

СЕКЦІЯ 5 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ФАХІВЦІВ ГРУП КОНТРОЛЮ БОЙОВОГО СТРЕСУ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В БОЙОВИХ УМОВАХ

PSYCHOLOGICAL READINESS OF COMBAT STRESS CONTROL GROUPS SPECIALISTS FOR ACTIVITIES IN COMBAT CONDITIONS

Стаття присвячена дослідженню психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах. Проведений теоретичний аналіз літератури дав змогу виділити й охарактеризувати основні підходи до визначення змісту психологічної готовності фахівців до їх професійної діяльності – функціональної та особистісної. Проаналізовано актуальні визначення психологічної готовності як певного психологічного стану людини, психологічної умови успішного виконання діяльності та вибірково-усвідомленої активності й психологічної установки, яка на фоні загальної активності спрямовує особистість до діяльності; як комплексне особистісне утворення, багатоаспектну і багаторівневу сукупність якостей, властивостей і станів, котрі дають змогу успішно виконувати діяльність. Психологічну готовність до професійної діяльності визначено як інтегральне структурне особистісне утворення, як передумову успішної професійної діяльності, що забезпечує ефективне її виконання фахівцями груп контролю бойового стресу. Доведено, що психологічна готовність фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах є своєрідним фундаментом успішної професійної діяльності в сучасних умовах. Показано, що підвищення рівня психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах дає їм змогу керувати власною психікою й ефективно діяти в складних ситуаціях. Психологічну готовність фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах розглянуто як стійке інтегративне утворення, яке охоплює низку компонентів, зокрема мотиваційний, емоційно-вольовий, рефлексивний. Перспективами подальшого дослідження визначено обґрунтування шляхів та розробку засобів формування психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах, а також розробку відповідного діагностичного та корекційного забезпечення.

Ключові слова: готовність, психологічна готовність, професійна діяльність, діяльність

ність в бойових умовах, бойовий стрес, фахівці груп контролю бойового стресу.

The article is devoted to the study of the psychological readiness of combat stress control group specialists to work in combat conditions. The conducted theoretical analysis of the literature made it possible to identify and characterize the main approaches to determining the content of the psychological readiness of specialists for their professional activities – functional and personal. Current definitions of psychological readiness as a certain psychological state of a person, psychological conditions for successful performance of an activity and selective and conscious activity and psychological attitude, which against the background of general activity directs a person to activity, are analyzed; as a complex personal formation, a multi-aspect and multi-level set of qualities, properties and states that make it possible to successfully perform activities. Psychological readiness for professional activity is defined as an integral structural personal formation, as a prerequisite for successful professional activity, which ensures its effective performance by specialists of combat stress control groups. It has been proven that the psychological readiness of specialists of combat stress control groups to work in combat conditions is a kind of foundation for successful professional activity in modern conditions. It is shown that increasing the level of psychological readiness of combat stress control specialists to work in combat conditions enables them to manage their own psyche and act effectively in difficult situations. The psychological readiness of specialists of combat stress control groups to work in combat conditions is considered as a stable integrative formation, which includes a number of components, in particular motivational, emotional-volitional, reflexive. The prospects for further research are the justification of ways and the development of means of forming the psychological readiness of combat stress control groups specialists for activities in combat conditions, as well as the development of appropriate diagnostic and corrective support.

Key words: readiness, psychological readiness, professional activity, activity in combat conditions, combat stress, specialists of combat stress control groups.

УДК 159.9.359:355.422(043.5)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.65.36>

Баранова Т.А.
ад'юнкта кафедри внутрішніх комунікацій
Національний університет оборони
України

Постановка проблеми. Актуальність дослідження психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в умовах бойових дій зумовлена необхідністю формування боєздатної сучасної армії, відповідно до вимог сьогодення. Повномасштабне вторгнення Російської Федерації на територію України засвідчує, що без попереднього

розвитку у військовослужбовців психологічних якостей, які забезпечують їх високу стійкість до бойового стресу, неможливо ефективно виконувати службові завдання в умовах бойової обстановки. Це передбачає систематичну оцінку здатності витримувати значні нервово-психічні навантаження, зберігати високий рівень боєздатності в екстремальних умовах,

а також усвідомлення посадовими особами важливості психологічного супроводу військовослужбовців ЗСУ. Таким чином, дослідження особливостей готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах є актуальним і важливим напрямом наукових пошуків.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Дослідження психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах є важливим завданням сучасної психології науки. Зазначимо, що указана проблема вивчалася різноаспектно. Зокрема, В. Алещенко [1] характеризував посттравматичний стрес військовослужбовців – учасників бойових дій, О. Блінов [2; 3] розробив психологію бойової психічної травми, а також дослідив психологічний захист від бойового стресу в збройних силах провідних країн світу, Я. Бондаренко [4] вивчав психологічну готовність фахівців спеціальних підрозділів МВС України до виконання професійних задач різного рівня складності, а І. Горелов [5] – психологічну готовність працівників ОВС до застосування вогнепально-силового впливу. О. Кокун, В. Клочков, В. Мороз [6] обґрунтовували шляхи забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій, а А. Кириченко [7] – особливості психологічної готовності військово-службовців Десантно-штурмових військ Збройних Сил України до виконання завдань за призначенням. І. Ковальська [8] запропонувала напрямки формування психологічної готовності членів громадських формувань до охорони державного кордону, а О. Кокун, В. Мороз та І. Пішко [9] – умови формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження. Важливою є праця таких вчених, як О. Кокун, І. Пішко та Н. Лозінська [10], які вивчали стресогенні чинники бойової діяльності, що зумовлюють виникнення у військовослужбовців посттравматичних стресових розладів. Психологічну реабілітацію військовослужбовців після виконання службово-бойових завдань в бойових умовах розглядали О. Колесніченко, Я. Мацегора, І. Приходько [11], а соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у військовослужбовців – учасників антитерористичної операції – К. Кравченко, О. Тімченко та Ю. Широбоков [12]. Структура й особливості психологічної готовності військовослужбовців до службово-бойової діяльності стали предметом наукових пошукувань В. Молотай [13], а основи формування психічної стійкості військових у бойових умовах – Л. Кримець [14]. Н. Пенькова [15] розглядала психологічну готовність військовослужбовців Національної гвардії України до службово-бо-

йової діяльності у процесі проведення антитерористичної операції, а І. Приходько [17] – систему профілактики та контролю бойового стресу у військовослужбовців. Психологічна готовність військовослужбовців НГУ до службово-бойової діяльності поза межами пункту постійної дислокації стала предметом розгляду О. Колесніченко, Я. Мацегори, В. Воробйової [19], а психологічна готовність до ризику військовослужбовців Національної гвардії України – О. Колесніченко, Я. Мацегори, І. Приходько [20]. А. Романишина [21] вивчала психологію бою, а О. Охременко, С. Мамченко, В. Стасюк, О. Хміляр [22] – психологію суб'єкта бойових зіткнень. Важливими для нашого дослідження стали праці О. Самойленка [23] з проблем формування психологічної готовності мобілізованих військових-прикордонників до ведення бойових дій, О. Сафіна [24], що стосуються емоційного чинника психологічної готовності військовослужбовця як його особистісного ресурсу, Д. Софіян [25] з проблем розвитку психологічної готовності військових-кінологів до професійної діяльності, В. Стасюка [26–28] з психології управління військами, а також з проблем бойового стресу і психології локальних війн та збройних конфліктів. В основі нашого дослідження постають також ідеї Н. Сторожук [29] з питань формування психологічної готовності молодого офіцера Збройних Сил України до службово-бойової діяльності, М. Томчук [30] – з теоретичних засад дослідження та формування психологічної готовності особистості до діяльності, З. Шайхлісламова і А. Ковтуна [31] – про особливості впливу бойового стресу на психологічну підготовку військовослужбовців в умовах бойових дій. Серед зарубіжних дослідників, виділимо працю Е. Брашера [32] про боротьбу з бойовим і оперативним стресом, а також статтю С. Фіглі та Б. Неша [33] з проблем бойової травми як стресогенного чинника діяльності військовослужбовця.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз наукових джерел з цієї проблематики свідчить про те, що психологічну готовність до діяльності розглядають як багатогранне поняття, яке характеризується складною динамічною структурою. Вона включає усвідомлення власних потреб, вимог професійного середовища, суспільства або завдань, поставлених зовні; розуміння цілей, досягнення яких дозволить задовольнити потреби або виконати поставлене завдання; аналіз вимог, в умовах яких здійснюватимуться майбутні дії, та актуалізацію попереднього досвіду; визначення на основі досвіду та оцінки умов діяльності найбільш ймовірних і допоміжних способів виконання завдань або дотримання вимог; прогнозування проявів власних емоційних,

інтелектуальних і вольових процесів, ймовірності досягнення конкретного результату тощо. Незважаючи на наявність досліджень феномену психологічної готовності фахівців до професійної діяльності, проблема психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до роботи в умовах бойових дій у науковій літературі досі не отримала належної уваги, що підкреслює необхідність подальших досліджень у цьому напрямі.

Мета дослідження. Мета статті – обґрунтувати особливості психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах.

Виклад основного матеріалу дослідження й отриманих наукових результатів. Вивчення проблеми психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в умовах бойових дій вимагає визначення основних теоретичних засад дослідження. Зокрема, необхідно розкрити сутність психологічної готовності особистості до професійної діяльності, яка виступає як основна передумова будь-якої цілеспрямованої діяльності, її контролю, стійкості та ефективності; уточнити поняття психологічної готовності до діяльності в бойових умовах, значущість якого зростає в умовах воєнного протистояння; охарактеризувати бойові умови та бойовий стрес як важливі чинники, що впливають на діяльність військовослужбовців; та, спираючись на зазначені чинники, визначити специфіку і структуру психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до роботи в бойових умовах.

Психологічну готовність у науково-психологічній літературі трактують як «цілеспрямоване вираження рівня розвитку особистості, що включає її погляди, переконання, ставлення, почуття, вольові та інтелектуальні якості, вміння, знання, установки, налаштованість на певну поведінку» [30, с. 39]. Запровадження поняття «психологічна готовність до діяльності» в інженерній психології та психології праці зумовлене необхідністю виокремлення серед різноманітних чинників, які впливають на продуктивність діяльності, саме психологічного компонента, що є ключовим і, за певних умов, відіграє вирішальну роль у її опануванні.

Зокрема, В. Молотай підкреслює, що «психологічна готовність як передумова реалізації будь-якої діяльності є водночас і її результатом» [13, с. 248]. Дослідник Я. Бондаренко визначає психологічну готовність як прояв змістових характеристик та стану особистості, пропонуючи розглядати її як «ознаку», що вказує на рівень професійної зрілості та ступінь професійної культури особистості [4]. На думку О. Колесніченка, Я. Мацегори та І. Приходька, психологічна готовність представляє собою сукупність якостей, які визначають здатність

особистості до професійної діяльності. Серед таких якостей вони виділяють позитивне ставлення до професійної діяльності, здатність виконувати її завдання, наявність необхідних характерологічних рис та стійких інтегральних почуттів, здатність до підтримання оптимальних психічних станів під час роботи. Крім того, важливими компонентами є відповідний рівень знань, умінь та навичок, а також певні психологічні особливості в сенсорній і інтелектуальній сферах, які сприяють виконанню професійних вимог [11].

О. Бінов розглядає психологічну готовність як особливий стан психіки, що забезпечує здатність військовослужбовця ефективно діяти в складних умовах із мінімальними психологічними втратами. Вчений зазначає, що в екстремальних умовах у військових часто спостерігається напруженість, тривожність, занепокоєність через ризик втрати життя та невпевненість у власних силах. На його думку, рівень напруженості залежить від ступеня впливу стресових умов і здатності військовослужбовця за допомогою саморегуляції врівноважувати цей вплив. Задля підготовки до таких ситуацій необхідно гартувати психіку, формуючи стійкість до небезпеки. Часте перебування у небезпечних ситуаціях сприяє зниженню психічної напруженості, позитивно впливає на успішне виконання бойових завдань, а також формує високу психічну стійкість і психологічну готовність до дій у бойових умовах [2].

Аналіз наукової літератури дозволяє констатувати, що в психології існують два основні підходи до тлумачення змісту та структури психологічної готовності: функціональний та особистісний. Функціональний підхід розглядає психологічну готовність як певний стан психічних функцій, що забезпечує високий рівень досягнень під час виконання діяльності. Згідно з цим підходом, психологічна готовність проявляється як специфічний стан особистості, що забезпечує ефективне виконання завдань, як усвідомлена активність, що мотивує особистість на діяльність, а також як психологічна установка, що діє на тлі активності особистості і є результатом певних соціальних установок [8].

Особистісний підхід, на відміну від функціонального, тлумачить психологічну готовність як результат підготовки (підготовленості) до конкретної діяльності. Вона розглядається як стійке, ієрархізоване утворення особистості, що включає сукупність чинників, вимог, змісту та умов діяльності. Психологічна готовність трактується як комплексна структура якостей, властивостей та особистісних характеристик, які в сукупності дозволяють індивіду успішно виконувати професійні завдання [25]. При цьому, зміст психологічної готовності визначається специфікою діяльності, у контексті якої вона формується. Отже,

для розуміння феномену психологічної готовності важливо враховувати її зв'язок із конкретною професійною діяльністю, яка висуває специфічні вимоги до особистості, зокрема, в умовах бойового стресу.

Аналіз різних підходів до розуміння психологічної готовності фахівців до професійної діяльності дозволяє визначити цей феномен у кількох аспектах. По-перше, він постає як особистісне утворення, що є фундаментом для цілеспрямованої діяльності, забезпечує ефективно включення у професійну діяльність та сприяє її успішному виконанню. По-друге, психологічна готовність розглядається як складне динамічне утворення, що є основою для активної участі та дій під час виконання професійних завдань. По-третє, її трактують як специфічний особистісний стан, що формується внаслідок підготовки (підготовленості) до певного виду діяльності, що дозволяє успішно адаптуватися до професійних умов і ефективно виконувати завдання.

Щодо структури психологічної готовності, більшість дослідників виділяють кілька функціонально взаємопов'язаних компонентів. Зокрема, В. Молотай стверджує, що психологічна готовність до професійної діяльності є інтегративною системою, що складається з трьох основних підструктур: функціональної, емоційної та особистісної. Функціональна підструктура включає мотиваційний компонент, що охоплює спонукання до вибору професії та концентрацію уваги на цінності діяльності; когнітивний компонент, який представляє собою знання, пов'язані зі спеціальністю; та операційний компонент, що передбачає наявність вмінь і навичок, необхідних для виконання професійних завдань. Емоційна підструктура складається зі зосередженості на вирішенні задач, впевненості у власних силах, насолоди від професії та задоволення від роботи. Особистісна підструктура включає професійно значущі якості особистості [13]. Дослідник М. Томчук пропонує власну структуру психологічної готовності до професійної діяльності, яка складається з особистісного та операційного компонентів. Особистісний компонент охоплює ідейно-моральний чинник, що формує ставлення до діяльності як життєвої цінності, а також якості особистості, які сприяють формуванню ціннісного ставлення до цієї діяльності. Операційний компонент включає інтелектуальні чинники (макро- та мікроінформованість) та практичні чинники (професійні та загально трудові вміння) [30].

В. Стасюк виділяє кілька основних структурних компонентів психологічної готовності військовослужбовців до бойової діяльності. По-перше, пізнавальний компонент передбачає оцінювання та розуміння важливості завдання, знання необхідних засобів для досяг-

нення мети, а також прогнозування ймовірних змін обстановки. По-друге, емоційний компонент включає почуття відповідальності, впевненості або сумніву у готовності до подолання труднощів сучасного бою. Третім є мотиваційний компонент, який охоплює інтерес і потребу в успішному виконанні бойового завдання, а також прагнення до успіху та демонстрації своїх найкращих якостей. Нарешті, вольовий компонент містить у собі зосередженість на конкретному завданні, управління собою, відвернення уваги від негативних чинників, що заважають, а також подолання страху та сумнівів [28, с. 61].

Важливим чинником формування психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах є чітке визначення сутності бойових умов. Ці умови характеризуються зниженням психологічної безпеки, загрозою для життя і здоров'я людей, а також впливом стрес-факторів. До таких факторів належать безпосередня загроза для життя, отримання поранень, використання зброї для ураження, свідчення загибелі людей, робота з залишками тіл, перебування в заручниках або полоні, а також фізичне, психологічне та сексуальне насильство. Слід констатувати, що внаслідок цього підвищується тривожність, емоційна напруженість, і виникає психотравмуючий вплив на психіку людини [3]. Тому й пред'являються підвищені вимоги до рівня професійної підготовки військовослужбовців, формування їх психологічної готовності до дій в екстремальних умовах, а також наявності професійно важливих якостей, зокрема стресостійкості, необхідної для успішного функціонування в бойових умовах.

Формування психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах потребує чіткого визначення поняття бойового стресу. Бойовий стрес – це психічний стан особи, в якому відбуваються переживання та осмислення того, що вона бачила, чула та відчувала [10]. Цей стан виникає внаслідок термінової адаптаційної реакції, яка спрямована на пристосування до незвичних стимулів бойових умов, а також через довгострокову адаптивну реакцію, що дозволяє воїну вижити в екстремальних ситуаціях [17]. Бойовий стрес також може бути охарактеризований як психічне відображення стресової реакції військових на вплив факторів бойової діяльності [27]. Важливо зазначити, що бойовий стрес викликає радикальні зміни в афективній, когнітивній та поведінковій сферах військовослужбовців, впливаючи на успішність їхньої професійної діяльності, що, у свою чергу, потребує психологічного захисту від його наслідків [31].

Бойовий стрес виникає у людини під час діяльності в екстремальних умовах, коли діють

потужні зовнішні та внутрішні стрес-фактори. Ці фактори становлять загрозу життю військовослужбовця, негативно впливають на його здоров'я, знижують ефективність виконання діяльності або можуть призвести до її зриву [33]. Бойовий стрес проявляється у військовослужбовців як на фізіологічному, так і на психологічному рівнях. Основними компонентами бойового стресу є емоційний та інформаційний стрес [27]. В їхній взаємодії вони чинять негативний вплив на військовослужбовця, що спочатку призводить до гострої стадії стресу, а в подальшому може трансформуватися у посттравматичний стресовий розлад.

Зауважимо, що бойовий стрес має специфічні особливості, оскільки виникає внаслідок діяльності в екстремальних умовах. Реакції на бойовий стрес можуть бути фізичними, емоційними, когнітивними або поведінковими, а також можуть проявлятися у вигляді несприятливих наслідків або психологічних травм, що виникають у військовослужбовців під впливом стресових або травматичних подій під час бойових дій або військових операцій. Ці стресові реакції можуть виникати під час безпосереднього бою або підготовки до нього. Вони є жорстко запрограмованими реакціями виживання, які охоплюють фізіологічні, поведінкові, емоційні, когнітивні та інші зміни в процесах організму [12].

Ситуації, що становлять загрозу для життя, активізують вегетативну нервову систему, яка складається з двох протилежних відділів: симпатичної нервової системи, що відповідає за збудження, та парасимпатичної, яка забезпечує заспокоєння. Це призводить до безперервного ланцюга автоматичних реакцій, відомих як «захисний каскад». Він характеризується екстремальними (але короткочасними) підйомами або спадами фізіологічних функцій, таких як концентрація уваги, збудження, а також зміни в поведінці, емоціях, розумових процесах, мовленні та сенсомоторній активності. Ці реакції є інтенсивними і можуть викликати помірні або тяжкі порушення, однак тривають лише кілька годин або, максимум, кілька днів [1]. Приклади бойових стресорів, наводячи І. Приходько, включають: тілесні ушкодження та поранення, які обмежують фізичні можливості військовослужбовця; вбивство противника; свідчення загибелі людини; а також загибель чи поранення військовослужбовця з підрозділу [18].

Аналізуючи бойову діяльність різних категорій військовослужбовців, О. Білінов відзначає, що основні психологічні труднощі виникають через чинники реального бою, такі як калюжі крові, тяжкопоранені, смерть бойових побратимів, значні руйнування захисних укриттів, будівель та бойової техніки. Ці фактори пригнічують психіку воїна, спричиняють численні

помилки, що, в свою чергу, призводить до значного перезбудження і, зрештою, до зриву виконання бойового завдання. В результаті цього зростає ймовірність зазнати поразки в бою [2].

Як зазначає А. Романишина, реакції бойового стресу, які можуть відчувати військовослужбовці, включають неспокій, паніку, дратівливість, лють, розгубленість, проблеми з пам'яттю, втому, безсоння, прискорене серцебиття, задишку та дисоціацію. Ступінь вираженості цих реакцій може змінюватися залежно від ряду оперативних умов, зокрема інтенсивності, тривалості та частоти бойових дій, а також морального духу командування та підрозділу [21]. На думку дослідниці, бойові стресові реакції у військовослужбовців є більш імовірними внаслідок важких втрат, несподіваних нападів, впливу невідомої зброї, повітряних атак, безперервних обстрілів важкою артилерією, просування замінованими територіями, недосипання, поганого харчування та гігієни, неякісної комунікації, ізоляції та відсутності довіри до керівництва.

Зазначимо, що від психологічного стану військових залежить якість виконання бойового завдання та кількість втрат особового складу. Військовослужбовець, який відчуває контроль під час бою, не проявляє бойові стресові реакції. Найважливішими захисними факторами є сильна групова згуртованість, довіра до командирів, висока мотивація, хороше озброєння та захищеність, якісна бойова підготовка та надійний медичний корпус. Однак ці фактори не можуть повністю нівелювати вплив екстремальної обстановки, тому існує потреба в оперативному реагуванні для надання психологічної допомоги. Виявлено, що 90% солдатів, які страждають на бойові стресові реакції, за умови конструктивного впливу фахівців груп контролю бойового стресу можуть повернутися до виконання завдань протягом 72 годин [22]. Це підкреслює значущість психологічної готовності фахівців до діяльності в бойових умовах.

Досліджуючи психологічну готовність до службово-бойової діяльності, вчені В. Алещенко, О. Самойленко, В. Стасюк та інші визначають психологічну готовність як спрямованість і змобілізованість психіки військовослужбовця на подолання майбутніх бойових труднощів. Це, в свою чергу, забезпечує результативність та якість виконання бойових завдань, а також адекватну оцінку їх складності, значущості та важливості [1; 23; 27].

Щодо психологічної готовності військовослужбовців до діяльності в особливих умовах, В. Стасюк зазначає, що «це своєрідний фундамент їхніх активних дій у майбутньому бою» [26, с. 291]. Знання воїном своїх психологічних особливостей дозволяє йому управляти влас-

ною психікою та ефективно діяти в складних ситуаціях. Стан психологічної готовності іноді порівнюють зі шлюзом, який пропускає досягнутий рівень військової майстерності, або ж, навпаки, створює перешкоди до його реалізації, наприклад, у випадках, коли людина зазнає стопорних станів і не може виконувати доцільні дії. Зміст стану психологічної готовності є в значній мірі індивідуальним [26, с. 293]. Учений вважає, що психологічна готовність військовослужбовців до бою є «одним з основних компонентів готовності військової частини (об'єднання, роду військ, виду військ, збройних сил у цілому) до бойових дій». Військовослужбовець має усвідомлювати відповідальність за долю Батьківщини, рідних та близьких, відчувати впевненість у собі, своїх побратимах, бойовій техніці та зброї, а також мати бажання боротися, прагнути випробувати себе, подолати свої слабкості та досягати перемоги над противником [26, с. 295].

Психологічну готовність фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах можна розглядати як стійке інтегративне утворення особистості, яке формується внаслідок професійної підготовки. Це утворення охоплює низку чинників, що відображають зміст і умови діяльності, а також є основою для її успішного виконання. На основі опрацьованих джерел та з урахуванням загальновідомих фаз професійної діяльності (орієнтувальної, виконавчої та контрольної-оцінювальної) можна виокремити наступні компоненти психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах:

- мотиваційний компонент – визначає спонукальні сили, що активізують особистість до дій у критичних ситуаціях;
- емоційно-вольовий компонент – включає здатність управляти своїми емоціями та волею, що важливо для підтримки стійкості в стресових умовах;
- рефлексивний компонент – полягає в здатності оцінювати власні дії, аналізувати

та коригувати їх у процесі виконання завдань (табл. 1).

Важливо зазначити, що кожен компонент психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах виділяється на основі певних критеріїв, що дозволяють оцінити їхню готовність і ефективність у виконанні завдань. Так, критерієм виділення мотиваційного компоненту є професійна спрямованість фахівців, яка відображає стійкий інтерес до військової професії, почуття обов'язку та глибоке бажання реалізуватися в забезпеченні контролю бойового стресу у військовослужбовців. Цей компонент включає в себе усвідомлення важливості своєї ролі у підтримці психологічного здоров'я військових, що підвищує їхню мотивацію до професійної діяльності. Критерієм виділення емоційно-вольового компоненту є стресостійкість, як інтегративний та системотвірний чинник психологічної готовності. Стресостійкість виявляється у здатності військовослужбовців соціально-психологічно адаптуватися до складних ситуацій, що забезпечує їхню успішну діяльність, досягнення поставлених цілей, а також збереження працездатності та здоров'я в умовах стресу. Рефлексивний компонент виявляється в такому критерії, як рефлексивність. Це здатність фахівців груп контролю бойового стресу свідомо та адекватно аналізувати результати своєї діяльності. Це передбачає самостійний аналіз власної професійної компетентності, оцінку її ефективності та визначення причин невдач. Рефлексивність допомагає фахівцям адаптувати свої дії до змінюваних умов бойової діяльності та покращувати свої професійні навички. Завдяки цим компонентам і критеріям можна більш точно оцінити готовність фахівців до діяльності в бойових умовах і забезпечити ефективність їх роботи у контролі бойового стресу серед військовослужбовців.

Конкретизуючи зміст компонентів психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах,

Таблиця 1

Чинники, критерії та показники психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах

Чинники готовності	Критерії готовності	Показники готовності
Мотиваційний	Професійна спрямованість	Осмисленість майбутніх професійних перспектив, характер мотивів професійної діяльності, спрямованість на військову професію, наявність професійних цілей.
Емоційно-вольовий	Стресостійкість	Самовладання, витримка, відповідальність, інтернальність, цілеспрямованість, рішучість, самостійність, самообілізованість, наполегливість, ініціативність.
Рефлексивний	Рефлексивність	Адекватність самооцінки, вміння аналізувати свої професійні дії, здатність визнавати помилки, наявність потреби в самовдосконаленні і саморозвитку

зазначимо, що Мотиваційний компонент психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах є ключовим елементом, що включає в себе: 1) мотиви та цілі. Вказане означає, що фахівці повинні чітко усвідомлювати свої професійні цілі, які направлені на забезпечення психологічної підтримки військовослужбовців. Важливими є також особисті мотиви, які стимулюють їх до виконання обов'язків; 2) потреби. Так, мотиваційний компонент передбачає усвідомлення потреб, які виникають у процесі військової діяльності, таких як потреба в самовдосконаленні, професійному розвитку та підтримці бойового духу особового складу; 3) ціннісні установки. Зокрема, формування ціннісних орієнтирів, які допомагають фахівцям усвідомити важливість своєї ролі у військовій службі, зокрема в контексті психологічного здоров'я військових; 4) інтерес до професійної діяльності. Так, стійкий інтерес до роботи у сфері контролю бойового стресу є основою мотиваційного компонента. Це вимагає активного пошуку інформації, необхідної для успішного виконання професійних завдань, а також для особистісного та професійного зростання; 5) сформованість військового ідеалу, коли фахівець групи контролю бойового стресу має чітке уявлення про ідеал військової служби, що сприяє високій мотивації та готовності до дій у складних умовах; 6) почуття обов'язку, що виявляється в усвідомленні фахівцем своєї відповідальності за ефективність роботи в контролі бойового стресу, що підвищує рівень його готовності до виконання завдань. Фахівці, які мають сформований мотиваційний компонент, здатні активно шукати та використовувати інформацію, відповідально підходять до виконання своїх обов'язків, що в свою чергу позитивно впливає на психологічний стан військовослужбовців у бойових умовах.

Емоційно-вольовий компонент формування психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах є важливим аспектом, який визначає їхню здатність ефективно функціонувати в екстремальних ситуаціях. Цей компонент включає: 1) емоційний стан (емоційна стабільність та здатність адекватно реагувати на стресові ситуації є критичними для підтримання психологічного здоров'я як фахівців, так і військовослужбовців, з якими вони працюють); 2) стресостійкість (ключова характеристика, що відображає здатність фахівців витримувати стресові умови, адаптуватися до змін та забезпечувати ефективну діяльність у складних обставинах); 3) вольові процеси (вольові якості, які сприяють успішному виконанню професійних обов'язків, включають: цілеспрямованість (уміння визначити чітку мету та зосередитися на її досягненні, що

допомагає фахівцям орієнтуватися в складних бойових умовах), самовладання й витримку (збереження самоконтролю в будь-яких ситуаціях, що є важливим для прийняття зважених рішень і забезпечення стабільності в роботі), наполегливість (здатність підтримувати зусилля протягом тривалого часу для досягнення поставленої мети, навіть коли виникають труднощі), ініціативність (готовність проявляти творчий підхід та виявляти активність у вирішенні нових і складних проблем у процесі виконання професійних функцій), рішучість (здатність своєчасно приймати обдумані рішення та оперативно діяти без зволікань, що є критично важливим у бойових умовах), самостійність (вміння діяти незалежно від зовнішніх впливів, що дозволяє контролювати ситуацію та приймати рішення на основі власного досвіду та знань). Емоційно-вольовий компонент сприяє формуванню психологічної готовності фахівців до виконання складних завдань у бойових умовах, дозволяючи їм підтримувати високу якість роботи та ефективність у стресових ситуаціях.

Рефлексивний компонент формування психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах є важливим аспектом, який характеризує їхню здатність до свідомого контролю над процесом професійної діяльності. Цей компонент включає в себе кілька ключових елементів: 1) контроль результатів діяльності: фахівці повинні мати можливість свідомо аналізувати результати своєї роботи, що допомагає виявити ефективність і якість виконання професійних завдань; 2) самостійний аналіз професійної компетентності: здатність фахівців до самостійного оцінювання власних знань і навичок є важливою для забезпечення постійного професійного розвитку, передбачаючи критичний підхід до своїх дій і вміння визначати області для вдосконалення; 3) оцінка причин професійних невдач: важливим елементом рефлексивності є здатність виявляти та аналізувати причини невдач у діяльності, що дозволяє уникати їх у майбутньому та розвивати ефективні стратегії їх подолання; 4) прийняття відповідальності: фахівець має усвідомлювати відповідальність за результати контролю бойового стресу у військових. Це передбачає не лише відповідальність за власні дії, а й за результат своєї роботи в цілому; 5) прогнозування і адекватна оцінка дій: здатність прогнозувати наслідки своїх дій і адекватно оцінювати їх важливість є критично важливими для прийняття оптимальних рішень в стресових ситуаціях; 6) прагнення до самореалізації: бажання фахівців реалізувати свій потенціал, постійно вдосконалювати свої навички та досягати нових вершин у професійній діяльності; 7) самоосвіта та відповідність професійним

стандартам: фахівці повинні мати можливість оцінювати свою підготовленість і відповідність загальноприйнятим професійним зразкам, що є важливим для підтримання стандартів роботи. Відтак, рефлексивний компонент є критичним для формування психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу, оскільки сприяє їхньому професійному розвитку та ефективній діяльності в бойових умовах.

На нашу думку, вказані компоненти психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах не слід розглядати ізольовано, оскільки вони носять інтегративний, цілісний характер та є продуктом ефективної професійної підготовки загалом.

Формування психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах є динамічним і суперечливим процесом, в якому відбувається розвиток специфічних знань, вмій, навичок і особистісних якостей. На основі вивчених наукових джерел можна визначити ключові чинники, які впливають на цей процес. Це, зокрема, особистісна готовність, яка починається з усвідомлення професійних потреб і мотивів і може включати в себе прагнення до реалізації особистих цілей, які тісно пов'язані з професійною діяльністю. Становлення мотивації є основою для подальшого розвитку готовності. Другою складовою є постановка цілей, які будуть слугувати орієнтиром у професійній діяльності. Чітка формулювання цілей дозволяє спеціалістам зосередитися на конкретних завданнях і розуміти, що саме вони прагнуть досягти. Третім етапом виступає розробка плану дій. Це передбачає створення структурованого підходу до виконання завдань, який враховує можливі труднощі і варіанти їх подолання. Останніми етапами є реалізація цієї готовності, що передбачає використання різних засобів та способів для досягнення поставленої мети, і моніторинг і корекцію результату, що дає змогу виявити проміжні результати, оцінити їх відповідність очікуванням і, за потреби, внести відповідні корективи у план дій. Відтак формування психологічної готовності є багатограничним процесом, що включає не лише теоретичну підготовку, а й практичне застосування знань, навичок і вмій у реальних умовах. Важливо, щоб фахівці груп бойового стресу мали змогу постійно аналізувати свої дії, коригувати їх в залежності від ситуації та ефективно адаптуватися до нових викликів.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Отже, теоретичний аналіз літератури дав змогу виділити й охарактеризувати підходи до визначення змісту психологічної готовності фахівців до їх професійної діяльності – функ-

ціональний та особистісний. Проаналізовано актуальні визначення психологічної готовності як певного психологічного стан людини, психологічної умови успішного виконання діяльності та вибірково-усвідомленої активності й психологічної установки, яка на фоні загальної активності спрямовує особистість до діяльності; як комплексне особистісне утворення, багатоаспектну і багаторівневу сукупність якостей, властивостей і станів, котрі дають змогу успішно виконувати діяльність. Психологічну готовність до професійної діяльності визначено як інтегральне структурне особистісне утворення, як передумову успішної професійної діяльності, що забезпечує ефективне її виконання фахівцями груп контролю бойового стресу. Доведено, що психологічна готовність фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах є своєрідним фундаментом успішної професійної діяльності в сучасних умовах. Показано, що підвищення рівня психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах дає їм змогу керувати власною психікою й ефективно діяти в складних ситуаціях. Психологічну готовність фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах розглянуто як стійке інтегративне утворення, яке охоплює низку компонентів: мотиваційний, емоційно-вольовий та рефлексивний.

Перспективами подальшого дослідження визначено обґрунтування шляхів та розробку засобів формування психологічної готовності фахівців груп контролю бойового стресу до діяльності в бойових умовах, а також розробка відповідного діагностичного та корекційного забезпечення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алещенко В. І. Посттравматичний стрес військовослужбовців – учасників бойових дій : психологічний аналіз. *Вісник Київського нац. ун-ту ім. Т. Шевченка. Військово-спеціальні науки*. 2015. № 1 (32). С. 5–10.
2. Блінов О. А. Психологія бойової психічної травми : монографія. Київ : Талком, 2016. 246 с.
3. Блінов О. А. Психологічний захист від бойового стресу в збройних силах провідних країн світу. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. пр. Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за наук. ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. 2017. Вип. 38. С. 38–52.
4. Бондаренко Я. Г. Психологічна готовність фахівців спеціальних підрозділів МВС України до виконання професійних задач різного рівня складності : дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2010. 219 с.
5. Горелов І. Ю. Психологічна готовність працівників ОВС до застосування вогнепально-силового впливу : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2008. 19 с.

6. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій : метод. посіб. / О. М. Кокун, В. В. Клочков, В. М. Мороз та ін. Київ-Одеса : Фенікс, 2022. 128 с.
7. Кириченко А. В. Особливості психологічної готовності військово-службовців Десантно-штурмових військ Збройних Сил України до виконання завдань за призначенням. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ : НУОУ, 2020. Вип. 2 (55). С. 50–58.
8. Ковальська І. Формування психологічної готовності членів громадських формувань до охорони державного кордону: дис. ... канд. психол. наук. Хмельницький, 2009. 238 с.
9. Кокун О.М., Мороз В.М., Пішко І.О. Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злягодження : метод. посіб. Київ : БЦ, 2021. 170 с.
10. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Стресогенні чинники бойової діяльності, що зумовлюють виникнення у військовослужбовців посттравматичних стресових розладів. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2017. Вип. 22. С. 143–150.
11. Колесніченко О. С., Мацегора Я. В., Приходько І. І. Психологічна реабілітація військовослужбовців після виконання службово-бойових завдань в бойових умовах : монографія. Харків : НА НГУ, 2021. 75 с.
12. Кравченко К.О., Тімченко О.В., Широбок Ю.М. Соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у військовослужбовців – учасників антитерористичної операції : монографія. Харків : НУЦЗУ, 2017. 186 с.
13. Молотай В.А. Структура й особливості психологічної готовності військовослужбовців до службово-бойової діяльності. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. Т. VII, вип. 5. Київ : Знання, 2005. С. 247–255.
14. Мул С. Логіко-теоретичний аналіз проблеми «психологічна готовність» особистості. *Збірник наукових праць КПНУ ім. Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. Костюка АПН України*. Київ, 2010. С. 465–476.
15. Основи формування психічної стійкості військовослужбовців у бойових умовах : підручник / за ред. Л. В. Крimeць. Київ : НУОУ, 2022. 348 с.
16. Пенькова Н. Психологічна готовність військовослужбовців Національної гвардії України до службово-бойової діяльності у процесі проведення антитерористичної операції : дис. ... канд. психол. наук. Харків, 2015. 215 с.
17. Приходько І. І. Система профілактики та контролю бойового стресу у військовослужбовців. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Психологія*. 2018. Вип. 1. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadrp_2018_1_13.
18. Приходько І. І. Профілактика та контроль бойового стресу у військовослужбовців : систематизація досліджень. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*. 2021. № 1 (64). С. 193–215.
19. Психологічна готовність військовослужбовців Національної гвардії України до службово-бойової діяльності поза межами пункту постійної дислокації : монографія / О. Колесніченко, Я. Мацегора, В. Воробйова та ін. Харків : НАНГУ, 2016. 335 с.
20. Психологічна готовність до ризику військовослужбовців Національної гвардії України : монографія / О. С. Колесніченко, Я. В. Мацегора, І. І. Приходько та ін. Харків : НА НГУ, 2017. 308 с.
21. Психологія бою : посіб. / за ред. А. М. Романишина. Львів : Астролябія, 2017. 352 с.
22. Психологія суб'єкта бойових зіткнень : монографія / О. Р. Охременко, С. В. Мамченко, В. В. Стасюк, О. Ф. Хміляр. Київ : Хімджест, 2018. 222 с.
23. Самойленко О. О. Формування психологічної готовності мобілізованих військовослужбовців-прикордонників до ведення бойових дій : дис.... канд. психол. наук. Хмельницький, 2018. 309 с.
24. Сафін О. Д. Емоційний чинник психологічної готовності військово-службовця як його особистісний ресурс: проблема формування. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ : НУОУ, 2022. Вип. 4 (68). С. 139–145.
25. Софіян Д. В. Концептуальні та методичні засади розвитку психологічної готовності військовослужбовців-кінологів до професійної діяльності. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Психологічні науки*. Херсон, 2019. Вип. 1. С. 187–192.
26. Стасюк В. В. Психологія управління військами : підручник. Київ : НУОУ, 2014. 540 с.
27. Стасюк В. В., Скрипкін О. Г. Бойовий стрес : ознаки та первинна психологічна допомога. *Вісник Національного університету оборони України*. 2014. № 5(42). С. 341–343.
28. Стасюк В. В. Психологія локальних війн та збройних конфліктів : підручник. Київ : НУОУ, 2016. 412 с.
29. Сторожук Н. А. Формування психологічної готовності молодого офіцера Збройних Сил України до службово-бойової діяльності : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2010. 156 с.
30. Томчук М. І. Методологічні засади дослідження та формування психологічної готовності особистості до діяльності. *Психологія і суспільство*. 2010. № 4. С. 39–46.
31. Шайхлісламов З. Р., Ковтун А. С. Особливості впливу бойового стресу на психологічну підготовку військовослужбовців в умовах бойових дій. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Психологія*. 2023. № (3). С. 142–145. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.3.28>
32. Brusher E. A. Combat and Operational Stress Control. *International journal of emergency mental health*. 2007. №9 (2). С. 111–122.
33. Combat Stress Injury : Theory, Research, and Management / C. R. Figley, W. P. Nash, eds. New York : Routledge, 2007. 341 p.