

МОДЕЛІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ КРАЇН-ЧЛЕНІВ НАТО

У статті розглядаються моделі психологічної підготовки військовослужбовців таких країн-членів НАТО, як Румунія та Болгарія. Психологічна підготовка військовиків у Румунії, зокрема до участі у міжнародних військових операціях, здійснюється на основі використання модулів методик м'язової релаксації, раціонально-емоційної терапії, пошуку можливих шляхів вирішення проблем. У Болгарії психологічну підготовку поєднано з військово-лідерською підготовкою і поділено на модулі.

Ключові слова: модель психологічної підготовки, м'язова релаксація, раціонально-емоційна терапія, оптимізація міжособистісних відносин, сучасна модель навчання, модулі психологічної та військово-лідерської підготовки.

В статті рассматриваются модели психологической подготовки военнослужащих таких стран-членов НАТО, как Румыния и Болгария. Психологическая подготовка военнослужащих в Румынии, в частности к участию в международных военных операциях, осуществляется на основе использования модулей методик мышечной релаксации, рационально-эмоциональной терапии, поиска возможных путей решения проблем. В Болгарии психологическая подготовка сочетается с военно-лидерской подготовкой и делится на модули.

Ключевые слова: модель психологической подготовки, мышечная релаксация, рационально-эмоциональная терапия, оптимизация межличностных отношений, современная модель обучения, модули психологической и военно-лидерской подготовки.

Значний вплив на психіку військовослужбовців здійснює перебування в умовах бойових дій та в закордонних військових місіях. Так, від 9 до 20 % американських військовослужбовців мають ознаки посттравматичного стресового розладу (ПТСР), в британській армії ці

ознаки мають приблизно 4 %; у німецькому бундесвері 2,9 % військовослужбовців, розташованих в Афганістані, потребують лікування ПТСР. Основні чинники, які впливають на психіку військовиків, за думкою німецьких дослідників [1], зазначено у таблиці 1.

Таблиця 1

Основні чинники, які впливають на психіку військовиків під час перебування в умовах бойових дій та в закордонних військових місіях

Чинники, впливу яких зазнали військовики	Всього (n = 1483), %	Без ПТСР (n = 689), %	Хто має діагноз ПТСР (n = 65), %
зруйновані будинки і села	70,4	76,4	78,7
пожежа / удари артилерії, ракет / мін	36,0	43,6	44,8
загиблі або важко поранені товариші по службі	31,3	41,7	45,9
напад або насильство	30,5	38,6	48,0
атака за допомогою вогнепальної зброї	24,6	31,1	45,4
перебування в замінованій місцевості	19,2	24,2	30,5
стрільба зі зброї у противника	18,1	23,6	30,1
свідок випадків аварій, серйозних травм / смерті	17,0	21,8	33,5
свідок випадків поранення товаришів по службі	12,0	16,1	27,5
перебування у загрозливій ситуації, коли необхідно було приймати самостійне рішення	8,3	11,6	19,0
свідок насильства / жорстокого поводження з людьми	7,9	9,7	19,4
помилки в поводженні зі зброєю	7,9	9,7	19,4
праця з ідентифікації частин людських тіл	6,9	9,5	15,9
керівництво обстрілом противника	6,8	8,0	13,4
помилки в нанесенні ударів по противнику, здійсненні рятувальних операцій	5,2	7,0	9,5
інформування товаришів по службі про смерть військовослужбовця	5,1	7,4	13,5
поранення	2,3	3,3	8,2
участь в ближньому бою	2,2	2,8	6,5
свідок загибелі або поранення товарища по службі, який був поруч	1,9	2,7	6,4

Це свідчить про те, що військово-професійна діяльність, як в мирний час, так і в бойових умовах (при виконанні зарубіжних місій), є значним джерелом психічного напруження та емоційних переживань. В результаті, у деяких військовослужбовців можуть спостерігатися симптоми психічного стресу. Тобто, стрес можна розглядати як результат невідповідності між вимогам обстановки та індивідуальною реакцією військовика.

Крім цього, стрес є межею нормального функціонування психіки, залежить від індивідуальних особливостей людини та визначає її фізичний і психічний опір вимогам оточуючого середовища. Цю межу може бути підвищено за допомогою спеціального навчання, тобто психологічної підготовки. Необхідною умовою для забезпечення високого рівня психічної стійкості та фізичної витривалості, належного функціонування нервової системи, адаптивності до незвичних погодних умов, є психологічна підготовка до майбутніх умов застосування, розроблена у вигляді певної моделі.

Метою статті є розгляд моделей психологічної підготовки військовослужбовців до бойової та миротворчої діяльності таких країн-членів НАТО, як Румунія та Болгарія а головним завданням вивчення структури цих моделей.

Почнемо з розгляду моделі психологічної підготовки румунських військовослужбовців, зокрема, до участі підрозділів збройних сил Румунії в операціях сил НАТО в Іраці. В Румунії, за ступенем ризику, ця участь вважається одним з найскладніших завдань, що виконувалося після закінчення другої світової війни по теперішній час.

Це потребувало здійснення певної психологічної підготовки, а також використання ряду методів, спрямованих на розвиток психологічної стійкості і готовності військовослужбовців до виконання поставлених завдань. Зокрема в операції в Іраці, в період з лютого по липень 2005 року, брала участь рота військової поліції, загальною чисельністю 100 осіб. Структура психологічної підготовки складалася з чотирьох модулів:

1. Модуль релаксації, спрямований на набуття навичок використання методів релаксації за Е. Джекобсоном (прогресивне розслаблення м'язів), контролю дихання та управління самонавіюванням в процесі занять з релаксації.

2. Модуль когнітивної реструктуризації, де військовослужбовці вивчали альтернативні способи мислення, основним призначенням яких є боротьба з негативними настроями (депресія, тривога).

3. Модуль оптимізації міжособистісних стосунків, який містить в собі кілька методів, які спрямовані на полегшення спілкування між членами групи.

4. Модуль навчання розв'язанню проблем, які викликають у військовослужбовців емоційні і поведінкові розлади та формуванню здатності опановувати важкими ситуаціями [2, 3].

Внаслідок виконання цієї програми навчання у військовослужбовців спостерігалось підвищення рівня психологічної сумісності за рахунок підвищення взаєморозуміння та використання методів саморегуляції психічного стану в боротьбі зі стресом. Після повернення з Іраку, військовослужбовці та їх командири підтвердили позитивний вплив цієї програми психологічної підготовки на ефективність діяльності.

Програма психологічної підготовки була опрацьована з підрозділом розділеним на 4 взводи та загальною чисельністю 100 осіб. Вона складалася з 15 занять тривалістю 75-90 хвилин, згідно вищезазначених модулів.

Розглянемо зміст цих модулів.

Модуль I (Методи релаксації (заняття 1-4))

Контроль дихання. Дихальна функція є особливо важливою для людини і залежить від психічного стану. Відомо, що емоційний шок уповільнює дихання людини, потім її серце починає битися швидше. У стані страху або занепокоєння дихання прискорюється. Під час депресії частота дихання знижується, під час піднесеного настрою, радості - збільшується.

Якщо психічні стани впливають на дихання, то його регулювання може впливати на настрій. Таким чином, повільне і глибоке дихання може усунути хвилювання, ритм і регулювання дихання сприяє збільшенню концентрації уваги і здатності підвищувати загальну ефективність інтелектуальної діяльності.

Виконання дихальних впливів на організм:

- підвищує опір до простудних та інших респіраторних захворювань;
- підвищує загальний життєвий тонус організму;
- збільшує здатність організму протистояти низьким температурам;
- побічно сприяє кращому функціонуванню всіх внутрішніх органів за рахунок збагачення крові киснем;
- сприяє кращому функціонуванню нервової системи.

М'язова релаксація (глибоке розслаблення м'язів). Ця методика була розроблена С. та К. Шаффер на основі методики прогресивної м'язової релаксації Е.

Джекобсона. Військовослужбовець, перебуваючи в зручному положенні, із закритими повіками, подумки переміщається по своєму тілу й напружує кожну групу м'язів. Це дозволяє здійснити розслаблення всіх м'язів тіла і призводить до психічної релаксації.

Релаксаційні вправи, на основі самонавіювання, для регулювання психічного стану. Самонавіювання використовується як метод саморегуляції психічного стану людини з метою самостійного програмування, що має на меті досягнення оптимізації психологічних і фізіологічних процесів і функцій. Наприклад, поліпшення самооцінки ("Я врівноважена та ефективна людина, яка заслуговує того, щоб домогтися успіху", "Кожен день в усіх відношеннях я стаю професіоналом"), розвиток позитивного мислення ("Я відчуваю себе спокійним, урівноваженим, розслабленим", "Я відчуваю в собі сили, щоб впоратися з ситуацією"), підвищення впевненості в собі ("Я відчуваю себе абсолютно спокійним, упевненим у своїх силах").

Це можуть бути вправи:

- для розслаблення тіла після фізичного навантаження;
- для релаксації і розподілу енергії в організмі;
- для зняття болю;
- для розвитку фізичних і психічних якостей;
- для зменшення негативних емоцій;
- для оптимізації діяльності.

Модуль II (Когнітивна реструктуризація (заняття 5-7))

У цьому модулі були використані вправи когнітивно-поведінкової стратегії раціонально-емоційної терапії А. Бека. Ці стратегії спрямовані на навчання військовослужбовців контролювати свої настрої за допомогою виявлення і зміни негативних стереотипів мислення. Учасники були ознайомлені з поняттями дисфункціональних негативних думок, які створюють неадекватні емоційні стани (такі як гнів, розпач або почуття провини тощо).

За допомогою психолога, учасники вчилися замінювати негативні думки альтернативними їм з метою ірраціонального вирішення складних питань.

Модуль III (Оптимізації міжособистісних відносин (заняття 8-11))

Ці заняття були спрямовані, в основному, на розвиток комунікації на індивідуальному та груповому рівні. Це вважається основним засобом регулювання міжособистісних відносин військовослужбовців, створення і підтримки соціально-психологічного клімату, запобігання або врегулювання конфліктів.

Крім цього пасивність та агресивний стиль спілкування вважаються результатом мислення, що призводить до неприйнятливих форм поведінки.

Заняття починалися з релаксаційних вправ, що мали на меті зменшення тривоги учасників, орієнтуючи їх на переживання позитивного досвіду, що призводило до більш швидкого згуртування групи та зміцнення навичок релаксації.

Таким чином, учасники вивчали багато методів комунікації, що базувалися на рольовій грі, опрацюванні сценаріїв, адаптованих до конкретних ситуацій.

Модуль IV (Вирішення проблем (заняття 12-15))

Метою цих занять був розбір тих ситуацій і труднощів, які створюють дискомфорт та можуть викликати різні проблеми невротичного та психосоматичного характеру. У той же час, здійснювалося формування навичок вирішення проблем, що виникають у стресових ситуаціях.

Під час 12 і 13 занять військовослужбовці вивчали стратегії вирішення проблем (за К.Нawton та J.Kirk), а саме: пошук можливих шляхів вирішення проблеми; проведення рольової гри в складі групи; здійснення моніторингу діяльності по постановці цілей, визначення ієрархії задач і розробку програми дій.

Заняття 14 і 15 були присвячені розвитку навичок членів групи з розв'язання проблем. Всі учасники надавали варіанти вирішення проблем, які аналізувалися групою. Це здійснювалося за допомогою "мозкового штурму", з обговоренням альтернативних рішень, не піддаючи їх цензурі. Кожне рішення, з точки зору ефективності, оцінювалося за шкалою від 1 до 5 балів. Рішення, що набирало найбільшу кількість балів, було визначено як вірне.

В іншій державі НАТО, у Болгарії, у 2007 році було запропоновано модель психологічної підготовки у сухопутних військах, основою якої була точка зору про те, що ефективність діяльності підрозділів залежить від знань, навичок і досвіду командирів, стану відносин у цих підрозділах, а також, умов обстановки, оперативності у виконанні вказівок вищого керівництва. Ці вищезазначені аспекти викликали необхідність внесення змін в структуру бойової підготовки. У зв'язку з цим, частиною загальної моделі підготовки ефективних лідерів, було визначено військово-лідерську та психологічну підготовку (ПВЛП) професійних військовослужбовців сухопутних військ, в якій була врахована необхідність змін та покращення якості управління на основі досвіду участі болгарських підрозділів в операціях НАТО в Іраці та Афганістані.

Питання психології

Основними сучасними тенденціями в підготовці військових кадрів для болгарської армії, що безпосередньо впливають на процес, форми і зміст підготовки військ, визнаються: перехід від воєн третього до воєн четвертого покоління (за класифікацією У. Лінда), від індивідуального через групове до

систематичного навчання; від кількості часу на навчання до ефективності навчання [4, 5].

У таблиці 2 наведені відмінності між традиційною (середина - друга половина ХХ ст.) і сучасною (кінець ХХ - початок ХХІ ст.) моделями навчання.

Таблиця 2

Відмінності між традиційною і сучасною моделями навчання

№	Сфера, область	Традиційна модель	Сучасна модель
1.	Тип (покоління) війни	Третє покоління	Четверте покоління
2.	Провідний рівень навчання	Навчання переважно індивідуально і в складі рупи	Індивідуально, у складі групи, організаційно, системно
3.	Зміст навчання	Головний акцент на військові знання та вміння	Врахування також людського фактора
4.	Акцент в навчальному процесі	Акцент на викладанні	Акцент на навчанні, в тому числі на стилях навчання
5.	Акцент в організації процесу навчання	Забезпечувати необхідну кількість годин на навчання	Забезпечувати ефективність навчання, тобто оволодіння необхідними знаннями та навичками при мінімальних (оптимальних) ресурсах
6.	Загальна філософія навчання	Вертикальна і зовнішня організація, що виражається у забезпеченні зовнішніх знань і умінь	Діагональна і горизонтальна, переважно внутрішня організація, що має характер інвестицій в людський капітал
7.	Результати навчання	Загальні та спеціальні знання і вміння	Очевидні компетенції - знання, уміння, уміння, безпосередньо пов'язані з досягненням професійних цілей і результатів

В сучасних умовах, в сухопутних військах болгарської армії констатується переважання традиційної моделі навчання, хоча виклики сьогодення вимагають переходу до сучасної моделі. Це пропонується зробити шляхом впровадження ПВЛП для всіх цільових груп (категорій) військовослужбовців. Додатковими аргументами щодо її впровадження визнається те, що вона майже не потребує додаткових матеріальних ресурсів та особливої підготовки тих, хто її буде здійснювати. ПВЛП здійснюється військовими психологами. Перед початком, і після кожного навчального року, проводиться методична нарада, на якій надаються рекомендації і здійснюється обмін досвідом між військовими психологами, що її здійснюють. Крім цього, фахівці-психологи штабу сухопутних військ готують методичні матеріали для проведення занять. Програма підготовки є гнучкою і може змінюватися у відповідності з потребами і планами для конкретного підрозділу.

Загальна модель ПВЛП містить у собі методологічні, змістовні, процедурні та організаційні аспекти.

Методологічні аспекти. Основою підготовки визнається модель сучасного навчання, тобто така, яка спрямована на психологічну та лідерську підготовку, на основі досвіду воєн четвертого покоління, сфокусована на чотирьох рівнях навчання - індивідуальному, груповому, організаційному і системному; на основі військових знань і умінь; більше акцентована на навчанні, а не на

викладанні; така, що використовує різні стилі навчання, самонавчання, групове та організаційне навчання; спрямована на здійснення конкретних і цілеспрямованих зусиль з оцінки ефективності і поліпшення результатів; така, що ґрунтується на тому, що не педагог, а ті, кого навчають є основною рушійною силою у навчальному процесі.

Змістовні аспекти містять у собі різні способи вибору і формування змісту ПВЛП - "зверху вниз" (за допомогою експертів), "знизу вгору" (на основі аналізу потреб та думки учасників підготовки), "змішування" відповідно до: рівня військової ієрархії, спеціальності, посад учасників тощо. В сучасних умовах, на початковій стадії реалізації, будуть враховані думка експертів і рівень військової ієрархії учасників підготовки. У подальшому, після набуття досвіду, при формуванні змісту будуть враховуватися об'єктивні потреби і суб'єктивні думки учасників, їх спеціальності і посади, результати оцінки ефективності підготовки. Основними проблемами визнавалися: лідерство, згуртованість, мотивація, вирішення внутрішньоособистісних і міжособистісних конфліктів, проблеми стресу, перебування в міжнародному, полікультурному та іншомовному середовищі. Вважається, що хоча більшість болгарських військовослужбовців мають достатній професійний рівень, у багатьох з них є проблеми у питаннях сумісності з військовослужбовцями та підрозділами інших

армій або міжнародними підрозділами. Причина цієї ситуації полягає в тому, що з одного боку, має місце недооцінка цих проблем на всіх управлінських рівнях болгарської армії, а з іншого - незнання і невикористання сучасних та ефективних технологій їх усунення.

Процесуальні аспекти. ПВЛП базується на комбінації трьох особливостей: а) поєднання і баланс між лекціями, семінарами та практичними формами навчання, б) поєднання по "вертикалі" (за провідної ролі викладачів), по "горизонталі" (за провідної ролі учасників) і по "діагоналі" (викладачі і більш досвідчені ті, кого навчають, допомагають іншим тим, кого навчають) в) поєднання діагностичних, профілактичних та консультативних форм роботи з учасниками.

Організаційні аспекти. Містять питання: а) хто проводить підготовку (військові психологи), б) хто бере участь в підготовці (всі категорії професійних військовослужбовців Сухопутних військ, поділ за цілями підготовки - на професійних військовослужбовців, сержантів, молодших і старших офіцерів), в) час на проведення підготовки (по 2 години щомісяця, переважно разом, тобто не менше 20 годин на рік), г) навчання є модульним - містить в собі 10 дводинних базових модулів, які, при бажанні, можуть бути перетворені в 20 однодинних модулів, д) на початку, під час і в кінці підготовки необхідно здійснювати: оцінку рівня вхідних, проміжних (середніх) і кінцевих знань, навичок і умінь учасників, оцінку компонентів підготовки (і на цій основі оцінку її ефективності), е) ПВЛП є обов'язковою частиною бойової підготовки, яка регламентується відповідними керівними документами: наказами командувача сухопутних військ, планами і наказами командирів частин, ж) для забезпечення підготовки: в короткостроковій перспективі основні зусилля спрямовуються на виділення необхідного мінімуму матеріальних ресурсів (в основному канцелярських) для нормального проведення занять; в середньостроковій перспективі бажано забезпечити класи підготовки необхідними методичними, наочними і допоміжними посібниками.

Орієнтовна програма ПВЛП. Її зміст на початковому етапі своєї реалізації значною мірою базувався на основі експертних оцінок і переліку компетентностей. Це було комбінацією наступних параметрів (в порядку важливості): оточуюча перспектива (сприйняття зовнішнього світу або адаптація та вплив на нього); рівень військової системи; цільова група учасників; складність явищ; змістовна частина знань, навичок і умінь.

На самому загальному рівні, розмежовується зміст і відповідні компетентності, пов'язані зі сприйняттям

(осмислення, навчання, асиміляція) зовнішнього світу; із впливом (зміна, розвиток, акомодация) на нього. Поєднання цих двох процесів - сприйняття (асиміляція) і впливу (акомодация) представляють собою весь процес адаптації (згідно моделі Ж. Піаже) індивіда (групи, організації, військової системи) та оточуючого середовища. Загалом, ці два процеси (сприйняття і вплив) можуть бути пов'язані з чотирма об'єктами: самим собою, іншими людьми, контекстом (задача, ситуація тощо) і системою (організація, система, суспільство, культура).

Поєднання цих двох аспектів (провідних процесів) та чотирьох об'єктів, до яких вони застосовуються, складає основну матрицю з восьми метакомпетентностей, сфокусованих у ПВЛП. Ці метакомпетентності поділяються на понад 30 макрокомпетентностей, наприклад таких, як управління: своїми негативними емоціями, власною кар'єрою, комунікацією, конфліктами і кризами, ризиками та стресом, часом, завданнями, ресурсами, навчанням, мотивацією, досягненнями, ефективністю, співпрацею; самопрезентація; консультування і допомога підлеглим тощо.

На більш конкретному рівні, ці макрокомпетентності поділяються на приблизно 100 компетенцій, пов'язаних з тими спеціальними знаннями, навичками і вміннями, що входять в модулі ПВЛП.

Відповідно до цільової групи учасників (за військовим званням, спеціальністю та посадою) та конкретними цілями і завданнями підготовки, що стоять перед ними, визначається конкретна конфігурація макрокомпетентностей і відповідних компетенцій, які будуть об'єктом уваги ПВЛП в певній військовій частині та які будуть об'єктом контролю якості та оцінки ефективності програми навчання. В залежності від цілей підготовки, макрокомпетентності можна поєднувати разом, або навпаки, диференціювати і розділяти. Це залежить від ступеня складності, комплексності предмету навчання, рівня підготовки тих, кого навчають, від кваліфікації викладача і матеріального забезпечення навчального процесу.

Тематику модулів ПВЛП визначено у відповідності із цільовими групами військовослужбовців (тривалість кожного по 2 години).

Тематика модулів для молодших офіцерів (ланка-командир взводу, командир роти):

1. Психологія особистості.
2. Психологія та управління малими групами.
3. Психології та управління великими групами.
4. Управління навчанням.
5. Управління мотивацією.
6. Управління ризиками та стресом.

Питання психології

7. Управління конфліктами.
 8. Управління комунікацією (спілкуванням).
 9. Консультування і підтримка підлеглих.
 10. Представлення особистого прикладу.
- Для старших фіцерів (ланка-рівень батальйону або бригади) замість двох останніх тем пропонуються наступні: управління часом, управління досягненнями.

Тематика модулів для сержантів:

1. Психологія особистості.
2. Психологія лідерства.
3. Управління ризиками.
4. Управління професійним стрессом.
5. Спілкування з командирами і підлеглими.
6. Консультування і підтримка підлеглих.
7. Управління конфліктами.
8. Управління навчанням і досягненнями.
9. Управління мотивацією уявлення особистого прикладу.
10. Психологія та управління малою групою.

Тематика модулів для військовослужбовців за контрактом:

1. Психологія і боротьба з залежностями (алкоголь, наркотики).
2. Психологія і подолання ризиків - транспортних пригод тощо.
3. Психологія і подолання стресів.

4. Психологія і подолання негативних емоцій.
5. Психологія лідерства.
6. Спілкування з командирами.
7. Психологія і врегулювання конфліктів.
8. Створення і функціонування команди.
9. Психологія малої групи.
10. Спілкування з колегами.

Вважається, що в процесі впровадження цього виду підготовки, в загальній системі бойової підготовки військ виникатимуть труднощі різного характеру. З метою удосконалення, вищезазначену модель в подальшому, передбачено розглядати на методичних семінарах з фахівцями з військ.

Таким чином, психологічна підготовка військовослужбовців до майбутніх умов застосування є необхідною умовою для забезпечення належного функціонування нервової системи, адаптивності до умов бойових дій (закордонних місій) та повинна розроблятися у вигляді певної моделі. Моделі психологічної підготовки військовослужбовців збройних сил таких країн НАТО, як Румунія та Болгарія, спрямовані на формування психологічної стійкості і готовності, базуються на досягненнях сучасної військової психології та педагогіки, враховують досвід використання військових підрозділів цих держав у закордонних місіях та особливості різних цільових груп військовослужбовців.

Література

1. Von Christian G. Traumatisierte Bundeswehrsoldaten: Psychologen warnen vor hoher Dunkelziffer [Електронний ресурс] / G. von Christian. - Режим доступу: <http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/traumatisierte-bundeswehrsoldaten-psychologen-warnen-vor-dunkelziffer-a-856440.html&e = bkHOUKGOFoX0sgaomoCQAQ>
2. Ghimbovschi A., Bobirnac-Franga M. Model de pregatire psihica pentru militariii participantii la misiuni in afara granitelor tarii [Електронний ресурс] / A. Ghimbovschi, M. Bobirnac-Franga - Режим доступу: http://www.e-scoala.ro/psihologie/model_pregatire_psihica.html
3. Giralasu-Dimitriu O. Tehnici psihoterapeutice / O. Giralasu-Dimitriu.-Editura: VICTOR, Bucuresti, 2004. - 207 p.
4. Близнаков В. Нужна е по-добра психологическа подготовка на рейнджърите [Електронний ресурс] / В. Близнаков. - Режим доступу: <http://news.bpost.bg/story-read-11130.php>.
5. Петров П., Рандев П. Модел на психологическа подготовка в Сухопътни войски [Електронний ресурс] / П. Петров, П. Рандев. - Режим доступу: http://rdsc.md.government.bg/BG / Activities/Publication / MilitaryLead / 2 -1- Petrov _Randev.pdf.

Nevmerzhitski V., candidate of psychological sciences, assistant professor **MODELS OF PSYCHOLOGICAL PREPARATION OF THE MILITARY PERSONNEL OF NATO MEMBER STATES**

The article considers the model of psychological preparation of military personnel of such countries-members of NATO, such as Romania and Bulgaria. A necessary condition for ensuring a high level of mental stamina and physical endurance of soldiers, the proper functioning of the nervous system is a psychological preparation for the future conditions of application, developed in the form of a certain model. Psychological preparation of military personnel in Romania, in particular, to participate in international military operations, is carried out on the basis of the use of modules of techniques for muscle relaxation, rational-emotive therapy, optimization of interpersonal relations and search of possible ways to solve the problems. In Bulgaria psychological training is combined with military-leadership training and is divided into modules, taking into account features of different categories of servicemen.

Keywords: soldier, the model of the psychological training, muscle relaxation, rational-emotive therapy, optimization of interpersonal relations, search of possible ways to solve the problems, the modern model of training modules, psychological and military leadership training.