

**Ніна Юріївна Лавриненко,**

кандидат фізико-математичних наук, доцент, старший науковий співробітник науково-дослідної лабораторії науково-дослідного відділу Военно-дипломатичної академії, м. Київ

**Світлана Анатоліївна Лисенко,**

молодший науковий співробітник науково-дослідної лабораторії науково-дослідного відділу Военно-дипломатичної академії, м. Київ

## **МЕТОДИЧНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ МОДЕРНІЗАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАГІСТРІВ ВІЙСЬКОВОГО УПРАВЛІННЯ В МІЖНАРОДНИХ ВІДНОСИНАХ**

*У статті розглянуто використання методик психофізіологічної саморегуляції функціонального стану військових фахівців для вдосконалення психолого-дидактичних та психолого-методичних елементів системи професійної підготовки в контексті підвищення рівня їхньої іншомовної компетентності.*

***Ключові слова:** методика психофізіологічної саморегуляції, антиципація, іншомовна компетентність, навчально-стратегічна компетентність, магістр військового управління в міжнародних відносинах.*

**Постановка проблеми у загальному вигляді.** У глобалізованому світі постійно зростає розуміння важливості дисциплін лінгвістичного циклу і здатності вільного професійного використання набутих знань, навичок і вмінь. Особливо це стосується магістрів військового управління в міжнародних відносинах (МВУМВ), ще не обтяжених фаховими помилками та неконтрольованою оперативною напруженістю [1]. Аналіз причин неефективної навчальної та в подальшому і професійної діяльності МВУМВ показує, що більшість з цих причин безпосередньо пов'язана з впливом психогенних чинників на їх функціональні стани. Тому одним із актуальних завдань сьогодення є підготовка МВУМВ нового типу, з прогностичним рівнем іншомовної компетентності для дій в екстремальних умовах. У таких умовах

успішність та ефективність фахової діяльності МВУМВ, яких готує ВДА, забезпечить високий рівень іншомовної компетентності за умови взаємодії з актуальними в сучасних умовах навичками саморегуляції та самоконтролю.

Крім того, їхня професійна діяльність відбувається в умовах, які постійно змінюються та суттєво відрізняються від традиційних, (наприклад, діяльність в умовах гібридної війни), що потребує застосування нових методик з підвищення їхньої фахової, зокрема іншомовної, компетентності, яка має спиратися на методичні технології психологічної підготовки та елементи інтенсивної методики, що сприятиме досягненню бажаних результатів у стислі терміни завдяки активізації резервних можливостей МВУМВ [2–4]. Тому дисциплінам лінгвістичного циклу належить важливе місце в системі підготовки МВУМВ в сучасному полікультурному, багатомовному та інформаційно насиченому середовищі. Вони формують комунікативну культуру МВУМВ, ознайомлюють його з менталітетом, системою соціальних відносин, культурою та традиціями країни, мова якої вивчається. А майбутня фахова діяльність в екстремальних умовах іншомовного середовища та гібридної війни висуває підвищені вимоги до функціонального стану МВУМВ. Актуальність дослідження зумовлена новими вимогами постіндустріальної епохи і необхідністю аналізу впливу вищевказаних чинників на психолого-дидактичні та психолого-методичні засади навчання іноземних мов як на такі, що служать основою модернізації системи підготовки МВУМВ і спрямовані на підвищення результативності їх майбутньої професійної діяльності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано вирішення проблеми та на які опираються автори.** Проблему формування іншомовної компетентності фахівців різної спрямованості вивчали вітчизняні та зарубіжні вчені, такі, як А. А. Алхазішвілі, І. А. Зимня, Ю. І. Пассов, С. У. Гончаренко, О. Ю. Бочкарьова, Т. О. Брик, А. М. Леус, І. В. Єрьоміна, Г. О. Китайгородська, М. Л. Кривич, А. Г. Кирда, К. І. Онищенко, С. В. Селезньов, Дж. Браун та ін. Методику формування іншомовної

компетентності МВУМВ досліджували науковці ВДА (Н. Д. Колотова, О. С. Лагодинський, К. В. Мамчур, О. О. Щербина, І. А. Храбан, та інші), а перспективні технології модернізації окремих складових підготовки військових фахівців – В. В. Кальниш, С. В. Чегодар, Г. О. Горпенко, О. Г. Сироп'ятов та інші. Але проблему не можна вважати остаточно вирішеною, оскільки потребують аналізу сучасні психолого-дидактичні та психолого-методичні елементи системи військово-професійної підготовки фахівців прогностичного рівня для дій в екстремальних умовах іншомовного середовища.

**Метою статті** є аналіз та підбір перспективних методик психофізіологічної саморегуляції функціонального стану фахівця з урахуванням сучасних умов професійної діяльності та прогресивних тенденцій в освіті для формування прогностичного рівня іншомовної компетентності МВУМВ.

#### **Виклад основного матеріалу дослідження.**

Професійна діяльність МВУМВ в екстремальних умовах іншомовного середовища характеризується такими чинниками:

підвищеною відповідальністю за прийняті ними рішення;

інтенсивним спілкуванням з недружнім іншомовним оточенням, що нерідко пов'язано з психологічною протидією;

тривалою емоційною напруженістю, відчуттям тривоги та невпевненості МВУМВ у своїй іншомовній компетентності;

професійною напруженістю, пов'язаною з постійною та інтенсивною іншомовною активністю;

оперативною напруженістю, пов'язаною з необхідністю аналізу великих обсягів іншомовної інформації.

Вищезазначене свідчить про те, що їхня професійна діяльність належить до таких видів фахової діяльності, які висувають нетривіальні психологічні та психофізіологічні вимоги до тих, хто навчається, і діючих МВУМВ. А їхня іншомовна компетентність на заняттях формується в умовах психологічного комфорту (з мінімальною кількістю стресорів). Це у свою чергу потребує

застосування під час їх підготовки у ВДА нових комплексних методик, (елементів інтенсивної методики навчання), спрямованих на підвищення їх дієздатності та іншомовної компетентності одночасно. Разом з академічною освітою у ВДА магістри проходять психологічну підготовку та підвищують свій рівень володіння мовами, насамперед державною і двома іноземними, оскільки належний рівень іншомовної компетентності передбачає вільне оперування мовними ресурсами, реалізацію комунікативних намірів, розвиток професійних умінь і навичок працювати з різними інформаційними джерелами. Крім того, вивчаються особливості менталітету, система соціальних відносин, культура, традиції країн, які необхідно знати МВУМВ, а також у них формується комунікативна культура.

Зважаючи на те що успішність фахової діяльності магістрів та високий рівень іншомовної компетентності забезпечують не лише соціальна адаптація, рівень розвитку професійно важливих якостей, а й здатність до саморегуляції та самоконтролю, доцільним є використання методик психофізіологічної саморегуляції функціонального стану (далі саморегуляції) особистості під час опанування дисциплін лінгвістичного циклу [5]. З практичного погляду, не заглиблюючись у сучасні дослідження саморегуляції, важливо зазначити, що:

саморегуляція – це вплив на особистісний фізіологічний і нервово-психічний стан МВУМВ;

саморегуляція суттєво залежить від бажань МВУМВ керувати своїми емоціями, почуттями, переживаннями тощо і, як наслідок, поведінкою та фаховими діями в будь-яких ситуаціях;

схильність до саморегуляції не є вродженою, а формується та тренується під час підготовки у ВДА і вдосконалюється протягом усього життя.

Однією з переваг методик саморегуляції є те, що вони доступні кожному і не потребують великих зусиль або спеціального обладнання. Для оволодіння ними та підвищення їх ефективності важливими є насамперед систематичність і регулярність занять. Крім того, успішне сумісне формування іншомовних навичок і навичок саморегуляції та самоконтролю можливе за умови розуміння

важливості професійних завдань і цілей. Гарантією успіху, безумовно, є бажання МВУМВ здобувати знання сучасного рівня та його особистий інтерес до методик, що дають можливість комплексно підвищувати рівень психологічної підготовки та іншомовної компетентності і сприяють ефективності фахової діяльності без додаткового психофізіологічного напруження. Крім того, одним із способів для підвищення рівнів іншомовної компетентності та мотивації до вивчення дисциплін лінгвістичного циклу є ознайомлення науково-педагогічних працівників (НПП) з методиками психологічної теорії та використання ними її напрацювань під час занять із МВУМВ. Відтак, зважаючи на компонентний склад іншомовної компетентності, можна систематизувати методики саморегуляції для їх використання у процесі підготовки МВУМВ.

На основі аналізу численних наукових і методичних джерел під поняттям іншомовна компетентність науковці розуміють уміння практично використовувати мову в конкретних ситуаціях (висловлювати свої думки, бажання, наміри, міркування, невербальну знакову систему та інтонаційні засоби виразності мовлення [6–7]). Вона містить у собі компетентність в аудіюванні, говорінні, читанні та письмі [2; 3]. Відзначимо, що згідно із сучасними науково методичними підходами до викладання дисциплін лінгвістичного циклу пріоритетним у військово-професійній підготовці МВУМВ має бути формування навчально-стратегічної компетентності (НСК). Її визначають як здатність і готовність особистості до усвідомленого та ефективного керування навчальною діяльністю, а в подальшому і професійною. У межах концепції особистісно-орієнтованої освіти високий рівень НСК є необхідним для успішного оволодіння дисциплінами лінгвістичного циклу [2; 3]. Досягнення МВУМВ вказаного рівня можливо за наявності в нього здатності самостійно як організувати вивчення мови, так і модернізувати рівень іншомовної компетентності, що передбачає наявність у нього вмінь визначати свої індивідуально-психологічні особливості та вибирати і використовувати інноваційні навчально-методичні стратегії. Відтак

використання нетривіальних і індивідуальних прийомів фахової підготовки, вміння здійснювати самоконтроль і саморегуляцію функціонального стану є необхідною компонентою продуктивної професійної підготовки МВУМВ і формування в них навчально-стратегічної складової іншомовної компетентності сучасного рівня. Практично реалізувати вищезазначене можна за умови використання методик саморегуляції як загальних («Дихальні вправи», «Антистресова релаксація», «Аутогенне тренування», «Систематична десенсибілізація», «Функціональна музика»), так і спеціальних, що є частиною інструментарію психологічної підготовки, однією з важливих складових професійної підготовки МВУМВ. Під час самостійних занять та опанування дисциплін лінгвістичного циклу доцільно використовувати загальні методики для подальшого розвитку професійно важливих якостей, особливо тих, що найбільш необхідні та достатньо легко тренуються. Їх використовують для активізації пам'яті, покращення уваги та реакцій, зниження напруженості, усунення тремору, тривоги, невпевненості, підвищення особистісної організації, що є необхідною умовою для формування прогностичного рівня іншомовної компетентності. Для тренування рухливості нервових процесів використовують вправи таких методик, які ґрунтуються на принципах поведінкової психотерапії Джозефа Вольпе.

Серед сучасних методичних технологій фахівці рекомендують застосовувати таку перспективну методику саморегуляції, як функціональна музика (методики саморегуляції: «Музично-психологічний масаж», «Музично-філософський аутотренінг», «Музично-медитативна»), під час прослуховування якої формується відповідний емоційний стан, який допомагає МВУМВ виявити та глибоко зрозуміти різні аспекти свого ставлення до навчальної та фахової ситуації. Виконання вправ цієї методики стимулює входження МВУМВ у навчальну діяльність; підтримує оптимальний рівень виконання завдань; активізує резервні можливості організму у разі виснаження внаслідок перевтоми (5–6 навчальна година); сприяє розрізненню головного і другорядного та керуванню нервово психічною стійкістю; підвищує рівень

готовності до різних навчальних та в майбутньому професійних несподіванок; стимулює уважність та спостережливість.

Цю методику доцільно використовувати перед такими заняттями, під час яких потрібні велика концентрація уваги та розумових зусиль. Як зазначає Г. О. Горпенко, «психологічно обґрунтоване використання музики дає можливість не тільки підвищити рівень уваги слухачів та показники запам'ятовування іншомовного матеріалу, а й тренувати їх у вживанні граматичних конструкцій. Так, наприклад, музична композиція «I wish I could fly» у виконанні групи «Roxette» допоможе знімати психологічне навантаження, а також вивчати активні форми вживання дієслова умовного способу в англійській мові; прослуховуючи композицію «Du hast...» групи «Rammstein», слухачі матимуть змогу тренувати форму складного минулого часу». Також функціональна музика входить до арсеналу методик, які використовуються для емоційної ізоляції всього не контекстуального. Але слід зазначити, що ефективними є лише нетривалі музичні сеанси (до 15 хвилин), інтервал між якими не менше двох години, а зміст треків, що прослуховуються, протягом доби не дублюється.

Спеціальні методики саморегуляції, на відміну від вищезазначених, варто використовувати під час формування рівня компетентності окремих складових іншомовної компетентності. Однією із складових іншомовної компетентності є говоріння, яке полягає в умінні здійснювати його в діалогічній і монологічній формах [6; 8]. Діалогічне говоріння має місце під час дискусій, брифінгів, обговорення фахових питань тощо; монологічне – це висловлювання МВУМВ у формі усного повідомлення, відповіді на запитання НПП, доповіді керівнику, презентації, постановки завдання підлеглим тощо. Під час попередньої підготовки до говоріння можна використовувати вправи з номенклатури загальних методик саморегуляції, а також вправи спеціальних методик, зокрема:

«Активна м'язова релаксація» (АМР) та подібна їй «Ізометрична гімнастика» запобігають зниженню мимовільної м'язової напруженості, що

значно сприяє зменшенню тривожності та нервово-психічної напруженості, підвищує концентрацію уваги і спостережливість;

«Пасивна м'язова релаксація» (ПМР) – це зосередження уваги МВУМВ на сенсорних сигналах, що надходять з конкретних груп м'язів, і в подальшому їх розслабленні під час концентрації уваги. Безпосередньо під час говоріння, а також читання використовуються вправи методики АМР для розслаблення м'язів, що не беруть участі у цьому акті, а також контролю над тією групою м'язів, що найбільше напружуються під час виконання навчальних вправ або фахових дій в іншомовному середовищі. У МВУМВ, який перебуває в стані оперативного напруження, досить часто щелепи стиснені, що властиво будь-якій особі. Оскільки дрібна моторика пов'язана з мовним апаратом, то відповідні миттєві саморегуляційні вправи сприяють зменшенню психофізіологічного напруження, посиленню уваги та концентрації на процесі говоріння. Отже, релаксація локального м'язового напруження дає змогу МВУМВ уникнути порушень під час говоріння та читання.

Читання, як вважають науковці [6; 8], на відміну від аудіювання та говоріння, є письмовим видом діяльності. Безперечно, сприймати інформацію в друкованому вигляді набагато легше, ніж під час слухання. Короткі тексти не спричиняють надмірного нервово-психічного напруження і достатнім буде використання простих «Дихальних вправ» та перенастроювання розуму шляхом «створення конкуруючої домінанти». Наприклад, методика саморегуляції «Дихальні вправи». Разом із вправами релаксації ефективним є глибоке діафрагмальне дихання, принципи якого було розроблено для гімнастики йогів. Дихальні вправи мають образні назви, що покращує якість уяви про те, як їх треба виконувати. Розглянемо детальніше ці вправи:

1. Вправа «Привіт сонцю» (тонізувальне дихання) допомагає заспокоїтися.

2. Вправа «Самурай на тренуванні» (відновлення психологічного та фізичного тону організму) звільняє від м'язових спазмів на рівні грудей та живота.



3. Вправа «Обурена корова» (зняття м'язового спазму) допомагає добре відкоригувати негативні емоції та знімає м'язовий спазм на рівні горла і шиї та нормалізує емоційний стан.

4. Вправа «Ситий кінь» (розслаблення м'язів обличчя і голови) побудована на імітації тривалого форкання коня. Допомагає підвищити ефективність інтелектуальної діяльності.

5. Вправа «Аромат роз» допомагає відновити ясність думок і свідомості, точність сприйняття.

6. Вправа «Дихальна медитація» допомагає відновити психологічну рівновагу та концентрацію уваги на занятті.

7. Вправа «Гейзер, що пробуджується» (тонізувальне дихання) допомагає відновити працездатність.

8. Вправа «Квітка, що засинає» (заспокійливе дихання) допомагає знизити нервово-психічну напруженість, тремор тощо.

Інша справа, якщо для підготовки, наприклад, аналітичної довідки необхідно опрацювати великий обсяг інформації. Отриману інформацію слід узагальнити, встановити логічні зв'язки між фактами, виявити суперечливу та недостовірну інформацію тощо. Усе вищезазначене потребує високої концентрації уваги, спостережливості, значного перевантаження пам'яті, активізації критичного мислення. У такому разі доцільно використовувати вправи з номенклатури загальних методик саморегуляції, методики ПМР та її варіації – «Образно-прогресуюча м'язова релаксація» (ОПМР), а під час перерви (відпочинку) – функціональну музику протягом 5-10 хвилин. Для цього пропонується використовувати "Методику саморегуляції "Музично-філософський аутотренінг". Мета вправ полягає в подальшому формуванні когнітивної сфери свідомості і здатності до саморегуляції під час прослуховування музичних творів.

Інструкція. Процес сприйняття музики – це завжди своєрідний діалог композитора із Вами як із слухачем або Вас із самим собою. Музика організовує відповідний емоційний стан, який має допомогти Вам прояснити та

глибоко зрозуміти різні аспекти свого ставлення до навчально-фахової ситуації та діяльності в іншомовному середовищі.

Музичний матеріал – повільні частини концертів В. Моцарта, Г. Генделя, І. Баха, Ф. Шопена, Ф. Мендельсона.

Зауваження. Музика в цьому виді вправ відіграє підпорядковану роль, але кожна з наведених вправ має бути органічним поєднанням думок, почуттів і теми заняття. Під час виконання вправ застосовувати CD-диск з аудіофайлами, який можна отримати в бібліотеці ВДА.

Під час застосування "Методики саморегуляції "Музично-філософський аутотренінг" пропонуються такі вправи:

1. Вправа для розрізнення головного і другорядного.
2. Вправа для набуття внутрішнього спокою.
3. Вправа для керування нервово-психічною стійкістю.
4. Вправа для адекватного оцінювання міри стороннього впливу на навчально-фахові чинники.
5. Вправа для підготовки до сприйняття складових іншомовної компетентності.
6. Вправа для детального аналізу навчально-професійних проблем.
7. Вправа для об'єктивного сприйняття дійсності.
8. Вправа для розвинення уважності та спостережливості.
9. Вправа для виходу за межі несприятливої навчально-професійної ситуації.
10. Вправа для закріплення або фіксації позитивного досвіду.

Розглянемо наступну складову іншомовної компетентності – аудіювання. Перспективні методики саморегуляції ми підбирали відповідно до основних етапів роботи з аудіотекстом, які є загальноприйнятими в методиці вивчення дисциплін лінгвістичного циклу. Це дотекстовий (Pre-listening), текстовий (While-listening) та післятекстовий (Post-listening) етапи [8, 9].

До прослуховування аудіотексту з метою зрозуміти, вилучити та запам'ятати інформацію для її подальшого використання МВУМВ може

виявитися психофізіологічно не готовим і потрапити у стан динамічної неузгодженості. Для запобігання цьому МВУМВ необхідно на дотекстовому етапі за допомогою загальних методик саморегуляції увійти в стан оперативного спокою, що характеризує його готовність до аудіювання взагалі. Це впливає на розвиток умінь антиципації, що нівелює мовні труднощі. Крім того, МВУМВ, виконуючи певні вправи з номенклатури загальних методик саморегуляції, готується до сприйняття головної ідеї тексту (сислової антиципації), що у свою чергу сприяє розвитку вмінь глобального розуміння аудіотексту [9].

Під час текстового етапу (прослуховування аудіо тексту та подальшого виконання поставлених НПП завдань) МВУМВ має перебувати в стані адекватної мобілізації, який забезпечується використанням спеціальних методик, зокрема методики ПМР, «формули мобілізації», «корсету впевненості» та «створення конкуруючої домінанти». Логічною складовою аудіювання є післятекстовий етап. Відповідно до [9] на цьому етапі «перевіряються мовленнєві лексичні і граматичні навички аудіювання, вміння глобального, детального і вибіркового розуміння аудіотекстів, а паралельно вимірюються компенсаторні вміння, що полягають у залученні фонових знань, екстралінгвістичної та невербальної інформації до розуміння аудіотекстів». Усе вищезазначене потребує інтенсивного спілкування, інтелектуальної активності, короткочасної активізації пам'яті, суміщення різних іншомовних дій та спричиняє відчуття тривоги, невпевненості і тривалу психоемоційну напруженість. У подібній критичній ситуації МВУМВ доцільно скористатися «корсетом впевненості», сконцентруватися на диханні, зосередитися на завданні, а не на негативних відчуттях шляхом створення «конкуруючої домінанти», скористатися особистою програмою психофізіологічного захисту.

Письмо як наступна складова іншомовної компетентності потребує значної кількості вмінь і навичок та спричиняє надмірну нервово-психічну напруженість, тремор та невпевненість у рівні своєї іншомовної компетентності. Для подолання вищезазначених психогенних чинників

використовують «Дихальні вправи», функціональну музику та «корсет впевненості» разом із релаксаційними вправами методик АМР та ПМР. За їх допомогою можна підтримувати оптимальний рівень виконання письмових дій: складати звіти, доповіді, інформаційно-аналітичні довідки, фіксувати інформацію у письмовій формі без напруження незалежно від умов перебування. Під час виконання вправ усіх розглянутих методик саморегуляції рекомендується використовувати СД-диск з аудіофайлами, який можна отримати у бібліотеці ВДА.

**Висновок.** Використання методик психофізіологічної саморегуляції функціонального стану МВУМВ з метою формування в них прогностичного рівня іншомовної компетентності у взаємозв'язку з психологічною підготовкою є цілком виправданим і сприяє здобуванню фахових знань, формуванню відповідних практичних навичок і розвитку професійних умінь. Варто зазначити, що крім описаного нами практичного призначення, методики саморегуляції сприяють створенню передумов для формування та розвитку оптимального рівня мотивації до вивчення дисциплін лінгвістичного циклу. Спираючись на дослідження вітчизняних та зарубіжних науковців і наш досвід, можна стверджувати, що розглянуті нами методики саморегуляції є досить прогресивними на сучасному етапі підготовки фахівців, які діятимуть в екстремальних умовах іншомовного середовища. Використання методик саморегуляції під час вивчення дисциплін лінгвістичного циклу сприяє концентрації уваги аудиторії, створенню психологічного комфорту; швидкій адаптації МВУМВ до навчальної діяльності; підтриманню оптимального рівня виконання навчальних завдань протягом заняття, забезпечуючи тим самим глибше розуміння дисципліни. Запропоновані нами методики мають достатнє теоретичне підґрунтя, чіткі прагматичні стимули та реальне практичне значення у формуванні іншомовної компетентності прогностичного рівня.

**Перспективи подальших розвідок у даному напрямку** полягають у розробленні рекомендацій для використання МВУМВ методик

психофізіологічної саморегуляції свого функціонального стану під час вивчення дисциплін лінгвістичного циклу.

### Список використаної літератури

1. Україна на шляху до НАТО: через радикальні реформи до набуття членства / За редакцією Г. М. Перепелиці. – К. : Вид-й дім «Стилос», 204. – 400 с.
2. Бондар, С. П. Методи навчання // Енциклопедія освіти / Акад. пед. наук України; головний ред. В. Г. Кремень. – К. : Юрінком Інтер, 2008. – 1040 с.
3. Пометун, О. І. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання : [наук.-метод. посібник]. / О. І. Пометун, Л. В. Пироженко – К. : Вид-во А.С.К., 2004. – 192 с.
4. Кирда, А. Г. Шляхи вдосконалення курсу спеціальної мовної підготовки у системі безперервної професійної освіти / А. Г. Кирда // Актуальні проблеми вищої професійної освіти України: матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 20 березня 2014 р.) / За заг. ред. Е. В. Лузік, О. М. Акмалдінової. – К. : НАУ, 2014. – 214 с.
5. Швець, А. В. Основи програми психофізіологічного тренажу операторів, діяльність яких пов'язана з підвищеною небезпекою : [монографія] / А. В. Швець, І. В. Філатова / під заг. ред. професора В. І. Варуса. – К. : ООО «Укрдрук», 2010. – 183 с.
6. Гордєєв, А. Й. Інтелектуальні карти як засіб формування іншомовної компетентності / А. Й. Гордєєв // Іноземні мови. – 2012. – № 1. – С. 51–58.
7. Ніколаєва, С. Ю. Сучасні тенденції формування іншомовної компетентності / С. Ю. Ніколаєва // Іноземні мови. – 2012. – № 4. – С. 42–51.
8. Методика формування міжкультурної іншомовної комунікативної компетенції: [навч.-метод. посібник] / Бігич О. Б., Бориско Н. Ф., Борецька Г. Є. та ін. / за редакцією С. Ю. Ніколаєвої. – К. : Ленвіт, 2011. – 345 с.
9. Крапчатова, Я. А. Психолого-педагогічні передумови організації само- і взаємоконтролю рівня сформованості англomовної компетенції в аудіюванні майбутніх філологів / Я. А. Крапчатова // Вісник КНЛУ Серія: Педагогіка та психологія. – 2010. – Вип. 18. – С. 229–239.

*Рецензент: кандидат педагогічних наук, доцент Лагодинський О. С.*

Стаття надійшла до редакції 20.05.2014

**Лавриненко Н. Ю., Лысенко С. А. Методически-психологические технологии модернизации профессиональной подготовки магистров военного управления в международных отношениях**

Рассмотрено использование методик психофизиологической саморегуляции функционального состояния военных специалистов для усовершенствования психолого-дидактических и психолого-методических элементов системы профессиональной подготовки в контексте повышения уровня их иноязычной компетентности.

**Ключевые слова:** методика психофизиологической саморегуляции, антиципация, иноязычная компетентность, учебно-стратегическая компетентность, магистр военного управления в международных отношениях.

**Lavrinenko, N. Yu. Lysenko S. A. Methodical and Psychological Technologies for Modernization of the Professional Training of the would-be Masters of Command and Control in International Relations**

*In the article the authors deal with the use of psychophysiological methods of the military specialists' functional state self-regulation with the purpose of upgrading psychological and didactic as well as psychological and methodological elements of the professional training system within the context of increasing their foreign language competence level.*

*These methods can be used, primarily, during the educational process, what is particularly significant for the would-be Masters of Command and Control in International Relations. They are used for the memory activation, upgrading attention, decreasing stress, eliminating trembling and anxiety, increasing personal organization that precludes formation of the foreign language competence prognostic level.*

*The self-regulation of the would-be Masters' of Command and Control in International Relations functional state during learning linguistic subjects – prior and at the moment of reading, speaking, listening, and writing – includes their control over emotions, feelings, foreign language actions, purposeful individual psychophysiological functions as well as psychological states in general, conscious choice of the character and way of foreign language actions; 'inner' behavioral regulation; interaction of outer and inner factors in the behavior and foreign language actions*

*Special methods of self-regulation, unlike the above described, are worth using during development of the level of the foreign language competence individual components. The one component of the foreign language competence is speaking that includes the skill to perform narration in the forms of dialogue and monologue*

*The prospective methods of self-regulation are selected according to the main stages of the work over the text for listening, which are generally accepted in the methods of learning linguistic subjects.*

*Use of the psychophysiological self-regulation of the would-be Masters' of Command and Control in International Relations functional state with the aim of developing their prognostic level of the foreign language competence in connection*

*with the psychological training is fully justified and contributes to the acquiring of the specialty knowledge, development of the corresponding practical skills and professional abilities*

**Keywords:** *methods of psychophysiological self regulation; anticipation; foreign language competence; didactic and strategic competence; Master of Command and Control in International Relations.*