

5. Омаров О. А. Руководитель. Размышления о стиле управления. – М.: Политиздат, 1984. – 253 с.
6. Щекин Г. В. Основы кадрового менеджмента: [ученик] / Г. В. Щекин. – К.: МАУП, 1998. – 288 с.
7. Филиппов А. Г. Работа с кадрами: психологический аспект / А. Г. Филиппов. – М.: Экономика, 1999. – 163 с.
8. Закон України “Про правові засади цивільного захисту” від 24.06.2004 р. № 1859 –IV.
9. Інструкція про порядок проведення атестації осіб рядового і начальницького складу органів і підрозділів МНС України. Наказ МНС № 441 від 09.06.2008 р.

## УДК 159.9

*Кульчицька Н. Б., офіцер-психолог відділення виховної роботи Військова частина 3002 ВВ МВС України*

### **ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ МОЛОДИХ СОЛДАТІВ ВНУТРІШНІХ ВІЙСЬК ДО ОСОБЛИВИХ УМОВ НЕСЕННЯ СЛУЖБИ**

У науковій статті розкриваються основні тенденції впливу індивідуального рівня емоційно-вольової стійкості молодих солдатів внутрішніх військ на якість виконання завдань в екстремальних умовах; особливості психологічної підготовки особового складу до несення служби в особливих умовах.

*Ключові слова:* психологічне забезпечення, адаптація, термінова служба, особливі умови, психотренінговий комплекс.

В научной статье раскрываются основные тенденции влияния индивидуального уровня эмоционально-волевой устойчивости молодых солдат внутренних войск на качество выполнения задач в экстремальных условиях; особенности психологической подготовки личного состава к несению службы в особых условиях.

*Ключевые слова:* психологическое обеспечение, адаптация, срочная служба, особые условия, психотреннинг-комплекс.

**Постановка проблеми.** Внутрішні війська Міністерства внутрішніх справ України займають одне із провідних місць у загальній системі забезпечення законності та правопорядку у державі. Щодня військовослужбовці виконують важливі та складні завдання, що пов'язані з небезпекою, ризиком та загрозою їхньому життю і здоров'ю. Саме тому роль морально-психологічного забезпечення життєдіяльності особового складу з'єднань та частин внутрішніх військ МВС України у загальній системі забезпечення неможливо перебільшити.

Особливе місце в роботі щодо вивчення морально-психологічного стану особового складу займає визначення осіб, які під час адаптації до умов військової діяльності, особливо до умов виконання службово-бойових завдань, відчувають істотні труднощі, що об'єктивно пов'язані з особливостями

психологічної сфери військовослужбовців, рівнем їх емоційно-вольової стійкості.

Раннє виявлення осіб, що мають ознаки емоційно-вольової нестійкості, дозволяє підвищити можливості їх адаптації до умов військової служби, зберегти здоров'я, прогнозувати їх дії і вчинки, керувати поведінкою молодих солдатів в особливих умовах несення службово-бойової діяльності.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Екстремальні ситуації в нашому житті неминучі, тому психологи багатьох країн останнім часом посилено вивчають особливості поведінки людини і закономірності її діяльності в екстремальних умовах. Це дозволяє зробити практичні висновки, які стосуються підготовки таких людей і організації їх діяльності.

Положення, пов'язані з концепцією психологічного стресу висвітлені в працях Г. Сельє, В.І. Лебедева, Ч. Д. Спілберга, О. В. Тімченка.

Про психологічні особливості професійної діяльності в особливих умовах сказано в працях О. М. Бандурки, В.І. Барки, Л. А. Перелигіної, В. П. Садкового, Ю. О. Приходька, С. Ю. Лебедевої, Л.І. Мороз, В. С. Медведєва, В. П. Москальця, Б. М. Олексієнка, О. А. Матеюка, Є. М. Потапчука, О. Д. Сафіна, О. В. Тімченка.

Аналіз стану дослідження цієї проблеми свідчить про те, що, незважаючи на інтерес військової психології до проблеми адаптації особистості до звичайних і екстремальних умов несення служби, на сьогоднішній день цей процес ще не достатньо збагачений науковими даними.

Аналіз літератури показав, що підвищення адаптації в екстремальних умовах розглядається як адаптація особистості до життєдіяльності в стресовій ситуації, ґрунтуючись на концепції загального адаптаційного синдрому Г. Сельє й екстремальних умов життєдіяльності особистості В.І. Лебедева. Адаптація розуміється як процес формування психічних реакцій особистості, системи відносин, адекватних пропонованим середовищем вимогам до людини.

**Мета** статті: висвітлити певні соціальні передумови та індивідуальні морально-психологічні ознаки, які спроможні негативно впливати на емоційно-вольові якості військовослужбовця та його адаптацію до умов військової діяльності, а також роль психотренінгового комплексу в морально-психологічному забезпеченні молодих воїнів.

Це здійснюється через організацію та впровадження цілеспрямованого соціально-психологічного вивчення військовослужбовців внутрішніх військ, зокрема – з числа молодого поповнення.

**Виклад основного матеріалу.** Служба в армії докорінно відрізняється від цивільного життя. Діяльність молодого людини протікає в змінених, нових для неї умовах, які докорінно відрізняються від звичайних умов життя. Все це зумовлює по-новому ставити питання про готовність молодого воїна до діяльності в особливих і перш за все – в екстремальних ситуаціях.

Зміна звичного для сприйняття ландшафту, природних умов, матеріального оточення, становлення в новому колективі, невизначеність, неясність майбутнього, обмеження свободи пересування, суворий режим дня, нова сфера діяльності, розумові та фізичні навантаження, бойова служба зі зброєю, спілкування із засудженими та підсудними, тип харчування, тощо — це ті фактори, стосовно яких здійснюється адаптація військовослужбовців. Вплив на організм таких подразників здатний викликати відповідні реакції різної спрямованості, що не піддаються прогнозуванню й відтворенню.

Адаптаційні реакції людини досить різноманітні. Тому в теорії психічної адаптації розрізняють такі поняття, як стала адаптація, переадаптація, дезадаптація і реадаптація. Це дозволяє не тільки охопити і узагальнити багато різноманітних факторів, які стосуються особливостей психічної діяльності людини, але і більш глибоко розкрити суть його адаптаційних реакцій як у звичайних, так і в екстремальних умовах [2].

Характер процесів адаптації при екстремальному впливі залежить не тільки від умов навколишнього середовища (кількісна і якісна характеристика факторів), але й від стану організму.

У сучасних умовах поряд з іншими факторами, які впливають на результативність виконання бойових завдань, повинен враховуватись такий важливий психологічний фактор, яким є готовність психодинамічної сфери військовослужбовця до дій в умовах службово-бойової діяльності та особливо у екстремальних умовах.

В екстремальних умовах, як правило, порушується звичайний режим праці та відпочинку людини. У важких екстремальних умовах психічні та інші перевантаження досягають крайнощів, які є наслідком перевтоми, нервового виснаження, зриву діяльності, афективних реакцій, психогенії (патологічні стани). Екстремальні умови небезпечні для життя, здоров'я, благополуччя людини [1].

Все це призвело до створення нового наукового напрямку, якому різними авторами в залежності від конкретних обставин були дані наступні назви: психологія діяльності в екстремальних умовах [10], екстремальна психологія [2], психологія праці в особливих умовах [12].

Умови, що вимагають підвищених вимог від людини, яка працює, вважаються особливими умовами діяльності.

Зміст особливих і екстремальних умов такий, що, як правило, вони існують об'єктивно і їх принципово неможливо змінити, що виключає можливість активного впливу на них і створення для працюючої людини функціонального комфорту.

Чіткого поділу між особливими та екстремальними умовами немає, тому, як стверджують Б. Ф. Ломов і М. Ю. Забродін [13], під особливими умовами розуміємо такі, в яких екстремальність ситуації виникає епізодично, а під екстремальними умовами — такі, в яких ці ситуації постійно супроводжують діяльність людини.

Діяльність людини в особливих і екстремальних умовах, як правило, супроводжується виникненням стресу [3].

Згідно з концепцією канадського вченого Г. Сальє, стрес – неспецифічна відповідь організму на будь-який запропонований йому подразник, який перевищує певний поріг [5]. Цей поріг для кожної людини строго індивідуальний і залежить від цілого ряду зовнішніх і внутрішніх умов. З цієї причини різні люди по-різному реагують на дію одних і тих же подразників. Ці подразники можуть походити як із зовнішнього середовища, так і з внутрішніх органів людини. Роль подразника може відігравати і слово [8].

Стрес, за Г. – Сальє, стан психічного напруження, що виникає у людини в процесі діяльності, ускладненої певними обставинами. Стрес є адапційним синдромом, що може по-різному впливати на стан організму. В одних випадках відбувається мобілізація внутрішніх ресурсів організму і людина виконує таку діяльність, яку за звичайних умов виконати не може, в інших — виникає повна дезорганізація організму аж до появи ступору. Тому важливим є вивчення адаптації людини до складних обставин з метою прогнозування її поведінки в екстремальних ситуаціях [9].

Стрес виникає під час напружених умов життя та діяльності, у небезпечних ситуаціях, що несподівано виникають і потребують негайних заходів, чим і характеризується військова служба. У стресовому стані поведінка значною мірою дезорганізується, спостерігаються безладні рухи, порушення мовлення, помилки в переключенні уваги, у сприйманні, пам'яті та мисленні, виявляються неадекватні емоції. Лише тверді вміння та навички в стресовому стані можуть залишатися без змін. Практика показує, що висока ідейність, дисциплінованість, організованість та самовладання запобігають дезорганізації поведінки за умов стресу.

У напружених умовах службово-бойової діяльності психіка військовослужбовця внутрішніх військ постійно знаходиться під впливом різноманітних факторів, декотрі з яких негативно впливають на загальний морально-психологічний стан та особливо на власний психічний стан військовослужбовця. Це так звані негативні психогенні фактори, що супроводжують службово-бойову діяльність особового складу внутрішніх військ.

Спроможні здійснювати негативний психогенний вплив наступні фактори службово-бойової діяльності:

- специфічність (незвичайність) завдань та умов службово-бойової діяльності;

- постійний вплив високої відповідальності за наслідки службово-бойової діяльності та її особистий характер, реальна загроза кримінальної відповідальності за порушення законності під час несення служби;

- тривалість виконання завдань службово-бойової діяльності;

- монотонність бойової служби, яка може перериватись гострою динамікою змін службової обстановки;

- раптовість виникнення складних та кризових умов (екстремальних ситуацій), загострення службово-бойових умов;
- висока та очевидна небезпечність службово-бойової діяльності;
- необхідність перебування у постійній готовності до самостійної оцінки ситуації та швидкого прийняття рішення;
- високі вимоги до характеру міжособистісних стосунків під час несення служби у складі варту, військового наряду;
- значне службове навантаження протягом короткого проміжку часу.

Всі вказані фактори є, за визначенням, стресорами або факторами зовнішніх умов, які об'єктивно викликають у всіх військовослужбовців поза залежністю від їх індивідуальних психічних властивостей стресові стани психіки.

Стресові стани не є стійкими та тривалими за часом психічними станами. Змінюючи один одного протягом певного періоду або формуючись у поєднанні, вони утворюють у військовослужбовця певний психічний стан бойового збудження (напруження), який розвивається ще до безпосереднього виконання завдань служби, але досягає свого розвитку під час служби. Стан бойового збудження є об'єктивною та необхідною умовою службово-бойової діяльності особового складу внутрішніх військ. Він характеризується високою (оптимальною) мобілізованістю психічних та фізичних можливостей військовослужбовця, бойовою активністю, здатністю свідомо керувати власними психофункціональними станами та ефективно змінювати тактику дій, усвідомлювати об'єктивність зростання негативного психогенного впливу службово-бойових умов, загальною готовністю до дій у обставинах, які змінюються, відсутністю некерованих емоційних проявів.

Проблема морально-психологічного забезпечення службово-бойової діяльності особового складу полягає в тому, щоб не допустити перетворення стану бойового збудження у негативний стан перенапруження (перенапруження).

Стійке та довготривале психологічне перенапруження призводить до ризику розвитку таких негативних психічних станів, якими є тривала психологічна дезадаптація, фрустрація, депресія, граничні психічні розлади та психічні захворювання. Крім формування вказаних негативних станів, які необхідно вважати психічними втратами мирного та військового часу, психічне перенапруження викликає зниження ефективності службово-бойової діяльності (а іноді і зрив виконання її завдань), тягне за собою необхідність проведення специфічних заходів психологічної реабілітації військовослужбовців, знижує надійність психологічної сфери військовослужбовця під час виконання службово-бойових завдань.

У сучасних умовах поряд з іншими факторами, які впливають на результативність виконання завдань службово-бойової діяльності, повинен враховуватись такий важливий психологічний фактор, яким є готовність психодинамічної сфери військовослужбовця до дій в умовах службово-бойової діяльності та особливо у екстремальних умовах.

Чинників невротизації психіки особистості багато, їх дія стимулює невротичні розлади, в тому числі з суїцидальними тенденціями. Якщо непрофільна суїцидогенна інформація потрапляє до невротизованої, неврастенічної особи із суїцидальними тенденціями, вона може через навіювання, емоційне зараження, наслідування звужити свідомість такої особи до її суїцидальних тенденцій і стати «іскрою», що спричинить суїцидальний «вибух» [11].

При нормальному функціонуванні регуляторних механізмів особистісні якості реалізуються з максимальною ефективністю та адекватно ситуації. При порушеннях регуляції їх реалізація стає ускладненою, неадекватною ситуації або взагалі неможливою. У екстремальних ситуаціях це призводить до помилок, до зриву виконання завдання або відмови від діяльності. У повсякденній життєдіяльності порушення в сфері регуляції є причиною тривалої ускладненої адаптації до військової служби, несприйняття фізичних і психічних навантажень, повільного оволодіння фаховими навичками, дисциплінарних проступків, кримінальних дій. Стійкий розлад регуляторних психологічних механізмів особистості, який зачіпає всі її рівні, призводить до розвитку негативних психічних станів особистості на фоні високої емоційно-вольової (нервово-психічної) нестійкості.

Так, наприклад, внутрішня служба призначена для підтримання статутного порядку, охорони зброї та боєприпасів, забезпечення виконання розкладу дня та своєчасному прийняттю мір з метою попередження правопорушень.

Вартова служба має більш складні завдання та призначається для охорони і оборони військових об'єктів.

Служба з конвоювання та екстрадиції підсудних здійснюється під час руху на транспортних засобах, що вимагає від особового складу навичок, уміння діяти чітко, рішуче, злагоджено з дотриманням заходів безпеки.

Охорона громадського порядку — пов'язана із забезпеченням законності та дотриманням певних правил поведінки в суспільстві.

Бойове чергування — це діяльність військовослужбовців із забезпечення високої бойової готовності, своєчасного виконання покладених завдань.

Об'єднує їх те, що всі ці види військової діяльності виконує людина. Тому треба визнати, що зміст військової діяльності при виконанні службово-бойових завдань значно відрізняється та має певні особливості, які впливають на психіку воїнів.

Таким чином, треба чітко визначити, що результати виконання завдань бойової служби — це не абстрактні категорії, і вони в певній мірі залежать від морально-психологічного забезпечення службово-бойової діяльності.

Слід усвідомити, що ефективність діяльності воїна під час виконання завдань бойової служби не постійна. Вона має певні складові:

**період адаптації** — характеризується пристосуванням до умов несення бойової служби;

**період оптимальної ефективної діяльності** — характеризується якісним виконанням обов'язків, відсутністю помилок у практичній діяльності. Він займає 50 % загального часу. У кінці цього періоду з'являються перші прояви втоми.

Більш виразно втома настає **на етапі нестійкої компенсації**, де військовослужбовцю вже не вистачає витримки, щоб підтримувати свою ефективність на необхідному рівні, але за допомогою вольових якостей він продовжує нести бойову службу.

Наприкінці цього періоду різко зростає втома, знижуються фізіологічні показники (рухомість, реакція). Психологічний стан людини переходить у нестійку систему, підвищується кількість помилок, з'являються агресивність або апатія до навколишнього оточення;

**період кінцевого пориву** — характеризується короточасним підвищенням дієздатності з використанням недоторканих запасів організму людини.

Визнаючи ці фактори, що суттєво впливають на результати виконання службово-бойових завдань, слід підкреслити значення виховної роботи, метою якої виступає формування у військовослужбовців певних установок — готовності та налаштованості до визначеної активності у певній ситуації на конкретний вид бойової діяльності.

Вчений В.І. Лебедев зазначає, що в багатьох випадках загроза для життя викликає у представників ризикованих професій розвиток неврозів, які проявляються у вигляді тривожного стану [4].

З метою подолання їх та створення позитивної мотивації, формування у військовослужбовців стійких навичок поведінки в екстремальних ситуаціях офіцери-психологи систематично проводять ряд тренінгів із застосування рольових ігор та відпрацювання дій у нестандартних психологічних ситуаціях.

Одним із найважливіших напрямків морально-психологічного забезпечення бойової служби зі зброєю є психологічна робота.

З метою подальшого розвитку служби психологічного забезпечення в Другій окремії Галицькій бригаді ВВ МВС України, в одній із перших, створено психотренінговий комплекс, який складається із робочого кабінету психолога, кімнати психологічного розвантаження та психотренінгового класу.

Психотренінговий комплекс, у першу чергу, використовується для комплексу службових, психологічних, педагогічних та медичних заходів, спрямованих на збереження, зміцнення й відновлення соціально-психологічного благополуччя та здоров'я військовослужбовців, попередження соціально-психологічної та особистої дезадаптації. Не менш важлива і друга його мета — створення позитивних емоцій і відповідного настрою в особового складу, що заступає на бойову службу зі зброєю та повертається після служби.

Перед початком роботи офіцер-психолог пропонує військовослужбовцям зайняти місця у комфортних кріслах. На першому етапі роботи проводить

діагностичні вправи: міні-тест «Незакінчене речення» [6] та етюд «Мій настрій» [6], що дає можливість попередньо визначити емоційні стани, наявність чи відсутність нервово-психічної напруги, навіть згуртованість групи. Закінчується він прослуховуванням спокійної музики, адже перспективним і добре зарекомендованим себе на практиці проявом профілактики стресу є використання функціональної музики. [2; 7]

Другий етап починається із запрошення особового складу по одному в кабінет індивідуальної роботи офіцера-психолога, що знаходиться поруч, для короткого експрес-опитування. Мета його — виявлення поглядів, мотивів, внутрішніх станів перед заступанням на бойову службу (після повернення), а також з'ясування наявності чи відсутності психотравмуючих факторів. Відповіді майбутніх вартових фіксуються у відповідному журналі.

При виявленні психотравмуючих факторів не рекомендовано давати дозвіл для призначення військовослужбовця на службу.

У кінці такої експрес-бесіди офіцер-психолог нагадує кожному військовослужбовцю, що він завжди може отримати консультацію з будь-яких проблемних життєвих та службових питань.

Після експрес-бесіди кожен знову повертається у кімнату психологічного розвантаження. Під час третього етапу офіцер-психолог проводить психологічний етюд «Слухаємо себе» [6], при якому здійснюється ауторелаксація та налаштування учасників на дружню співпрацю у складі варту. Після цього застосовується методика «Зоряне дихання» [6], мета якої — гармонізувати емоційний, фізичний та психічний стан військовослужбовців. На закінчення зустрічі — ще і практична вправа «Веселковий тонік» [6] з метою підвищення працездатності.

Таким чином, за три періоди перебування в кімнаті психологічного розвантаження вирішуються наступні завдання:

- проводиться експрес-діагностика;
- знімається нервово-психічна напруга, фізична втома;
- поновлюється працездатність;
- надаються установки мобілізуючого характеру.

Створення в частині психотренінгового комплексу сприяло підвищенню ефективності психологічного супроводу службово-бойової діяльності, профілактиці суїцидів та інших психологічних проблем, пов'язаних зі службово-бойовою діяльністю в екстремальних умовах, конфліктами та іншими негативними явищами у військових колективах. І, як результат, особовий склад успішно виконує покладені на нього службово-бойові завдання.

**Висновки.** На сучасному етапі роль офіцерів — психологів полягає у першу чергу, в оптимізації колективних та індивідуальних методів впливу на особистість, адже це — запорука успішної служби в особливих умовах. У своїй діяльності необхідно виходити із розуміння того, що через дефіцит часу та значне службове навантаження командирів роти, батальйону, полку,



бригади іноді практично неможливо встановити безпосередній контакт із кожним підлеглим. Тому надзвичайно важливим завданням для офіцерів-психологів є втілення та реалізація системи індивідуального впливу на військовослужбовців, які залучаються до бойової служби зі зброєю, тобто перебувають в екстремальних ситуаціях. У цю систему входять різноманітні форми і методи індивідуальної роботи, виховання, перевиховання і самовиховання військовослужбовців.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Бандурка А. М. Основы психологи управления: [учебник] / А. М. Бандурка, С. П. Бочарова, Е. В. Землянская. – Х.: УН-т внутр. дел, 1999. – 528 с.
2. Лебедев В. И. Экстремальная психология. Психическая деятельность а технических и экологически замкнутых системах / В. И. Лебедев. – М.: ЮНИТИ – ДАНА, 2001. – 431 с.
3. Лебедев В. И. Личность в экстремальных условиях / В. И. Лебедев. – М.: Политиздат, 1989. – 303 с.
4. Лосс В. Г. Промышленная психология / В. Г. Лосс. – К.: Техніка, 1980. – 183 с.
5. Москалец В. П. Психология суїциду: [посібник] / В. П. Москалец. – К.: Академвидав, 2004. – 286 с.
6. Психологические проблемы деятельности в особых условиях / [ред. Б. Ф. Ломова, Ю. М. Забродина]. – М.: Высш. Шк., 1970. – 472 с.
7. Психологические проблемы деятельности в особых условиях / [ред. Б. Ф. Ломова, Ю. М. Забродина]. – М.: Наука, 1985. – 232 с.
8. Психология: [учебник / ред. А. А. Крылова]. – М.: Проспект, 1999. – 584с.
9. Психологічна енциклопедія / [авт. — упоряд. О. М. Степанов]. — К.: Академвидав, 2006. – 346 с.
10. Столяренко А. М. Экстремальная психопедагогика / А. М. Столяренко. – М.: ЮНИТИ – ДАНА, 2002. – 608 с.
11. Смирнов Б. А., Долгополова Е. В. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Б. А. Смирнов, Е. В. Долгополова. – Х.: Гуманитарный центр, 2008. – 20 с.
12. Салье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М.: Прогресс, 1979. – 78 с.
13. Технології соціальної роботи з військовослужбовцями: [інформаційно-методичний збірник / упоряд. І. В. Пеша]. – К.: ДЦССМ, 2003. – 335 с.