

Мороз В. М. начальник Науково-дослідного центру гуманітарних проблем Збройних Сил України, полковник
<https://orcid.org/0000-0003-3363-3712>

ОГЛЯД ДОСВІДУ ФОРМУВАННЯ І ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ АРМІЇ США

У статті представлено досвід формування і забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців армії США. Приділено увагу участі командира у формуванні в особового складу стійких та ефективних механізмів подолання, спрямованих на попередження виникнення проблем з поведінковим здоров'ям. Розглянуто пріоритетні програми, підходи, заходи, фактори, методи для забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців.

Ключові слова: психологічна стійкість; резилієнс; фактори; формування; забезпечення психологічної стійкості; програми.

Вступ. Професійна діяльність військовослужбовців зумовлює потребу формування й забезпечення психологічної стійкості особового складу до негативного впливу різних чинників при виконанні службових завдань. Психологічна стійкість дозволяє вчасно реагувати на виникаючі складнощі, постійні, непередбачені зміни обстановки шляхом оптимального зниження рівня страху, тривоги, напруги та контролю емоційних проявів у цілому, дозволяє запобігти ризикованій для здоров'я поведінці та забезпечує ефективне виконання професійних завдань.

Вивченню проблеми формування та забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців на даний час приділяється багато уваги. Сьогодні реалії життя вимагають значних змін у психологічній підготовці військовослужбовців, діяльність яких протікає за умов реальної загрози життю та здоров'ю фахівців. Це визначає актуальність вивчення зарубіжного досвіду для розробки нових підходів та методів у системі психологічної підготовки у Збройних Силах України.

Мета статті полягає в розкритті підходів щодо формування психологічної стійкості та аналізі заходів, факторів, методів, програм забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в армії США, які можуть бути вивчені, скориговані та використані для подальшого

вдосконалення системи психологічної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України.

Теоретичне підґрунтя. В армії США доктрина та стратегія управління людським капіталом розглядає людський фактор як ключовий у забезпеченні високої боєздатності збройних сил [1]. Серед п'яти основних стратегічних пріоритетів побудови збройних сил країни, що входять до плану розвитку армії, два належать до особового складу: підготовка командної ланки з високим ступенем адаптивності та навчання високопрофесійних солдатів [4].

Як основа підтримки високої боєздатності військовослужбовців розглядається система психологічної стійкості (resilience) (від лат. *resilire* – “відстрибувати”) до негативних травмуючих факторів професійної діяльності.

Аналіз доступної літератури показує, що дослідженням та формулюванням теоретичної, емпіричної, доказової бази концепції резилієнтності займалися такі зарубіжні вчені, як А. Masten, К. Connor, J. Davidson, Р. Newman, G. Richardson, J. Obradovic, Е. Werner, L.S. Meredith, С. D. Sherbourne, S. Gaillot, L. Hansell, Н. V. Ritschard, А. М. Parker, G. Wrenn та ін. Науковцями було напрацьовано велику емпіричну базу дослідження цього феномену, створено теоретико-методичні моделі і програми з детальним описом їх практичного застосування (G. Richardson, А. Masten, (2001) К. Bolton, S. Southhhwick,

D. Charney та ін.). С Peterson(2004), С Reivich & Shatter, (2002); Seligman, (1990). (Emmons, 2007) [7; 9; 10; 14; 15; 17].

Відкриті публікації та наявна статистика феномену психологічної стійкості переконливо доводять необхідність її формування та забезпечення у військовослужбовців. Наприклад, за період 1-ї світової війни в армії США від психічного перенапруження і бойових стресів постраждало майже 100 000 військових, за період 2-ї світової війни – 1 мільйон осіб. Під час війни в Кореї безповоротні психологічні втрати американських військ склали 4, а у В'єтнамі – 7 осіб на кожному 1000 військовослужбовців. В період війни Ізраїлю проти Лівану 9 % ізраїльських солдат і офіцерів були виведені зі строю через психологічну нестійкість і втрати бойової активності.

В Іраксько-Кувейтському конфлікті загальні психологічні втрати іракських військових після масованих бойових ударів американської авіації протягом перших 3-х діб склали в регулярній армії – 45%, серед ополченців-непрофесіоналів – 68-70%.

На думку вчених, при достатній психологічній стійкості військовослужбовців і володінні ними прийомами і методами психічної саморегуляції більше половини вражених можуть бути повернені в стрій через 1-3 доби. Психологи США прогнозують, що в сучасній війні до 50 % всіх втрат можуть скласти психогенні [2].

Методи дослідження. Реалізуючи мету наукової статті, було використано загальнонаукові методи дослідження: аналіз наукових джерел з проблеми дослідження, системний аналіз, синтез та узагальнення наукової літератури.

Результати і обговорення. В науковій літературі поряд з поняттям психологічної стійкості науковці іноді використовують “стійкість до травми”, “резилієнс”, “резилієнтність”, “психологічна пружність”, “стресостійкість”, “життєстійкість”, “життєздатність” тощо.

Однак необхідно чітко розмежовувати резилієнс зі стресостійкістю, життєстійкістю, копінгом та посттравматичним зростанням і не вживати їх як синоніми резилієнсу, для точної операціоналізації і уникнення термінологічної плутанини. [6; 16; 18; 19].

Відповідно до наказу Головнокомандувача Збройних Сил України від 18.10.2021 р. № 305 “Про затвердження Інструкції з організації психологічного забезпечення особового складу Збройних Сил України”, **психологічна стійкість** визначена, як *здатність особи підтримувати необхідний рівень психологічної готовності протягом визначеного часу у конкретних умовах обстановки та швидко відновлювати свій психоемоційний стан після екстремальних (кризових) ситуацій.*

На думку L.S. Meredith, C.D. Sherbourne, S. Gaillot, L. Hansell, H.V. Ritschard, A.M. Parker, G. Wrenn (2011) **психологічна стійкість** – це здатність успішно адаптуватися в умовах ризику, критичних обставин чи змін. В Керівництві для командирів з формування психологічно стійких солдатів (The Leader's Guide to Building Resilient Soldiers), **психологічна стійкість** в армії США розуміється як *розумова, фізична, емоційна та поведінкова здатність протистояти та долати труднощі, адаптуватися до змін, відновлюватися, вчитися та рости після невдач.* [8]. Це більше, ніж індивідуальна риса особистості – це процес, що включає взаємодію між людиною, її життєвим досвідом та поточним життєвим контекстом.

Дані, які викладені у літературі щодо стійкості, часто пов'язані із дослідженням військовослужбовців, які вели бойові дії. Ці дослідження показують, що психічна стійкість пов'язана із цінуванням альтруїзму, здатністю відчувати зв'язок з групою зі спільною місією, витримувати високі рівні страху і продовжувати ефективно виконувати завдання, у той час як психобіологічні чинники відіграють не надто значну роль [5].

Психологічна стійкість відіграє *важливе значення* для військового співтовариства у плані підтримки

придатності військовослужбовців та командного складу до служби, а також в ракурсі захисту здоров'я та благополуччя сімей військовослужбовців [11].

Особлива увага в армії США приділяється формуванню психологічної стійкості у військовослужбовців сил спеціального призначення. Досвід діяльності невеликих підрозділів спецназу армії США показує, що високий рівень самопомоги є критично важливою складовою ефективності кожного члена команди. Підрозділ часто пишається своїм «тихим професіоналізмом» і зосередженістю на місії. Підрозділ є конкурентним середовищем, яке постійно спонукає до інтенсивного планування, підготовки та наполегливості в здобутті успіху. Відомий вислів командира загону спецназу: «Ми – організація, яка переслідує результати». [3].

Але досягнення суворих стандартів командного життя, на яких засновується отримання результатів, має починатися насамперед на індивідуальному рівні. Незважаючи на те, що фізичне здоров'я часто стоїть на передньому плані уявлень про солдатів спецназу, емоційне та психологічне здоров'я є рівноцінними основами їх загального благополуччя. Окрім постійної роботи спрямованої на те, щоб стати сильнішими, швидшими або тактично досконалішими, їм також необхідно постійно тренувати свій розум, щоб краще підготуватися до майбутнього стресу.

Саме цей аспект психічного здоров'я – підготовка до стресу та відновлення після нього – є ключовою складовою формування психологічної стійкості. Розвиваючи стійкість, можна покращити наше психічне здоров'я, якість життя та нашу ефективність в умовах високого стресу.

Важливо зрозуміти, що психологічна стійкість має надзвичайне значення не лише для солдатів, вона потрібна й у цивільному житті. Тому практикувати формування стійкості у своєму житті необхідно кожному.

Психологічні наслідки проблем з поведінковим здоров'ям та/або самогубствами солдатів також впливають

на емоційну стабільність інших солдатів, їх товаришів та родини. Якщо психопатологію, яка спричиняє ці проблеми, не лікувати, розвивається хронізація, що призводить до значних соціальних порушень, подружньої дисфункції, нестабільності в роботі, самогубств, зловживання психоактивними речовинами та насильницької поведінки. Крім того, психологічний вплив втрати побратимів може спричинити повторення циклу проблем з поведінковим здоров'ям солдатів через потенційну нездатність впоратися з втратою. Однак адаптивний і стійкий лідер здатен допомогти зменшити вплив цих проблем з поведінковим здоров'ям через різні лідерські підходи.

Включення питань, що ґрунтуються на стійкості, не скасовує основного фокусу оцінки показників ефективності, пов'язаних із основним завданням місії, але натомість розширює сферу аналізу у формі підвищення стійкості солдатів [8].

З метою **оцінки ефективності програм забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців** використовується значна кількість підходів.

Показники оцінювання індивідуального рівня пов'язані з психічним здоров'ям (відсутність таких негативних симптомів, як ПТСР, депресія, тривога та злість). Також враховуються показники благополуччя, позитивних прагнень, саморегуляції та уважності. Так само, як і показники продуктивності діяльності.

На рівні сім'ї, підрозділу та суспільства для оцінки ефективності програм, орієнтованих на ці групи, використовуються показники задоволеності сім'єю, моделей спілкування в сім'ї, залученості підрозділів, а також сприйняття організаційної підтримки [11].

В навчальних, тренувальних і консультаційних програмах, що проводяться персоналом з формування та забезпечення психологічної стійкості в армії США, військовослужбовців навчають різноманітним способам, що забезпечують адаптацію до стресу,

напруги та втрат, пов'язаних з бойовими діями. Такі способи включають фізичне тренування, підготовку до місії з чітким усвідомленням її мети та цілей, удосконалення у військовій спеціальності, набуття досвіду впевненості в командирах та довіри до співслужбовців.

Але в якій мірі ці стандартні навчальні заходи покращують можливості впоратися з важкими вимогами місії та травмами до кінця не з'ясовано.[12; 13].

Тому **метою** цілеспрямованого **тренування психологічної стійкості військовослужбовців** є підвищення та розвиток існуючих особистісних і соціальних ресурсів, а також створення нових ресурсів, які сприяють адаптації.

Далі представлено інформацію лише про частину організацій, діяльність яких спрямована на зміцнення стійкості військовослужбовців, військових підрозділів та підрозділів забезпечення, сімей і спільнот. Ця інформація дозволяє висвітлити широту та зміст роботи в армії США, спрямованої на забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців.

Програма технічного співробітництва (The Technical Cooperation Program)

Програма технічного співробітництва (ТТСР) – це організація, яка забезпечує офіційну структуру, яку використовують військові з п'яти країн (Австралії, Канади, Нової Зеландії, Великобританії та Сполучених Штатів) для обміну інформацією. Технічна комісія зосереджений на психологічному здоров'ї та операційній ефективності і є однією з понад 80 технічних груп ТТСР, які обмінюються дослідженнями та політичною інформацією. Робота комісії включає заходи щодо скринінгу та спостереження за психічним здоров'ям, визначення психологічної стійкості для використання в дослідженнях, покращення та оцінку програм підтримки психічного здоров'я у підрозділах, що виконують завдання за призначенням, а також пошук шляхів зменшення бар'єрів на шляху до сприяння психічному здоров'ю. Прикладом цих спільних зусиль є розробка

та впровадження програми зміцнення стійкості, яке проводиться в Сполучених Штатах, Великобританії, Канаді та Австралії.

Центри передового досвіду сприяння психологічному здоров'ю та черепно-мозкових уражень (Defense; DCoE)Centers of Excellence for Psychological Health and Traumatic Brain Injury.

Центри передового досвіду (DCoE) керують спільними зусиллями для оптимізації послуг з психологічного здоров'я та при травмах головного мозку Міністерства оборони США, фокусуючись на забезпеченні стійкості, відновлення та реінтеграції. Управління стійкості та запобігання (R&P) міністерства відіграє провідну роль у забезпеченні стійкості. Директорат R&P має чотиристоронній підхід до підвищення стійкості та пом'якшення стресових факторів, пов'язаних із виконанням завдань за призначенням:

1) спрямування зусиль у бік моделі, заснованій на стійкості та первинній профілактиці психологічного здоров'я;

2) сприяння міжвідомчому та міждисциплінарному співробітництву між експертами, керівниками Міністерства оборони, медичними установами та іншими допоміжними агентствами;

3) поширення передового досвіду та практичних інструментів;

4) забезпечення розробки та оцінки програми.

Діяльність DCoE з підвищення стійкості включає проведення щорічної конференції за проблемою стійкості військовослужбовців, на якій представляється найновіша інформація про програми стійкості, а також огляд проекту RAND, що аналізує програми стійкості. [24].

Команда охорони здоров'я та готовності збройних сил.

Команда стратегічних операцій із психологічного здоров'я (PHSO) під керівництвом офісу заступника міністра оборони з питань охорони здоров'я та готовності збройних сил відстоює ініціативи превентивного психологічного

здоров'я, що забезпечують підтримку психологічного здоров'я сил, що виконують завдання за призначенням. PHSO забезпечує психологічне здоров'я військ мирного часу, підтримує психологічне здоров'я сил, що виконують завдання за призначенням, та забезпечує психічне здоров'я військовослужбовців після виконання таких завдань до початкового оптимального рівня. PHSO бере участь у стратегічному плануванні та формуванні політики у справах охорони здоров'я Міністерства оборони США, співпрацює з Центрами передового досвіду сприяння психологічному здоров'ю та черепно-мозкових уражень, військовими службами, об'єднаним персоналом та іншими зацікавленими сторонами, у напрямку зміцнення стійкості та підвищення психологічної готовності військовослужбовців, їхніх сімей та військової спільноти.

“Військова громадська та сімейна політика” (Military Community and Family Policy; MC&FP)

“Військова громадська та сімейна політика” (MC&FP) несе безпосередню відповідальність за програми та політику, які створюють та підтримують програми якості життя військовослужбовців та їхніх сімей у всьому світі, підтримуючи стійкість окремих осіб та громад. Military HOME FRONT – це веб-сайт Міністерства оборони США з офіційною інформацією про програму MC&FP, призначений для допомоги військовим та їхнім родинам, командирам та постачальникам послуг. Сфери підтримки включають: особисте фінансування та перехідний період, догляд за дітьми, відновлення, роз'яснювальна робота, консультування (місцевих постачальників та сімейних консультантів військовослужбовців). Military One Source (MOS) – ще одна програма підтримки стійкості. MOS створено для того, щоб бути “єдиним місцем”, куди можна звернутися, коли військовослужбовцям або членам їх сім'ї потрібна допомога з будь-якої проблеми. [20].

Програма жовтої стрічки (Yellow Ribbon Program; YRP)

Метою Програми жовтої стрічки (YRP) є підтримка та сприяння військовослужбовців Національної гвардії та Резерву, а також їхніх сімей впродовж виконання завдання за призначенням, незалежно від приналежності до служби чи місця розташування. YRP надає широкий спектр навчання щодо стійкості та профілактики, а також доступ до послуг щодо вирішення широкого спектру питань і проблем, які можуть виникнути у військовослужбовців та їхніх сімей (щодо їхнього здоров'я, бонусів чи інших проблем). YRP надає консультації щодо доступу та направляє на інші відповідні сервіси через Military One Source, VAVet центри, TRICARE та інші програми. [26].

Клінічний центр охорони здоров'я військовослужбовців, які виконують завдання за призначенням (The Deployment Health Clinical Center; DHCC)

Клінічний центр охорони здоров'я військовослужбовців, які виконують завдання за призначенням (DHCC) пропонує покращені ресурси охорони здоров'я, пов'язані з виконанням завдань за призначенням, для постачальників, військовослужбовців та їх сімей, які сприяють стійкості військовослужбовців після виконання таких завдань. [25].

Програма комплексної підготовки солдатів (The Comprehensive Soldier Fitness; CSF)

Програма комплексної підготовки солдатів (CSF) являє собою інвестиції в Армію, в готовність збройних сил і якість життя солдатів, членів їх сімей і цивільних. В програмі робиться такий же наголос на емоційні, соціальні, духовні та сімейні сили, який раніше надавався фізичній силі. Програма CSF використовує збалансований, багатогранний підхід і модель навчання протягом усього життя, які використовують індивідуальне оцінювання, тренування стійкості підрозділів залежно від циклу розгортання сил, індивідуальне віртуальне навчання, аудиторне навчання на всіх рівнях армійської освіти, а також постійно діючих експертів зі стійкості для забезпечення набуття солдатами критичних навичок, необхідних їм для

вирішення будь-яких життєвих викликів. CSF – це справжня модель профілактики, спрямована на всі збройні сили (Резерву та Національної гвардії) [23].

Армійський центр підвищення ефективності (Army Center for Enhanced Performance; ACEP)

Програма “Армійський центр підвищення ефективності” зі штаб-квартирою в Вест-Пойнті була розроблена для підвищення академічної, спортивної та згодом й операційної продуктивності. Завдання дев'яти ACEP-осередків насамперед полягає в роботі з ветеранами та персоналом місій для покращення відновлення військовослужбовців у перехідний період. ACEP забезпечив психологічне зміцнення особового складу численних оперативних підрозділів, окремих військовослужбовців та їх родин. Навчальна програма ACEP складається з шести основних принципів: основи розумових навичок, формування впевненості, постановка цілей, контроль уваги, управління енергією та інтеграція образів. Ці саморегуляційні практики надаються разом з метою підвищення стійкості військовослужбовців, членів їх сімей та поранених воїнів, які повернулися після місії [21].

Операційний контроль стресу ВМС (Navy Operational Stress Control; OSC)

Комплексна програма оперативного контролю стресу ВМС (OSC) забезпечується військово-морською медициною, поєднуючи різноманітні напрями та ініціативи під одним началом. Цілі програми полягають у набутті стійкості моряками, підрозділами та сім'ями моряків, одночасно з вирішенням питань надання допомоги з приводу проблем психологічного здоров'я. Основою OSC є модель стресового континууму, що відповідає культурі військово-морського флоту та попереджує негативний стресовий вплив, спричинений бойовими чи іншими оперативними та військовими чинниками. Ця модель підкреслює спільну відповідальність, яку несуть усі моряки за готовність до виконання завдань. Ключову роль відіграє лідерство, активна участь має першорядне значення для успіху. OSC та відповідні

матеріали повністю інтегровані у військові підрозділи та офіційну освіту, а також у підготовку до військової служби та служби в резерві [22].

Висновки. На основі аналізу наукової літератури з питань психологічної стійкості суб'єкта військово-професійної діяльності армії США запропоновано визначення психологічної стійкості, пріоритетні програми, підходи, заходи, фактори, методи для її забезпечення, ефективність яких може бути перевірена під час заходів з психологічної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України.

Розуміння психологічної стійкості військовослужбовців пов'язане з цілісними особистісними характеристиками, окремими особистісними якостями, констеляціями різних особистісних факторів, стилем поведінки та ін.

Психологічна стійкість аналізується у системі, заданій такими координатами: вимоги екстремальних подій; стрес та копінг; індивідуальні фактори; організаційні фактори; результат.

Ефективна система забезпечення психологічної стійкості в армії США дозволяє зробити висновок про доцільність створення в Збройних Силах України циклічної модульної системи психологічної підготовки, враховуючи досвід американської армії, з обов'язковим проведенням пілотних досліджень, перевірки ефективності і доступності окремих елементів програми підготовки на основі отриманих результатів та внесення коректив у окремі модулі програми. Проте, здійснення навчання і підготовки особового складу важливо покладати на військовослужбовців, які є фахівцями своєї справи, з реальним бойовим досвідом.

Забезпечення оптимального рівня психологічної стійкості у військовослужбовців Збройних Сил України до виконання службових задач, на нашу думку, можливо за допомогою комплексу заходів, які спрямовані на вивчення та, за необхідності, корекцію всіх компонентів психологічної стійкості військовослужбовців.

Список використаних джерел

1. Демкин А. Д. Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. Обзор системы медико-психологического сопровождения в армии США / А. Д. Демкин, А. А. Марченко, А. Ю. Гончаренко. 2016. №2. С. 52–57.
2. Психологія бою : [посібник] / Грицевич Т. Л., Гузенко І. М., Капінус О. С., Мацевко Т. М., Романишин А. М.; за ред. А. М. Романишина. Львів : Видавництво “Астролябія”, 2017. 352 с.
3. Alba Cook. Building Resilience as a Special Forces Soldier. June 10, 2021 in Army, Bass Military Scholars, Leadership, Nursing. URL: <https://www.vanderbilt.edu/bass-military-scholars/2021/06/10/building-resilience-as-a-special-forces-soldier/> (дата звернення: 06.05.2022).
4. Army U. S. Army Strategic Planning Guidance. Army Plan, 2014. 158 p.
5. Charney DS. Psychobiological mechanisms of resilience and vulnerability: implications for successful adaptation to extreme stress. *Am J Psychiatry*. 2004;161:195–216.
6. Deshields T, Heiland M, Kracen A, Dua P. Resilience in adults with cancer: development of a conceptual model. *Psychooncology*. 2015; 25(1):11-18.
7. Emmons R. A. Thanks! How the new science of gratitude can make you happier. New York, NY: Houghton Mifflin. 2007.
8. Marius Orhon. The Leader's Guide to Building Resilient Soldiers. 2020. URL: <https://www.armyupress.army.mil/Journals/NCO-Journal/Archives/2020/September/The-Leaders-Guide-to-Building-Resilient-Soldiers/> (дата звернення: 03.05.2022).
9. Masten A. S. Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*. 2001. (56). P. 227–238.
10. Masten A. S., Reed M. G. J. Resilience in development. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 74–88). New York, NY: Oxford University Press. 2002.
11. Meredith L.S., Sherbourne C.D., Gaillet S., Hansell L., Ritschard H.V., Parker A.M., Wrenn G. (2011). Promoting Psychological Resilience in the U.S. Military. Center for Military Health Policy Research. 186 p. URL: https://www.rand.org/content/dam/rand/pubs/monographs/2011/RAND_MG996.pdf (дата звернення: 07.05.2022).
12. Morgan C.A., Hazlett G, Wang S, Richardson E.G., Schnurr P, Southwick S. M., Symptoms of dissociation in humans experiencing acute, uncontrollable stress: a prospective investigation. *Am J Psychiatry*. 2001;158:1239–1247.
13. Morgan C.A., Wang S, Mason J, et al. Hormone profiles in humans experiencing military survival training. *Biol Psychiatry*. 2000;47:891–901.
14. Peterson C. & Seligman, M. E. P. Character strengths and virtues: A handbook and classification. Washington, DC: American Psychological Association. 2004.
15. Reivich K., Shattre A. The resilience factor: Seven essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. New York, NY: Broad-way Books. 2002.
16. Sanderson B, Brewer M. What do we know about student resilience in health professional education? A scoping review of the literature. *Nurse Educ Today*. 2017; 58:65-71.
17. Seligman M. E. P. Learned optimism. New York, NY: Knopf. 1990.
18. Stainton A, Chisholm K, Kaiser N et al. Resilience as a multimodal dynamic process. *Early Interv Psychiatry*. 2018; 13(4):725-32.
19. Ten Hove J, Rosenbaum P. The concept of resilience in childhood disability: Does the International Classification of Functioning, Disability and Health help us? *Child Care Health Dev*. 2018; 44(5):730-5.
20. U.S. Department of Defense. URL: <http://www.defenselink.mil/prhome/mcftp.html> (дата звернення: 03.05.2022).
21. URL: www.acer.army.mil (дата звернення: 19.04.2022).
22. URL: <https://www.anko.navy.mil/portal/operationsstresscontrol/operationstresscontrol> (дата звернення: 21.04.2022).
23. URL: www.Army.mil/CSF (дата звернення: 26.04.2022).
24. URL: <http://www.dcoe.health.mil> (дата звернення: 21.04.2022).
25. URL: <http://www.PDHealth.mil> (дата звернення: 27.04.2022).
26. URL: <http://www.yellowribbon.mil> (дата звернення: 22.04.2022).

References

1. Demkin A. D. Mediko-biologicheskiye i sotsial'no-psikhologicheskiye problemy bezopasnosti v chrezvychaynikh situatsiyakh. Obzor sistemy mediko-psikhologicheskogo soprovozhdeniya v armii SSHA / A. D. Demkin, A. A. Marchenko, A. YU. Goncharenko. 2016. №2. С. 52–57. (in Russian)
2. Psykholohiya boyu : [posibnyk] / Hrytsevych T. L., Huzenko I. M., Kapinus O. S., Matsevko T. M., Romanyshyn A. M.; za red. A. M. Romanyshyna. L'viv : Vydavnytstvo "Astrolyabiya", 2017. 352 c. (in Ukrainian)
3. Alba Cook. Building Resilience as a Special Forces Soldier. June 10, 2021 in Army, Bass Military Scholars, Leadership, Nursing. URL: <https://www.vanderbilt.edu/bass-military-scholars/2021/06/10/building-resilience-as-a-special-forces-soldier/> (дата звернення: 06.05.2022).
4. Army U. S. Army Strategic Planning Guidance. Army Plan, 2014. 158 p.
5. Charney DS. Psychobiological mechanisms of resilience and vulnerability: implications for successful adaptation to extreme stress. *Am J Psychiatry*. 2004;161:195–216.
6. Deshields T, Heiland M, Kracen A, Dua P. Resilience in adults with cancer: development of a conceptual model. *Psychooncology*. 2015; 25(1):11-18.
7. Emmons R. A. Thanks! How the new science of gratitude can make you happier. New York, NY: Houghton Mifflin. 2007.
8. Marius Orhon. The Leader's Guide to Building Resilient Soldiers. 2020. URL: <https://www.armyupress.army.mil/Journals/NCO-Journal/Archives/2020/September/The-Leaders-Guide-to-Building-Resilient-Soldiers/> (дата звернення: 03.05.2022).
9. Masten A. S. Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*. 2001. (56). P. 227–238.
10. Masten A. S., Reed M. G. J. Resilience in development. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 74–88). New York, NY: Oxford University Press. 2002.
11. Meredith L.S., Sherbourne C.D., Gaillot S., Hansell L., Ritschard H.V., Parker A.M., Wrenn G. (2011). Promoting Psychological Resilience in the U.S. Military. Center for Military Health Policy Research. 186 p. URL: https://www.rand.org/content/dam/rand/pubs/monographs/2011/RAND_MG996.pdf (дата звернення: 07.05.2022).
12. Morgan C.A., Hazlett G, Wang S, Richardson E.G., Schnurr P, Southwick S. M., Symptoms of dissociation in humans experiencing acute, uncontrollable stress: a prospective investigation. *Am J Psychiatry*. 2001;158:1239–1247.
13. Morgan C.A., Wang S, Mason J, et al. Hormone profiles in humans experiencing military survival training. *Biol Psychiatry*. 2000;47:891–901.
14. Peterson C. & Seligman, M. E. P. Character strengths and virtues: A handbook and classification. Washington, DC: American Psychological Association. 2004.
15. Reivich K., Shattre A. The resilience factor: Seven essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. New York, NY: Broad-way Books. 2002.
16. Sanderson B, Brewer M. What do we know about student resilience in health professional education? A scoping review of the literature. *Nurse Educ Today*. 2017; 58:65-71.
17. Seligman M. E. P. Learned optimism. New York, NY: Knopf. 1990.
18. Stainton A, Chisholm K, Kaiser N et al. Resilience as a multimodal dynamic process. *Early Interv Psychiatry*. 2018; 13(4):725-32.
19. Ten Hove J, Rosenbaum P. The concept of resilience in childhood disability: Does the International Classification of Functioning, Disability and Health help us? *Child Care Health Dev*. 2018; 44(5):730-5.
20. U.S. DepartmentofDefense. URL: <http://www.defenselink.mil/prhome/mcfc.html> (date of application: 03.05.2022).
21. URL: www.acer.army.mil (дата звернення: 19.04.2022).
22. URL: <https://www.anko.navy.mil/portal/operationsstresscontrol/operationstresscontrol> (date of application: 21.04.2022).
23. URL: www.Army.mil/CSF (date of application: 26.04.2022).
24. URL: <http://www.dcoe.health.mil> (date of application: 21.04.2022).
25. URL: <http://www.PDHealth.mil> (date of application: 27.04.2022).
26. URL: <http://www.yellowribbon.mil> (date of application: 22.04.2022).

Summary

Moroz V. chief of the Scientific-Research Center for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine, colonel

THE EXPERIENCE REVIEW OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE FORMATION AND PROVISION OF U.S.ARMY MILITARY PERSONNEL

Introduction. *The professional activity of military personnel determines the need to form and ensure the personnel's psychological resilience to the negative impact of various factors in the official duties performance. Psychological resilience allows you to respond in a timely manner to emerging difficulties, constant, unforeseen changes in the environment by optimally reducing the level of fear, anxiety, stress and control of emotional manifestations in general, prevents risky behaviors for health and ensures effective performance of professional tasks.*

Much attention is currently being paid to the study of the problem of forming and ensuring the psychological stability of military personnel. Today, the realities of life require significant changes in the psychological training of military personnel, whose activities take place in conditions of real threat to the lives and health of professionals. This determines the relevance of studying foreign experience to develop new approaches and methods in the system of psychological training in the Armed Forces of Ukraine.

Purpose. *The purpose of the article is to reveal approaches to the formation of psychological resilience and analysis of measures, factors, methods, programs to ensure the psychological resilience of military personnel in the US Army, which can be studied, adjusted and used to further improve the psychological training of military personnel of the Armed Forces of Ukraine.*

Methods: *general scientific research methods (analysis, synthesis, comparison and generalization of data from the psychological scientific literature on the research problem) – in order to study approaches to the formation and maintenance of psychological resilience of military personnel in the US Army.*

Originality. *For the first time, an analysis of approaches to the formation of psychological resilience and measures, factors, methods, programs to ensure the psychological resilience of military personnel in the US Army. The urgency of the researched problem is determined, where psychological resilience is considered as a basis for maintaining high combat capability of US military personnel. The activities of organizations whose work is aimed at strengthening the resilience of military personnel, military units and support units, families and communities are revealed.*

Conclusion. *An effective system of psychological resilience in the US Army allows us to conclude that it is appropriate to create a cyclical modular system of psychological training in the Armed Forces of Ukraine, taking into account the experience of the US Army, checking the effectiveness and availability of individual elements of the training program based on the results obtained and making adjustments to individual modules of the program. However, it is important to entrust the studying and training of military personnel who are experts in their field, with real combat experience.*

Key words: *psychological resilience; resilience; factors; formation; provision of psychological resilience; programs.*

Received/Поступила: 20.05.22.