування
наукової роботи та розробки нормативних
документів Воєнно-наукового управління
Генерального штабу Збройних Сил України

ОСОБЛИВОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ МЕТОДОЛОГІЧНИХ ПІДХОДІВ АРМІЙ КРАЇН НАТО В ПРАКТИКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗС УКРАЇНИ

У статті обговорюються особливості впровадження методологічних підходів армій країн НАТО, запропоновано комплекс заходів розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) у військовослужбовців на основі компетентнісного підходу (психологічного фітнесу).

Ключові слова: психологічна підготовка; резилієнс; психологічний фітнес; компетентність; ресурс; базова загальновійськова підготовка.

Постановка проблеми. В умовах гібридної агресії РФ майже не має часу на зволікання, якщо проблема стосується життя і здоров'я особового складу, тому підготовка, підтримка, реінтеграція та реабілітація військовослужбовців ЗС України є пріоритетним завданням командирів, психологів та медичних працівників.

Для підвищення якості психологічної підготовки важливим є вивчення та впровадження досвіду проведення психологічних заходів підготовки армій країн НАТО. Системний підхід, гнучкість організації підготовки, комплексність практичного навчання – все це відрізняє армії провідних країн світу від армій країн пострадянського простору, включаючи Росію і Україну. У період війни на Сході зроблено достатньо в організації та проведенні бойової та психологічної підготовки, щоби наблизити підготовку військових підрозділів ЗС України до стандартів НАТО. Але зміни проходять надто повільно, особливо у трансформації психологічної складової підготовки військовослужбовців до діяльності у бойових умовах.

Завдання приведення системи підготовки особового складу до вимог стандартів НАТО створює умови до системної трансформації психологічної підготовки військовослужбовців до бойових дій. Аналіз досвіду психологічних заходів підготовки до розгортання (pre-deployment) в арміях країн НАТО свідчить про:

1) провідну роль командира військового підрозділу як головної відповідальної особи організації та проведення психологічних заходів підготовки у військовому підрозділі з військовослужбовцями та членами їх сімей з метою розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) та формування готовності (індивідуальної, підрозділу, сім'ї);

2) диференціацію психологічних заходів підготовки на ті, що є складовою бойової підготовки і проводяться у підрозділі наявними силами та засобами (командирами, немедичним персоналом, інструкторами тощо), та спеціальні психологічні заходи, що проводяться фахівцями на запит командира військової частини;

3) необхідність визначення провідних індивідуально-психологічних властивостей, особистісних якостей, знань, умінь та навичок (компетентностей), що впливають на розвиток у військовослужбовця психологічної стійкості (резилієнсу), для створення психологічних умов підвищення психологічної готовності, ефективності військовослужбовця в екстремальних умовах діяльності, превенції посттравматичних стресових розладів у військовослужбовців унаслідок участі у бойових діях;

4) важливість впровадження у практику всебічної підготовки військових підрозділів комплексних програм психологічної стійкості (резилієнсу) на базі принципу психологічного фітнесу, які створюють умови для забезпечення відповідних ресурсів та спрямування розвитку військовослужбовців у фізичному, емоційному, духовному та сімейному вимірах (за прикладом програми CSF2), виживання та життєстійкості в умовах відокремлення від підрозділу, ізоляції та полону (за досвідом програми виживання SERE).

Не зважаючи на суттєві новації в організації та проведенні бойової та психологічної підготовки військовослужбовців, що здійсненні за допомогою країн-партнерів у період відсічі збройної агресії Росії, приведення підготовки військових підрозділів ЗС України до стандартів НАТО вимагає системного підходу до загальної організації та контролю підготовки, корегування методологічних підходів, відмови від включення окремих елементів психологічних заходів за досвідом армій країн НАТО у існуючу систему бойової та психологічної підготовки або проведення окремих заходів програми виживання SERE, на кшталт тренінгу САС, у бік пріоритетного впровадження філософії системного фітнесу, побудованого на реалізації повноцінних автономних модульних програм психологічного забезпечення бойової підготовки, школи виживання SERE, розвитку психологічної

стійкості (резилієнсу) та здатності до реінтеграції.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз досвіду проведення психологічних заходів підготовки військовослужбовців до діяльності у бойових умовах в арміях інших країн світу свідчить про провідну роль розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) у проведенні заходів психологічної підготовки до бойових дій (Pre-Deployment) [1]. Аналіз наукових джерел дозволяє визначити резилієнс як психічну властивість, яка впливає на формування здатності швидко відновлювати психічні функції внаслідок впливу життєвих негараздів та екстремальних ситуацій [10]. Визначення як властивості дозволяє стверджувати, що процес виникнення та розвитку резилієнсу у людини відбувається та проявляється на різних рівнях психічного розвитку – біологічному, психофізіологічному, індивідуально-психологічному та соціально-психологічному [2].

З метою розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) для додаткового впровадження у практику психологічної підготовки із врахуванням заходів, що уже проводяться в процесі бойової та психологічної підготовки у військових підрозділах ЗС України, є перспективними наступні методологічні підходи:

на психофізіологічному рівні – методи теорії індивідуального стилю уваги (за Р. Нідеффером) [9], збереження активності короткострокової пам'яті в бойових умовах, довільного самоконтролю у просторі і часі (time-management), розвитку інтуїції (тілесної, чуттєвої), толерантності і стійкості до всіх видів депривації (сну, відпочинку, ізоляції та полону);

на індивідуально-психологічному рівні – технік “потоквої свідомості” (за М. Чикесентміхаї) [6], розвитку оптимізму (за М. Селігманом) [3], методів розвитку життєстійкості (С. Мадді) [8], самоефективності (А. Бандура) [7], емоційного інтелекту (емоційної інтуїції), критичного мислення, творчого підходу (креативності) тощо;

на соціально-психологічному рівні – психологічних заходів командування (проведення тренінгу team building), превенції мобінгу у військових підрозділах, розвиток здатності до реінтеграції.

Характерною особливістю теоретико-методологічних підходів, які поширені у психологічному забезпеченні армії США та країн НАТО, є, по-перше, їх прикладний характер до діяльності, по-друге, поєднання біхеворіальних (поведінкових) проявів з когнітивними функціями людини, у першу чергу, зі здатністю до саморегуляції поведінки.

Проблема фізичного та морального тиску на військовослужбовців не є новою. Раніше ця проблема існувала як “нестатутні взаємовідносини” і розглядалася як радянський спадок у системі роботи з особовим складом. Але досвід армії НАТО свідчить, що насильство проявляється у нових, сучасних формах. І причини його походять від суспільства, сім’ї та соціальних спільнот. Системне насильство, цькування окремих військовослужбовців (Mobbing) є вагомою проблемою зниження боєздатності військових підрозділів, тому потребує превенції у процесі проведення психологічних заходів підготовки до діяльності у бойових умовах. Прояв даного явища спостерігається як по вертикалі, з боку командування (“Bossing”, “Downward-bullying”), так і по горизонталі, з боку особового складу підрозділу (“Horizontal-bullying”). Є прояви і спільного цькування з боку командирів та особового складу [1].

Збройні Сили є дзеркалом суспільства, на сьогоднішній день цькування (булінг) є справжньою проблемою для підліткового віку у школі, а згодом ця молодь може бути призвана до лав Збройних Сил. Прийнятий Закон України “Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)” від 18.12.2018 року № 2657-VIII передбачає адміністративну відповідальність учасників булінгу та їх батьків.

Мета статті. Ознайомити з особливостями впровадження методологічних підходів армії країн НАТО у практику психологічної підготовки військовослужбовців ЗС України (за результатами теоретико-аналітичного та емпіричного дослідження).

Виклад основного матеріалу. Фахівцями Науково-дослідного центру гуманітарних проблем ЗС України було проведено емпіричне дослідження психологічних умов розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) у військовослужбовців у процесі Базової загальновійськової підготовки у ході якого було апробовано психологічні конструкти, що є визначальними у реалізації психологічних заходів підготовки до розгортання (pre-deployment) в арміях країн НАТО. За результатами дослідження було визначено наступні особливості впровадження методологічних підходів армії країн НАТО у практику психологічної підготовки ЗС України:

1) Впровадження принципу психологічного фітнесу у психологічну підготовку трансформує її в систему розвитку необхідних психологічних якостей та превенції постравматичних розладів на основі сформульованих вимог (необхідних для ефективної діяльності в бойових умовах компетентностей) та ресурсів (індивідуально-психологічних та особистісних, комплексного застосування бойової та психологічної підготовки, підтримки співслужбовців у підрозділі, підтримки командування, медичних, соціальних, духовних, родинних). Для різних рівнів розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) (психофізіологічного, індивідуально-психологічного та соціально-психологічного) визначається власна ієрархія ресурсів (наявних та тих, які необхідно забезпечити).

2) Середній вік військовослужбовців солдатського складу армії США не перевищує 23 роки. У ЗС України завдання розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) необхідно реалізовувати у різних вікових групах (18-50 років), що

значно ускладнює запровадження єдиних алгоритмів і програм.

3) В арміях країн НАТО діють більш високі вимоги до проходження військової служби військовослужбовців-жінок. Це прискорює процес нівелювання статевих та гендерних відмінностей під час виконання бойових завдань. Аналіз результатів дослідження свідчить про необхідність окремого вивчення особливостей регресивного та трансформаційного подолання стресу, розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) у військовослужбовців-жінок у процесі загальновійськової підготовки в навчальних центрах.

4) Результати проведення тренінгової програми свідчать про високий рівень сензитивності у військовослужбовців до когнітивного опрацювання наявних життєвих ситуацій та ймовірних ситуацій у майбутньому, у тому числі у бойовій обстановці. Тренінгові програми як комплексний метод розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) на особистісному рівні є найбільш ефективними у процесі психологічної підготовки військовослужбовців до діяльності у бойовій обстановці. Проведення психологічних тренінгів потребує високого рівня кваліфікації фахівців-психологів.

Система психологічної підготовки у ЗС України у 2012-2013 роках формувалася під визначальним впливом досвіду ЗС РФ. Під час відсічі російської агресії на Сході бойова та психологічна підготовка у військових підрозділах ЗС України набула реальних рис, її рівень дозволяє здійснювати ефективну підготовку військовослужбовців до ефективних дій у бойовій обстановці. Допомога арміям країн НАТО у напрямку підготовки військових підрозділів у цей період була своєчасна та ефективна. Удосконалюється матеріально-технічна база бойової та психологічної підготовки. Впроваджуються нові елементи психологічної підготовки, як наприклад "Смуга реакції лідера"(LRC). Але перехід на стандарти арміям країн НАТО вимагає

внесення коректив у систему організації та філософію психологічної підготовки.

Головна відмінність організації психологічного забезпечення арміям країн НАТО від ЗС РФ полягає у системному поєднанні всього комплексу відбору, вивчення, підготовки, підтримки, реінтеграції та реабілітації військовослужбовців у циклі розгортання військових підрозділів. Системний підхід об'єднує у бойовій та психологічній підготовці командирів підрозділів, групи фахівців-психологів та військових медиків. Наприклад, більша частина заходів так званої біхевіоральної (поведінкової) психології в армії США сконцентрована саме у військовому підрозділі та проводиться немедичним персоналом (Peers), спеціально підготовленими інструкторами з психологічної стійкості (MRT's) та фахівцями з поведінкового здоров'я (BH-provider). Тільки спеціальні тренінги (наприклад, Battlemind), заходи швидкого психологічного перезавантаження під час розгортання (Reset) та психологічної реінтеграції та реабілітації (Warrior) проводяться міждисциплінарними групами контролю бойового та оперативного стресу (COSC). Якщо необхідно орієнтуватися на стандарти арміям країн НАТО, то необхідно розмежування сфери психологічних заходів підготовки у військових підрозділах, де вони контролюються та здійснюються під керівництвом командира, та сфери спеціальних психологічних заходів та тренінгів, що проводяться у військових частинах з військовослужбовцями та членами їх сімей групами фахівців на запит командира. Сукупно всі заходи спрямовані на формування компетентностей розвитку психологічної стійкості (резилієнсу), психологічної готовності військовослужбовців, особового складу підрозділу та сім'ї до виконання завдань у районі бойових дій.

Проведений аналіз свідчить, що в арміям країн НАТО окреслені наступні види здатностей (компетентностей), що сприяють розвитку психологічної

стійкості (резилієнсу): пристосування, уникнення, виживання, спротиву, взаємодії та реінтеграції. Компетентності пристосування, уникнення та виживання відображають рівень розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) військовослужбовця на психофізіологічному рівні, компетентності спротиву – на індивідуально-психологічному рівні, компетентності взаємодії та реінтеграції – на соціально-психологічному рівні.

Компетентності пристосування, уникнення, виживання – це здатності, що пов'язані з регресом як адаптивним механізмом збереження психічного здоров'я і регресивним подолання стресу, у тому числі бойового стресу. Головною метою розвитку компетентностей психологічної стійкості (резилієнсу) на психофізіологічному рівні є збереження когнітивних функцій (увага, пам'ять, самоконтроль), працездатності, загальної здатності до виживання в умовах впливу чинників бойового стресу, опірність стресу.

Компетентності спротиву – це здатності особистісного рівня розвитку психологічної стійкості, вони пов'язані з рівнем розвитку особистісної саморегуляції (ціннісний та смисловий рівень), життєстійкістю (екзистенційною стійкістю), креативністю та мотивацію до службово-бойової діяльності.

Компетентності взаємодії та реінтеграції – це здатності міжособистісної взаємодії, участі у груповій роботі, роботі в команді (фасилітації), комунікації в конфліктній ситуації, прийняття відповідальності за завдання підрозділу в складних умовах, відновлення соціальних зв'язків після перебування в районі бойових дій (реінтеграції). Дані компетентності тісно пов'язані із навичками комунікації, соціальної перцепції, соціальними навичками та досвідом командоутворення (team building).

Виходячи із досвіду армій країн НАТО завдання заходів поведінкової психології реалізуються у комплексі предметів бойової підготовки. Тому

розвиток компетентностей пристосування, уникнення, виживання повинен знаходитися у сфері відповідальності командирів та інструкторів з бойової підготовки.

На психофізіологічному рівні психологічна стійкість (резилієнс) проявляється як опірність стресу (резистентність), актуальний рівень якої обумовлений типологічними властивостями та формується у процесі розвитку людини (онтогенезі). Протягом життя рівень опірності (резистентності) у людини може збільшуватися або зменшуватися, виходячи з багатьох чинників, що визначають якість життя: стан фізичного здоров'я, характер переживання вікових криз, стиль життя тощо. Як низький, так і надто високий рівень резистентності не є ефективним щодо опору стресу. Високий рівень резистентності може свідчити про розвиток ригідності – когнітивної, мотиваційної або афективної. Ригідність може проявлятися як індивідуально-психологічна властивість або бути набутою внаслідок вікових змін, специфічних життєвих обставин. Про набуту ригідність свідчить досвід психотерапії, що описує резистентність клієнтів до впливу психотерапевта під час проведення сеансів.

Виходячи із вищезазначеного можна передбачити, що можливості розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) військовослужбовців під час Базової загальновійськової підготовки на психофізіологічному рівні певним чином обмежені, у короточасні терміни підготовки командирам, психологам, інструкторам бойової підготовки необхідно враховувати наявний рівень опірності стресу, який дозволяє також у короточасній перспективі, у кожній новій ротатії, прогнозувати у військовослужбовців рівень стресостійкості у бойових умовах. У період Базової загальновійськової підготовки військовослужбовців особливу увагу необхідно приділити комплексності занять з бойової підготовки та заходам стрес-щеплення. Саме під час Базової

Питання психології

загальновійськової підготовки більшість кандидатів для проходження військової служби долаючи дезадаптаційні прояви визначають свій оптимальний рівень опірності стресу, умови розвитку психологічної стійкості (резилієнсу).

Аналіз програми Базової загальновійськової підготовки свідчить, що найбільш ефективними елементами навчального процесу є комплексні заняття з тактичної та вогневої підготовки, заняття з курсу виживання. Саме ці заняття пов'язані з формуванням у військовослужбовців компетентностей пристосування, уникнення, виживання, що впливають на розвиток психологічної стійкості (резилієнсу) у процесі загальновійськової підготовки. Розгляд у даному випадку психологічної підготовки як окремого виду підготовки не сприяє усвідомленню військовослужбовцями всього процесу підготовки як єдиного цілого. Справа в тому, що багато елементів тактичної та вогневої підготовки формують у військовослужбовців психологічні навички та уміння, які потрібні військовослужбовцям для ефективної діяльності у бойових умовах.

Інтеграція психологічних елементів у підготовку військовослужбовців як сучасний тренд висуває підвищені вимоги до психологічної компетентності інструкторів бойової підготовки та командирів військових частин та підрозділів. Усвідомлене розуміння інструкторами бойової підготовки того, що будь-яка вправа з бойової підготовки дає поштовх до розвитку певних психічних функцій, формування необхідних для бою психологічних якостей та психологічної готовності до використання навичок бойового застосування значно підвищує ефективність підготовки військовослужбовців до діяльності у бойових умовах. Усвідомлена обізнаність командирів військових підрозділів та частин із проблем психологічного забезпечення службово-бойової діяльності створює сприятливі умови для формування обґрунтованих запитів на

проведення з особовим складом психологічних заходів превенції, підготовки, підтримки, реінтеграції та реабілітації з метою збереження життя, фізичного та психічного здоров'я військовослужбовців, ефективного виконання бойових завдань.

Інструктори з бойової підготовки разом із командирами підрозділів та психологами повинні стати повноцінними учасниками психологічного супроводу навчального процесу бойової підготовки. Для досягнення мети їм необхідно оволодіти та вміти навчати інших загальним знанням з поведінкової психології в умовах бойових дій, мети та завдань психологічного забезпечення військових підрозділів, розвивати навички та уміння з психологічного спостереження, експрес-оцінки функціональних станів, психологічної допомоги та самопомоги, розвитку мотивації до професійної діяльності тощо.

Методологічні підходи щодо формування психологічної стійкості (резилієнсу), що пропонуються, передбачають розподілення відповідальності за проведення психологічних заходів підготовки між інструкторами з бойової підготовки та психологами, що не передбачає абсолютну автономність – всі заходи загальної психологічної підготовки проводяться згідно програми бойової підготовки або на запит командира, якщо потрібна кваліфікаційна підтримка з боку психологів. Наприклад, проведення занять на спеціальних смугах перешкод, стрес-щеплення, проведення тренінгів спеціальної та цільової психологічної підготовки. Для підвищення рівня взаємодії між інструкторами з бойової підготовки та психологами необхідно використовувати досвід армії США щодо підготовки інструкторів з психологічної стійкості (MRT's). У навчальних центрах це можуть бути окремі інструктори з бойової підготовки, які виявили зацікавленість та здібності до розвитку психологічних компетентностей у військовослужбовців у навчальному процесі. У військових частинах – особи

сержантського та старшинського складу з відповідною мотивацією. Як і в армії США, інших країн НАТО, вони будуть передавати власний досвід, навчати інших військовослужбовців навичкам психологічної стійкості, але не отримувати за це матеріальну винагороду (принцип “солдат-солдату”). Підготовка інструкторів з психологічної стійкості (резилієнсу) повинно здійснюватися централізовано фахівцями-психологами, за досвідом армії США може бути реалізовано підвищення кваліфікації до 3-х рівнів.

Заходи розвитку компетентностей психологічної стійкості (резилієнсу) на фаховому рівні виходячи із аналізу досвіду армій країн НАТО та досвіду ООС найбільш ефективно проводити комплексно, шляхом реалізації відповідного комплексу заходів, завдання якого реалізуються у навчальному центрі протягом всього циклу Базової загальновійськової підготовки, а в військових частинах – протягом всього періоду підготовки до виконання завдань у районі бойових дій. Пропонований комплекс заходів розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) може складатися з трьох модулів, які відповідають розвитку компетентностей на психофізіологічному (модуль 1), індивідуально-психологічному (модуль 2) та соціально-психологічному (модуль 3) рівнях та проводяться автономно, незалежно один від одного:

Модуль 1: Підтримка розвитку компетентностей пристосування, уникнення, виживання у процесі бойової підготовки.

Модуль 2: Розвиток компетентностей спротиву, здатностей особистісної саморегуляції.

Модуль 3: Розвиток компетентностей взаємодії та реінтеграції, навичок командування та превенції соціальної дезадаптації.

Аналіз свідчить, що найбільш ефективним шляхом розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) є особистісне зростання. Особистісний рівень саморегуляції визначає характер та перебіг формування ціннісно-смыслових

орієнтацій, екзистенційної стійкості щодо життєвих проблем та негараздів. Екстремальні умови знаходження військовослужбовця на війні вимагають визначення смислів та цінностей, які відрізняються від мирного життя. Екзистенційна дилема життя та смерті (“мужність бути”) [4] у свідомості військовослужбовця повинна завжди вирішуватися на користь життя. Тому розвиток життєстійкості у процесі Базової загальновійськової підготовки є провідним завданням психологічної підготовки. Особливу увагу необхідно приділити тематиці підготовки до виживання та підтримки життєстійкості в умовах відокремлення від підрозділу, ізоляції та полону (за досвідом програми виживання SERE).

Тренінг життєстійкості побудований на уявленні, що життєстійкість не є вродженою якістю, а формується протягом життя. Це система переконань, яка може бути розвинута. З іншого боку, життєстійкість представляє собою гіпотетичний конструкт, тому не має можливості впливу на неї. Модель життєстійкості базується на непрямому взаємовпливі у системі взаємозв'язків між соціальною підтримкою, трансформаційним подоланням, практиками здоров'я та компонентами життєстійкості – залученість, контроль, прийняття ризику. Ця система взаємозв'язків спостерігається на рівнях розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) – психофізіологічному, індивідуально-психологічному та соціально-психологічному.

На всіх етапах проведення психологічних заходів підготовки до діяльності у бойових умовах необхідно враховувати вікові особливості та гендерні відмінності військовослужбовців. У врахуванні вікових особливостей необхідно приділяти увагу військовослужбовцям, які перебувають у кризових вікових періодах (20+2, 30+2, 40+2, 50+2). Підвищена чутливість (чутливість) людей у такі періоди має як негативний, так і позитивний потенціал: зниження стабільності психіки та

ймовірність психосоматичних розладів та проблем у соціальному житті виникають у процесі регресивного адаптивного реагування, військовослужбовець як у дитинстві знову стає на деякий період життя чутливим до прямого та опосередкованого впливу на психіку, тому це момент об'єктивної психодіагностики та розвитку психологічної стійкості (резилієнсу).

Логіка системної організації психологічних заходів підготовки передбачає проведення заходів командоутворення (team building) на всіх етапах підготовки, включаючи Базову загальновійськову підготовку у навчальному центрі. Тематика проведення тренінгу повинна включати превенцію міжособистісних конфліктів, навчання технікам нерепресивної комунікації, превенції фізичного та морального тиску (цькування) (мобінгу, булінгу). Для підвищення ефективності проведення тренінгу командоутворення необхідно залучати фасилітаторів – підготовлених інструкторів з бойової підготовки, осіб сержантського та старшинського складу, інструкторів з психологічної стійкості тощо, для активізації засвоєння соціального досвіду за принципом “рівний-рівному”.

На наш погляд, психологічні заходи щодо превенції мобінгу (булінгу) повинні реалізовуватися у двох напрямках – формуванні навичок особистісного опору проявам мобінгу та превенції мобінгу у підрозділі в процесі психологічних заходів командоутворення (team building).

Висновки.

1. Проблему підвищення ефективності психологічної підготовки військовослужбовців необхідно вирішувати комплексно і системно, із запровадженням методологічних підходів армій країн НАТО. Впровадження принципу психологічного фітнесу у психологічну підготовку трансформує її в систему розвитку необхідних психологічних якостей та превенції постравматичних розладів на основі сформульованих вимог (необхідних для ефективної діяльності в бойових умовах

компетентностей, у т.ч. психологічних компетентностей – пристосування, уникнення, виживання, спротиву, взаємодії та реінтеграції) та ресурсів (індивідуально-психологічних та особистісних, комплексного застосування бойової та психологічної підготовки, взаємопідтримки військовослужбовців у підрозділі, підтримки командування, медичних, соціальних, духовних, родинних). Для різних рівнів розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) (психофізіологічного, індивідуально-психологічного та соціально-психологічного) визначається власна ієрархія ресурсів (наявних та тих, які необхідно забезпечити)

2. Перспективним напрямком підвищення ефективності психологічної підготовки військовослужбовців є впровадження у практику всебічної підготовки військових підрозділів комплексних програм психологічної стійкості (резилієнсу) на базі принципу психологічного фітнесу із використанням сучасних психологічних технологій, які створюють умови для забезпечення відповідних ресурсів та спрямування розвитку військовослужбовців у фізичному, емоційному, духовному та сімейному вимірах (за прикладом програми CSF2), виживання та життєстійкості в умовах відокремлення від підрозділу, ізоляції та полону (за досвідом програми виживання SERE), врахування вікових та гендерних відмінностей військовослужбовців у підтримці та супроводі адаптивного реагування на вплив бойового та оперативного стресу, інших напрямках психологічного супроводу персоналу тощо.

3. Важливим напрямком підвищення рівня підготовки військовослужбовців до діяльності у бойових умовах є підтримка проведення психологічних заходів підготовки у підрозділах. Серед необхідних заходів:

– підвищення психологічної компетентності інструкторів з бойової підготовки, розробка програми підготовки або внесення коректив у існуючу

Питання психології

програму підготовки інструкторів з бойової підготовки з метою якісного підвищення рівня психологічних знань, психологічного супроводу бойової підготовки;

– створення системи психологічної едукативної команди командирів військових частин та підрозділів на постійній основі шляхом проведення обов'язкових методичних зборів 2 рази на рік та перед кожною ротацією;

– розподілення відповідальності за проведення психологічних заходів підготовки між інструкторами з бойової підготовки та психологами, що не передбачає абсолютну автономність – всі заходи загальної психологічної підготовки проводяться згідно програми Базової загальновійськової (бойової) підготовки або на запит командира, якщо потрібна кваліфікаційна підтримка з боку психологів (психологічний супровід занять на спеціальних смугах перешкод, стрес-щеплення, проведення тренінгів спеціальної та цільової психологічної підготовки тощо);

– для підвищення рівня взаємодії між інструкторами з бойової підготовки та психологами при проведенні психологічних заходів підготовки у

підрозділі введення позицій інструкторів з психологічної стійкості (за аналогією з інструкторами системи MRT армії США), які здійснюють діяльність безоплатно, за принципом “солдат солдату”;

– з метою системного формування у військовослужбовців компетентностей міжособистісної взаємодії у підрозділі обов'язкове проведення заходів командоутворення (team building) на всіх етапах підготовки, включаючи Базову загальновійськову підготовку у навчальному центрі, із врахуванням тематики превенції фізичного та морального тиску (цькування) (мобінгу, булінгу), вікових та гендерних особливостей особового складу.

Перспективи подальших досліджень.

Перспективним напрямком психологічних досліджень щодо превенції наслідків впливу бойового стресу у військовослужбовців є вивчення зв'язку особливостей трансформаційного подолання бойового стресу із психологічними умовами розвитку посттравматичного зростання у військовослужбовців учасників бойових дій.

Список використаних джерел

1. Васильев С. До проблеми превенції дезадаптаційних проявів у військовослужбовців внаслідок перебування в районі бойових дій / Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: психологічні науки / гол.ред. О.Ф.Волобуєва. – Хмельницький: Видавництво НАДПСУ, 2018. - № 1(9). – С.50-67.
2. Кучук Е.А. Від стресу до резилієнсу / Журнал неврології ім. Б.М. Маньковського. – 2016. – Том 4. – № 1.
3. Селигман М. Как научиться оптимизму: Измените взгляд на мир и свою жизнь / Мартин Селигман; пер. с англ. – М.: Альпина Паблішер, 2018. – 544 с.
4. Тиллих П. Мужество быть / Пауль Тиллих; пер. с англ. О.Седаковой. – К.: Дух і літера, 2013. – 200 с.
5. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл; общ. ред. Л. Я. Гозмана, Д. А. Леонтьева. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
6. Чикесентмихайи М.. Поток: Психология оптимального переживания / Михай Чикесентмихайи; пер. с англ. – 8-е изд. – М.: Альпина нон-фикшн, 2018. – 461 с.
7. Bandura, Albert (1982). "Self-efficacy mechanism in human agency". *American Psychologist*. 37 (2): 122–147
8. Maddi, S. R. (2006). "Hardiness: The courage to grow from stresses". *Journal of Positive Psychology*
9. Nideffer, R. M. (1976). "Test of attentional and interpersonal style." *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, 394-404.
10. Rutter M. Psychosocial resilience and protective mechanisms / Rutter M. *Am J Orthopsychiatry*. –1987. – Jul;57(3). – pp.:316-331.

References

1. Vasyliiev S. Do problemy prevntsii dezadaptatsiinykh proiaviv u viiskovosluzhbovtsiv vnaslidok perebuvannia v raioni boiovykh dii [To the Problem of prevention of disadaptation's displays at servicemen as a result of stay in the area of operation's comes into question] / Zbirnyk naukovykh prats Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Serii: psykholohichni nauky / hol.red. O.F.Volobuieva. – Khmelnytskyi: Vydavnytstvo NADPSU, 2018. - № 1(9). – S.50-67. (in Ukrainian)
2. Kuchuk E.A. Vid stresu do rezylieusu [From stress to resilience] / Zhurnal nevrolohii im. B.M. Mankovskoho. – 2016. – Tom 4. – № 1. (in Ukrainian)
3. Selyhman M. Kak nauchytsia optymizmu: Yzmenyte vzghliad na myr y svoiu zhyzn [How to learn optimism: Change your view of the world and your life] / Martyn Selyhman; per. s anhl. – M.: Alpyna Pablysher, 2018. – 544 s. (in Russian)
4. Tylykh P. Muzhestvo byt [The courage to be] / Paul Tylykh; per. s anhl. O.Sedakovoi. – K.: Dukh i litera, 2013. – 200 s. (in Russian)
5. Frankl V. Chelovek v poyskakh smysla [Man's Search for Meaning] / V. Frankl; obshch. red. L. Ya. Hozmana, D. A. Leonteva. – M.: Prohress, 1990. – 368 s. (in Russian)
6. Chykesentmykhaiy M. Potok: Psykholohyia optymalnoho perezhyvanyia [Flow: The psychology of optimal experience] / Mykhai Chykesentmykhaiy; per. s anhl. – 8-e yzd. – M: Alpyna non-fykshn, 2018. – 461 s. (in Russian)
7. Bandura, Albert (1982). "Self-efficacy mechanism in human agency". American Psychologist. 37 (2): 122–147.
8. Maddi, S. R. (2006). "Hardiness: The courage to grow from stresses". Journal of Positive Psychology.
9. Nideffer, R. M. (1976). "Test of attentional and interpersonal style." Journal of Personality and Social Psychology, 34, 394-404.
10. Rutter M. Psychosocial resilience and protective mechanisms / Rutter M. Am J Orthopsychiatry. –1987. – Jul;57(3). – pp.:316-331.

Резюме

Агаев Н. кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, НИЦ ГП Вооружённых Сил Украины

Васильев С. кандидат психологических наук, доцент, НИЦ ГП Вооружённых Сил Украины

Левищенко Е. заместитель начальника научно-организационного отдела планирования научной работы и разработки нормативных документов Военно-научного управления Генерального штаба Вооруженных Сил Украины

ОСОБЕННОСТИ ВНЕДРЕНИЯ МЕТОДОЛОГИЧЕСКИХ ПОДХОДОВ АРМИЙ СТРАН НАТО В ПРАКТИКЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ВС УКРАИНЫ

В статье обсуждаются особенности внедрения методологических подходов армий стран НАТО, предложен комплекс мер по развитию психологической устойчивости (резилиенсу) военнослужащих на основе компетентного подхода (психологического фитнеса).

Ключевые слова: психологическая подготовка; резилиенс; психологический фитнес; компетентность; ресурс; базовая общевоинская подготовка.

Summary

Agayev N. PhD (Candidate of Psychological Sciences), Senior Researcher, Humanitarian Problems Research Center of the Armed Forces of Ukraine

Vasylyev S. PhD (Candidate of Psychological Sciences), Docent, Humanitarian Problems Research Center of the Armed Forces of Ukraine

Levishchenko Y. Deputy Head of the Scientific and Organizational Department of Planning of Scientific Work and Development of Regulatory Documents General Staff of the Military Primary Administration of the Armed Forces of Ukraine

PECULIARITIES OF IMPLEMENTATION OF NATO ARMY METHODOLOGICAL APPROACHES IN THE PSYCHOLOGICAL TRAINING OF UKRAINIAN ARMED FORCES SERVICEMEN

Introduction. *In order to improve the quality of psychological training, it is important to study and implement the experience of conducting psychological training for NATO armies. Systematic approach, flexibility of organization of training, complexity of practical training - all this distinguishes the armies of the leading countries of the world. The task of bringing the personnel training system to the requirements of NATO standards creates the conditions for the systematic transformation of the military's psychological training for combat. An important objective of approximation to NATO standards is the synchronization of methodological approaches and terminology.*

Purpose. *The article discusses the peculiarities of implementation of methodological approaches of NATO Armed Forces in the practice of psychological training of Ukrainian Armed Forces servicemen: introduction of the principle of psychological fitness; comprehensive development of resilience in servicemen and their families; integration of psychological measures in the process of combat training; conducting specialized psychological activities at the request of the unit leader.*

Methods. *Resilience is the ability to overcome crises and use them as an opportunity for development through the involvement of personal and socially-mediated resources. Psychological fitness is positioned as the integration and optimization of psychic, emotional and behavioral abilities and capabilities to optimize the performance and development of resilience in military personnel. Specialists have proposed a military demand-resource model (MDR) as an integrated model of psychological fitness for the armed forces.*

Originality. *The introduction of the principle of psychological fitness in psychological training transforms it into a system of development of the necessary psychological qualities and prevention of post-traumatic disorders on the basis of formulated requirements (necessary for effective activity in combat conditions of competencies, including psychological competences - adaptation, avoidance, survival, resistance, interaction and reintegration) and resources (psychological and personal, comprehensive use of combat and psychological training, mutual support of serviceman's in the unit, unit leader support, medical support, social support, spiritual support, family support). Different levels of development of resilience (physiological, psychological and social-psychological) determine their own hierarchy of resources (available and those that need to be provided).*

Conclusion. *The article proposes a set of measures of development of resilience in military personnel on the basis of the competence approach (psychological fitness) in the process of Basic military training. A promising area of psychological research for the prevention of the effects of combat stress in military personnel is to study the relationship of transformational coping combat stress with psychological conditions for the development of post-traumatic growth in military personnel of combatants.*

Keywords: *psychological training; resilience; psychological fitness; competence; resource; Basic military training.*