

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА СОЛДАТА І ОФЦЕРА

В екстремальних умовах діяльності ефективно виконувати бойові завдання спроможна лише психологічно підготовлена людина. Стаття покликана відповісти на ряд актуальних в наш час питань: в чому специфіка психологічної підготовки військовослужбовців, коли вона потрібна, що є результатом психологічної підготовки. Досить детально описуються психологічні чинники бою в процесі бойової підготовки військовослужбовців.

Ключові слова: психологічна підготовка, психологічні чинники бою.

В экстремальных условиях деятельности эффективно выполнять боевые задания может только психологически подготовлен человек. Статья проливает свет на ряд актуальных в наше время вопросов: в чем специфика психологической подготовки военнослужащих, когда она нужна, что есть результатом психологической подготовки. Очень подробно описываются психологические факторы боя в процессе боевой подготовки военнослужащих.

Ключевые слова: психологическая подготовка, психологические факторы боя.

У бою веде вогонь лише той, хто не боїться загинути.

Для людини, яка виховує себе таким чином, немає неочікуваних ситуацій. Лише за цієї умови наполегливість і впевненість в досягненні мети стають звичною справою.

М.І.Драгоміров

Постановка проблеми в загальному вигляді. Практика ведення бойових дій довела, що далеко не кожен військовослужбовець безболісно для свого психічного здоров'я переносить екстремальні умови бою. Перебуваючи під інтенсивним впливом психотравмуючих чинників бойового середовища військовослужбовець може отримати розлади психіки різної ступені важкості. Як правило, це веде до часткової або повної втрати боєздатності. Причому, кількість військовослужбовців, які постраждали таким чином, може бути достатньо великою. Під час конфлікту на Близькому Сході в 1973 році число потерпілих від психічних розладів в армії Ізраїлю склало 60% від загальної кількості втрат особового складу (майже 900 з 1500 перших ізраїльських солдат, що отримали поранення, страждали від психічних розладу маючи тілесних пошкоджень). За своїм видом психогенні розлади, викликані бойовими психічними травмами, аналогічні психогеніям, що виникають в гострих життєвих ситуаціях [1].

Основним психотравмуючим чинником бойових умов є небезпека, яка породжує страх. Звичайно, почуття страху притаманне кожному військовослужбовцю. Один – зусиллям волі, пригнічує його, – інший не уміє або не може зробити цього. У кожній людини своя межа “міцності”. Страх, усвідомлення небезпеки актуалізує потребу самозбереження. Сила цієї потреби багато в чому визначає поведінку і діяльність солдата в бою. Чим сильніша потреба в самозбереженні – тим сильніший страх, тим менш боєздатний солдат.

Причиною психогенного розладу частіш за все є конфлікт між сильною потребою в самозбереженні й відсутністю можливості її

задовольнити. Перешкодами можуть бути переконання людини, усвідомлена необхідність вести бій, не кинути товаришів й таке ін. У військовослужбовця, що контролює свій страх, мотиви бойової діяльності виявляються сильнішими за прагнення до самозбереження. Але від цього внутрішньоособистий конфлікт все рівно не вирішується й за певних умов неминує веде до психогенного розладу. Перебування в бойовій обстановці ніколи не минає безслідно для психічного здоров'я військовика. Питання лише в ступені тяжкості й часові виникнення психогенних розладів.

У зв'язку з вищевикладеним виникає справедливе запитання: що необхідно зробити для того, щоб зменшити кількість психологічних втрат і зривів бойової діяльності, підвищивши тим самим ефективність солдат на полі бою?

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналізуючи літературні джерела приходимо до висновку, що майже вся система бойової підготовки спрямована на вирішення запитання окресленого нами вище. Але, чи лише добре організована бойова підготовка сприяє вирішенню даних проблем? Безумовно, що лівова частка цієї справи залишається за нею. Але окрім неї може існувати ще цілий комплекс заходів завданням яких як раз і є підготовка психіки військовослужбовця до впливу психотравмуючих і пригнічуючих факторів бою. До даного контексту відноситься психологічна підготовка, психологічна профілактика, психологічна реабілітація військовослужбовців. Відносно двох останніх мову мають вести виключно психологи, психотерапевтами і фахівці психіатрії. Що ж стосується психологічної підготовки, то в її

організації приймають участь як психологи, так і командири. Правильна її організація сприятиме вирішенню зазначених вище проблем. Саме тому **мета** даної статті спрямована на з'ясування сутності психологічної підготовки, її специфіки її проведення з військовослужбовцями.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Що таке психологічна підготовка військовослужбовців, які її цілі і завдання? Військовослужбовець для досягнення перемоги над противником не лише повинен вміти користуватися зброєю і бойовою технікою, знати тактику ведення бойових дій, але й бути здатним застосувати всі свої знання, вміння і навички в будь-яких умовах, які можуть виникнути в бойовій обстановці. Зробити людину здатною якісно виконувати професійну діяльність в реальних умовах бою – основне завданням психологічної підготовки військовослужбовця.

Це завдання не втрачаючи своєї актуальності в усіх арміях світу, особливої значення набуває для Збройних Сил України. Задля того, щоб розібратися, що таке психологічна підготовка й як вона повинна здійснюватися, відповімо на два запитання:

1) Коли потрібна психологічна підготовка? Під час навчання яких фахівців йде мова про психологічну підготовку? В чому особливості їх професійної діяльності?

2) Що є результатом психологічної підготовки? Чим результат психологічної підготовки відрізняється від результату навчання?

Основними професіями, на етапі засвоєння яких постає питання про психологічну підготовку, окрім загальновійськових є: космонавти, льотчики, підводники, авіадиспетчери, оператори атомних станцій та ін., але ніколи не постає питання щодо психологічної підготовки бухгалтера, художника, інженера, агронома хоча їхня підготовка також здійснюється з урахуванням закономірностей функціонування психіки. Це пояснюється тим, що психологічна підготовка є необхідною в тих видах людської діяльності, в яких: *по-перше*: умови засвоєння діяльності (навчання фахівця) суттєво відрізняються від умов її здійснення; *по-друге*: помилки у виконанні діяльності відразу призводять до незворотних або досить суттєвих втрат (людських, матеріальних, моральних). Це дві найбільш важливі особливості будь-якої професійної діяльності, які вимагають психологічної підготовки. Результатом психологічної підготовки слід вважати здатність військовослужбовця успішно виконати передбачену діяльність в реальних чи екстремальних умовах.

Психологічний аналіз особливостей професійної діяльності дозволяє вийти на шлях реалізації психологічної підготовки. Оскільки, умови засвоєння військової спеціальності відрізняються від умов здійснення професійної діяльності – основним напрямком на якому має базуватися психологічна підготовка є стирання граней між навчально-бойовою і бойовою діяльністю. Наближення навчання до бойових умов проводиться шляхом внесення різних елементів притаманних для бойової обстановки. Частіш за все це здійснюється за допомогою різних “ввідних” або шляхом імітації якихось зовнішніх ознак бою (розриви, шум, дим). Друга особливість військової діяльності, яка пов’язана з високою ціною помилки в умовах бою, в навчальному процесі відтворюється значно рідше й здійснюється шляхом моделювання небезпеки.

В.Леві досить наглядно описав так званий “парадокс колоди”. Задасмо запитанням, чому людина будучи здатною десятки разів пройти по колоді, яка лежить на землі, навряд чи зможе зробити це якщо колоду підняти на більшу висоту? Тому, що відрізняються умови, а отже й відрізняється оцінка цих умов людиною. У першому випадку немає небезпеки й це усвідомлюється в повній мірі. В другому – все що думає й що відчуває людина сприймається через призму реальної небезпеки. Саме тому, всі її вміння ходити по колоді, яка лежить на землі не дозволяють вирішити завдання.

Уміння добре стріляти по мішені зовсім не свідчить про те, що солдат буде ефективно вести вогонь по противникові в бою. Досить різні умови. Одна справа навчитись стріляти в комфортних, відносно спокійних умовах, друга – вступити в протиборство з противником, який застосовує зброю. Чим відрізняється ефективний солдат, від неефективного? Головна відмінність полягає в тому, що перший зберігаючи стійкість навичок і вмінь володіння зброєю в бою прагне досягнути перемоги в протиборстві з противником, а другий втрачає вміння і навички набуті в “нормальних умовах”, або в більшій мірі домінують мотиви самозбереження, в порівнянні з мотивами бойової діяльності. Вміння добре стріляти практично зійде нанівець, якщо солдат механічно не готовий діяти в умовах бою. Сформувати психологічну готовність до бою – головна мета психологічної підготовки.

Отже, під психологічною підготовкою слід розуміти цілеспрямований процес формування психічних якостей, які забезпечують збереження заданих параметрів виконання діяльності за різних бойових ситуацій. Психологічна підготовка сприяє

формуванню, збереженню і розвитку у військовослужбовців таких якостей, які забезпечують їхню високу бойову активність, здатність протистояти психотравмуючим чинникам бою.

Задля досягнення мети психологічної підготовки необхідно вирішити ряд задач:

1. Накопичити уявлення відносно майбутніх бойових дій. Чим краще військовослужбовець уявлятиме умови виконання бойової задачі, можливі варіанти розвитку обстановки, тим вищою буде його готовність діяти потрібним чином. Такий військовик зможе краще за інших налаштуватися на бій, майбутні складнощі, які потрібно буде здолати. Він буде здатний мобілізувати свої психічні й фізичні сили. Добрі уявлення обстановки бою і умов виконання бойової задачі допомагають частково зняти фруструючі чинники невизначеності й новизни.

2. Розвинути емоційну стійкість й волюву саморегуляцію в умовах небезпеки. В процесі бою відчуття військовослужбовцем реальної небезпеки викликає стан напруження. З позиції Н.І.Наєнко [2] напруження – складний психофізіологічний стан, який характеризує роботу всіх органів центральної нервової системи людини. Саме психічна напруженість є головною причиною зривів бойової діяльності, виникнення бойових психічних розладів. Рівень психічної напруженості різний. В тренуваних військовослужбовців, які звикли діяти в умовах небезпеки він нижчий, а ніж у нетренованих. Військовослужбовців, слід тренувати регулювати психічну напруженість. Звичайно повністю, виключити можливість появи психічної напруженості неможливо, оскільки страх – це природна реакція людини на небезпеку, але навчити волювими зусиллями долати страх – цілком реально.

3. Формувати у військовиків психічні стани “бойового збудження”, бойового азарту, упевненості в собі, в своїй зброї, товаришах і командирах. Якщо психічна напруженість, негативно позначається на ефективності бойової діяльності, такі психічні стани, як бойове збудження, бойовий азарт навпаки – позитивно відбиваються на її результатах.

За твердженням Б.М.Теплова [3] головна якість, яка відрізняла Наполеона від багатьох генералів полягала в тому, що в найкритичніші хвилини битв його не залишав азарт боротьби. Небезпека лише додавала йому сил, мобілізуючи всі інтелектуальні здібності.

У будь-якому протиборстві, тим більше озброєному, найімовірніше переможе той, хто упевнений в собі, в своїх силах. Упевненість в собі – це якість яка не дається людині від природи, вона розвивається через систему

цілеспрямованих тренувань, за яких військовослужбовець, долаючи труднощі, досягаючи успіху все більше починає вірити в свої сили, поважати себе, підвищує свою самооцінку.

4. Розвивати і зміцнювати у військовослужбовців мотиви бойової діяльності. В залежності від енергопотенціалу бойових мотивів, ми можемо вести мову про стійкість всієї системи бойової діяльності військовослужбовця. Завдання це надзвичайно складне, оскільки навчально-бойова і бойова діяльність різняться перш за все мотивами, а створити в ході занять з бойової підготовки такі умови, які сприяли б актуалізації бойових мотивів надзвичайно складно. У зарубіжних арміях, зокрема в армії США, застосовується ряд методик з метою розвитку мотивів, які за своєю сутністю близькі до бойових, зокрема: потреба в агресії, потреба в досягненні.

Перераховані завдання спрямовані не лише суцільно на психологічну підготовку, але й на профілактику бойових психічних втрат, психологічну реабілітацію військовослужбовців, що брали участь в боях. Психологічна підготовка організовується й проводиться як в процесі повсякденного бойового навчання, так і в період бойових дій. Виходячи з цього окреслимо її види.

1. *Загальна психологічна підготовка* проводиться в процесі повсякденного бойового навчання. Головна мета – сформувати, розвинути і зміцнити психологічні якості військовослужбовців, які дозволяють підтримувати бойову активність на рівні що забезпечує ефективне вирішення бойової задачі. Загальна психологічна підготовка повинна сприяти швидкій адаптації військовослужбовця при переході від мирних умов життєдіяльності до бойових у разі розгортання збройного конфлікту. Заходи загальної психологічної підготовки проводяться в процесі навчання з різних дисциплін бойової підготовки та самостійно.

2. *Спеціальна психологічна підготовка* організовується і проводиться безпосередньо в бойових умовах на етапі підготовки до рішення завдань. Її головна мета – підготувати психіку військовослужбовця до дії психологічних чинників бою при вирішенні конкретної бойової задачі з урахуванням її специфіки, особливостей виконання і тим самим підвищити ефективність солдата в бою, знизити можливість отримання бойових психічних розладів, масових негативних психооманливих явищ.

Методом спеціальної психологічної підготовки у військовослужбовців формується якнайповніше уявлення про характер майбутнього бойового завдання, умови його виконання, можливі варіанти розвитку

обстановки і способи дій в них. Окрім цього засобами психологічної підготовки активізуються бойові мотиви, створюється бойовий настрій на завдання, знижується рівень тривожності особового складу. Квінтесенцією спеціальної психологічної підготовки є реалізація принципу: кожен солдат знає свій маневр.

Практично спеціальна психологічна підготовка збагачує смыслом кожен відпрацьовану дію, прийом, спосіб. Вона створює умови для подолання страху, боязні, негативних психічних станів, які неминуче виникають на етапі підготовки ході бою. В процесі спеціальної психологічної підготовки формуються уявлення військовослужбовців про дії в різних умовах.

3. *Цільова психологічна підготовка* спрямована на психологічну підготовку військовослужбовця для виконання певного завдання, переважно одноактного (одномоментного). Вона охоплює мотивацію, що визначає, формує та закріплює певну мотиваційну спрямованість на ефективність досягнення поставленої мети; формування певної установки, що сприяє правильним діям і здатності людини до самовдосконалення при реалізації поставленої мети; аналіз подій, спрямований на розвиток і вдосконалення розумових здібностей та можливостей військовослужбовця; психологічну корекцію, спрямовану на коригування дій військовослужбовця відповідно до умов, що змінюються ситуації та її несподіванок, при незмінності поставлених завдань.

Завдання психологічної підготовки вирішуються за допомогою двох груп методів:

1. Методи моделювання психологічних чинників бою. У основі даних методів закладена теза про те, що за допомогою різних прийомів можна відтворювати умови схожі з бойовими, які у свою чергу, сприятимуть актуалізації у військовослужбовців мотивів схожих з реальними бойовими мотивами, появи стану психічної напруженості різного ступеня інтенсивності.

Навички й уміння військовослужбовців, що набуваються в процесі занять з різних предметів бойової підготовки зміцнюються під впливом схожих з бойовими умовами. У цьому процесі, по суті, відбувається часткова адаптація військовослужбовців до можливих умов бою, що підвищує стійкість психіки до дії психологічних чинників бойової обстановки.

2. Спеціальні методи психологічної підготовки призначені для вирішення конкретних, вузьких завдань: навчання військовослужбовців способам контролю негативних емоційних станів, подолання страху і боязні, больових відчуттів, психічної і фізичної втоми, способам досягнення

самовладання в життєво небезпечних ситуаціях.

За останні роки аналогічні методи широко використовуються в спортивній психології для підготовки спортсменів. В збройних силах дані методи, на жаль, не знайшли широкого застосування, не зважаючи на достатню ефективність і універсальність.

Моделювання психологічних чинників бою в процесі з бойової підготовки. Багатьом із нас, опинившись в складній учбово-бойовій, а комусь бойовій обстановці, довелося відчувати розгубленість. Потрібен був певний час, коли ми долаючи боязнь і страх, навчилися розрізняти такі ситуації, передбачати їх розвиток і наслідки, будуючи свою поведінку. Він був б значно коротшим за умов систематичної і головної свідомої роботи по оволодінню військово-професійною діяльністю в умовах дії модельованих психологічних чинників бою.

Традиційно до основних психологічних чинників бою відносять:

1. Чинник безпеки (усвідомлена загроза життю, здоров'ю чи благополуччю). Чинник безпеки є основним (первинним), який визначає психологічну специфіку бойових ситуацій, але він не завжди зумовлює поведінку і психічний стан військовослужбовців. Інколи об'єктивно вона існує, але суб'єктивно може не сприйматися, або ж навпаки. Небезпека досить часто породжує панічні стани. Бехтерев В.М. так писав про паніку: "Хто переживав разом з іншими паніку, той знає, що це не проста боязкість, яку можна подолати в собі свідомістю обов'язку чи внаслідок переконання. Ні, це афект, що розвивається при певному несподіваному враженні загрозливого характеру з незвичайною швидкістю... Це щось таке, що охоплює майже раптово цілу групу осіб відчуттям неминучої небезпеки, проти якої абсолютно безсиле переконання й яке отримує пояснення лише в навіюванні цієї ідеї чи шляхом несподіваних зорових вражень (раптова поява пожежі, ворожих військ) або шляхом слова, зумисно чи випадково кинутого в натовп" [4, с. 144]. У такому стані війська нездатні виконати завдання, абсолютно некеровані, вони стають легкою здобиччю для противника. Це чудово розумів О.В.Суворов, який завжди прагнув внести суматору й паніку в ряди противника, знаючи, що чим раптовішою є небезпека, тим більшою здається вона йому і першою думкою раптово атакованого ворога є не опір, а втеча.

Первинність впливу чинника безпеки на військовослужбовців зумовлюється підсиленням дії інших чинників, таких як раптовість, невизначеність, новизна. Залежно від сприйняття на особистому рівні характеру

й величини небезпеки будуватиметься і поведінка солдатів в бою.

Навчивши підлеглих розрізняти небезпеку, прогнозувати її результати, ми значно підвищимо боєздатність і боєготовність ввірених нам підрозділів і частин. Для цього чинник небезпеки необхідно моделювати на заняттях в процесі бойової підготовки в мирний час.

2. Чинник раптовості характеризується непрогнозованою зміною обстановки в ході виконання завдання, що вимагає коректування плану дій.

Готуючись щось зробити людина планує свою діяльність, намагаючись врахувати можливі варіанти розвитку подій. Реалізуючи цю програму військовослужбовець прагне досягти поставленої мети. Якщо при цьому виникають якісь раніше прогнозовані зміни умов діяльності відбувається коректування програми, мета ж діяльності залишається незмінною. Водночас можуть відбутися зміни, яких людина не передбачала. У такому разі говорять про чинник раптовості. Чим вище величина відмінності реальної від очікуваної зміни обстановки, тим вище ступінь раптовості. При цьому людина змушена відмовлятися від старої, продуманої програми діяльності, і складати нову, а іноді вимушена змінювати не лише програму, але й мету діяльності.

Удар по психіці – один з найсильніших ударів, який відомий людству з найдавніших часів. Найефективніше він досягається раптовістю [5].

Водночас, не всі однаково реагують на раптовість. Умовно можна виділити три типи поведінки в умовах дії чинника раптовості:

а) військовослужбовець швидко переключає увагу, визначає нові цілі й докладає зусилля щодо їх реалізації. Така реакція найбільш бажана;

б) військовослужбовець, усвідомлюючи раптову зміну обстановки, продовжує діяти за старою програмою;

в) військовослужбовець припиняє здійснювати свідому діяльність на якийсь проміжок часу. Два останні типи реакції призводять, як правило, до поразки в бою.

Звідси витікає найважливіший висновок: в процесі психологічної підготовки військовослужбовці мають навчитися тому, як необхідно діяти в умовах раптовості.

3. Чинник невизначеності. Під ним ми розуміємо відсутність, або суперечність інформації про зміст чи умови виконання бойового завдання, про противника і характер його дій.

Невизначеність прямо пропорційно впливає на стан психічної напруженості

особового складу. Цей стан неоднозначно позначається на стійкості й надійності діяльності. Якщо психічна напруженість надмірна, то її негативний вплив виявляється в двох формах: перша “ступор”, при якій знижується або повністю припиняється діяльність людини, порушується координація рухів, погіршується або повністю відключається пам’ять; друга – неврегульована активність, яка характеризується появою некерованої, неосмисленої активності. В той же час помірний стан напруженості надає здійснює благополучний вплив на поведінку солдата. Він активізує всі його психічні функції, сприяє скороченню часу адаптації.

У бойовій обстановці невизначеність присутня завжди і для всіх. Її дію відчувають солдат і генерал. Тому кожен пристрасно бажає швидкого настання розв’язки подій, щоб покінчити з невизначеністю, з невідомістю. Завдання командира полягає в тому, щоб допомогти підлеглим зрозуміти ситуацію, усунути невизначеність, або, принаймні, переключити їхню свідомість на іншу діяльність для зниження негативного впливу цього чинника. Різні люди по-різному сприймають одну і ту ж ситуацію. Одні в ній виділяють загрозливі чинники, зосереджують увагу, перш за все на сигналах про небезпеку, інші – виділяють інформацію, яка допоможе скласти програму боротьби з противником, тобто побачити його слабкі місця, ухвалити рішення на найбільш ефективно застосування зброї [6].

Чинник невизначеності потрібно моделювати на заняттях особового складу по бойовій підготовці. Навчившись в мирний час діяти в умовах дії даного чинника солдати легше справлятимуться з ним у бойовій обстановці.

Говорять, що немає нічого гіршого, ніж чекати і наздоганяти. В ситуації очікування й в ситуації погоні присутній значний елемент невизначеності. Негативний вплив невизначеності може зменшуватися, якщо військовослужбовці володіють прийомами контролю емоційної напруженості, оскільки вони є складовою частиною спеціальних методів психологічної підготовки.

4. Чинник новизни – це наявність раніше невідомих військовослужбовцеві елементів в умовах виконання бойового завдання. Новизна залежить від досвіду й знань військовослужбовця. Негативний вплив чинника новизни в бойових умовах частково можна зменшити якщо в процесі психологічної підготовки військовослужбовці вивчатимуть реальний досвід дій в різних ситуаціях бою. Такі заняття повинні мати вид детального розбору бойової ситуації, супроводжуватись аналізом допущених

помилку й прогнозом можливих варіантів розвитку обстановки.

5. Чинник збільшення темпу дій має місце в тому випадку, якщо різко скорочується час на виконання необхідних для досягнення мети дій. Такі ситуації в бою виникають часто. Тренувати підлеглих в умовах скорочення часу на виконання нормативів бойової підготовки, добиватися автоматизації їх дій – важливе завдання кожного командира.

6. Чинник дефіциту часу виникає в умовах, коли успішне виконання завдання неможливо простим збільшенням темпу дій. Необхідна зміна структури діяльності. Уміти діяти нестандартно, творчо – важлива передумова досягнення успіху в бою. Іншими словами дефіцит часу вимагає від військовослужбовця швидкої перебудови всієї структури бойової діяльності: визначення найбільш важливих в даних обставинах операцій, дій і відкидання другорядних, менш важливих. В умовах дефіциту часу не просто збільшується темп виконуваних дій, але й змінюється їх послідовність.

Висновок. В даній публікації нами розглянуто найбільш істотні психологічні чинники бою. Саме вони повинні моделюватися на заняттях в ході бойової підготовки військовослужбовців. Всі вони взаємопов'язані між собою й виділити якийсь з них “в чистому вигляді” досить складно. Тому кожен прийом, що створює в процесі заняття

ситуацію, можливу в бою, моделює не один, а декілька психологічних чинників бою. При цьому один з них буде, як правило, більш виражений, ніж інші.

Таким чином, вплив бойової обстановки на психіку надзвичайно складний, його врахування дозволяє правильно вирішувати як загальні, так і часткові завдання психологічної підготовки, реалізувати на практиці принцип “навчати війська тому, що необхідне на війні”.

В процесі психологічної підготовки окрім розглянутих вище чинників повинні моделюватися й інші, які по своїй сутності відносяться до фізико-хімічних чинників середовища, але здійснюють істотний вплив перш за все на емоційний стан військовослужбовців. До них відносяться: а) фізичні чинники; б) метеорологічні; в) радіаційні; г) барометричні; д) механічні; ж) хімічні [7].

Дії даних чинників на психологічну стійкість військовослужбовців в процесі виконання бойових завдань, не слід зменшувати. Так, наприклад хімічні чинники безпосередньо впливають на нервову систему людини викликаючи різкі емоційні зрушення. Надлишок кисню викликає емоційне збудження. Окрім цього, слід наголосити, що особливості емоційних зрушень і їх характер залежать перш за все від інтенсивності зазначених чинників.

Література:

1. Александровский Ю.А. Психогении в экстремальных условиях. / Ю.А.Александровский. – М. Медицина, 1991. – С. 31.
2. Наенко Н.И. Психическая напряженность. / Н.И.Наенко. – М.: МГУ, 1972. – С. 13-21.
3. Теплов Б.М. Ум полководца. / Б.М.Теплов. – [Проблемы индивидуальных различий]. – М.: Изд-во. АПН РСФСР, 1961. – С. 252-343.
4. Бехтерев В.М. Внушение и его роль в общественной жизни. / В.М.Бехтерев. – СПб., 1908. – С. 144.
5. Бек А. Волоколамское шоссе. / Александр Бек. – М.: Советский писатель, 1981. – С. 131.
6. Митяев А.А. Книга будущих командиров. / А.А.Митяев. – М.: Молодая гвардия, 1988. – С. 294-296.
7. Инженерная психология в военном деле. Под общ. ред. Б.Ф.Ломова. – М.: Воениздат, 1983. – С. 71.

Hmilyar O. F., candidate of psychological sciences

PSYCHOLOGICAL PREPARATION OF SOLDIER AND OFFICER

In the extreme terms of activity effectively able to execute combat missions only a man geared-up psychologically. The article is called to answer on the row of aktualnikh in our time questions: in what specific of psychological preparation of servicemen, when it is needed, that is the result of psychological preparation. In detail enough the psychological factors of fight are described in the process of the combat training of servicemen. Psychological preparation it the purposeful process of forming of psychical qualities which provide the maintainance of preset the parameter of implementation of activity at different battle situations. Psychological preparation is instrumental in forming, maintainance and development for the servicemen of such qualities which provide their high battle activity, ability to resist the psychological trauma factors of fight. Psychological preparation is organized and conducted both in the process of everyday battle studies and in the period of battle actions. After kinds it is accepted to select the general, special and having a special purpose psychological preparation.

Keywords: psychological preparation, psychological factors of fight.