

УДК 159. 944.4:355.08

Мазур Наталія Олегівна, магістр кафедри психології Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Проскурняк Ольга Петрівна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

e-mail: oproskurniak@gmail.com

**СТРУКТУРА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ДІЙ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ
СИТУАЦІЯХ**

Анотація

У статті подано стислий огляд генезису проблеми психологічної готовності людини до діяльності у звичайних та екстремальних умовах, описано феноменологію категорії «психологічна готовність людини до діяльності» у наукових дослідженнях, викладено теоретичні та методологічні підходи щодо вивчення та визначення поняття «психологічна готовність людини до діяльності в екстремальних умовах».

Доведено, що в ситуаціях, які є стресогенними, на стадії резистентності, у людини мобілізується воля та бажання подолати незвичні обставини або надзвичайну ситуацію. Індивіди з достатнім чи високим рівнем розвитку адаптаційно-вольового компоненту (стійкість до стресу чи адаптація до складних умов) можуть ефективно виконувати завдання в екстремальних ситуаціях.

Встановлено, що психологічна готовність військових залежать від особливостей нервової системи, життєвого досвіду, професійних знань, навичок, мотивації та інших особливостей індивіда. Виявлено, що поведінка військовослужбовців в екстремальних ситуаціях детермінована рівнем їх стресостійкості.

***Ключові слова:** військовослужбовець, екстремальна ситуація, копінг, психологічна готовність, стресостійкість.*

Мазур Наталья Олеговна, магистр кафедры психологии Черновицкого национального университета имени Юрия Федьковича

Проскурняк Ольга Петровна, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Черновицкого национального университета имени Юрия Федьковича

СТРУКТУРА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ К ДЕЙСТВИЮ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Аннотация

В статье подано сжатое обозрение генезиса проблемы психологической готовности человека к деятельности в обычных и экстремальных условиях, описана феноменология категории «психологическая готовность человека к деятельности» в научных исследованиях, изложены теоретические и методологические подходы к изучению и определению понятия «психологическая готовность человека к деятельности в экстремальных условиях».

Доказано, что в ситуациях, являющихся стрессогенными, на стадии резистентности, у человека мобилизуются воля и желание преодолеть необычные обстоятельства или чрезвычайную ситуацию. Индивиды с достаточным или высоким уровнем развития адапционно-волевого компонента (стойкость к стрессу или адаптация к сложным условиям) могут эффективно решать задачи в экстремальных ситуациях.

Установлено, что психологическая готовность военных зависит от особенностей нервной системы, жизненного опыта, профессиональных знаний, навыков, мотивации и других особенностей индивида. Выявлено, что поведение военнослужащих в экстремальных ситуациях детерминировано уровнем их стрессоустойчивости.

Ключевые слова: *военнослужащий, экстремальная ситуация, копинг, психологическая готовность, стрессоустойчивость.*

Mazur Nataliya Olegivna, master student of psychology department,
Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University

Proskurnyak Olha Petrivna, candidate of psychological sciences, associate
Professor of psychology department, Yuriy Fedkovych Chernivtsi National
University

THE STRUCTURE OF PSYCHOLOGICAL READINESS OF MILITARY FOR ACTION IN EXTREME SITUATIONS

Summary

This article presents the brief overview of the problem origins of psychological readiness for action in normal and extreme conditions; it describes the phenomenology of the category “psychological readiness of a person for action” in scientific research; it states the theoretical and methodological approaches to studying and defining the notion “psychological readiness of a person for action in extreme conditions”.

It is proved that in situations which cause stress, at the stage of resistance, human mobilize the will and desire to overcome unusual circumstances or an emergency. Individuals with sufficient or high level of development of adaptive-willed component (the resilience to stress or the adaptation to difficult conditions) can effectively solve problems in extreme situations.

It is determined that psychological readiness of the military depends on the peculiarities of their nervous system, life experience, professional knowledge and skills, motivation and other special features of the individual. It has been discovered that the behavior of military in extreme situations is determined by the level of their stress resistance.

Keywords: *military, extreme situation, coping, psychological readiness, stress resistance.*

Постановка проблеми. Сьогодні ми спостерігаємо досить складну, нестабільну ситуацію в нашій країні. Складність обстановки в державі

впливає не тільки на морально-психологічну сферу мирних жителів, але і на військовослужбовців безпосередньо. Спостерігаючи за мобілізаційними процесами в країні, необхідно наголосити на тому, що більшість із військових є психологічно неготовими до ведення бойових дій. У спеціальній літературі ще недостатньо чітко визначено зміст і структуру психологічної готовності до дій в екстремальних умовах. Формування якої є одним із пріоритетних завдань впродовж професійної підготовки та подальших етапів професійного становлення військовослужбовців.

Мета статті: висвітлити підходи науковців щодо психологічної готовності військовослужбовців до дій в екстремальних умовах.

Завдання – розглянути теоретичні підходи до проблеми психологічної готовності військовослужбовців до дій в екстремальних ситуаціях.

Аналіз літератури з проблеми дослідження показав, що питання готовності людини до різних видів діяльності є вельми актуальним, однак трактується неоднозначно, оскільки досить часто поняття готовності або ототожнюється з іншими поняттями, або ж розглядається в контексті дослідження інших феноменів. Теоретико-методологічною основою дослідження стали основні положення про готовність до діяльності у межах функціонального підходу (М.Д. Левітов, Н.О. Алаторцева, Л.С. Нерсисян, В.Н. Пушкін, М.І. Дьяченко, Л.О. Кандибович, В.О. Пономаренко, Є.П. Ільїн, В.І. Ковальов); особистісного підходу (Я.Л. Коломинський, А.П. Авдєєва, О.В. Михайлова, О.В. Шепілова); особистісно-діяльнісного підходу (Л.С. Виготський, С.Л. Рубінштейн, О.М. Леонтєв); системно-структурного підходу до розуміння особистості (К.К. Платонов); основних положень про установочні детермінанти (Д.М. Узнадзе, І.Т. Блажава). Отже, готовність немає чітко окреслених меж та визначається як властивість, як психічний стан суб'єкта, тобто як багаторівнева структура якостей, які в своїй сукупності дозволяють певному суб'єкту продуктивно здійснювати відповідну діяльність.

Дослідження психологічної готовності тісно пов'язане з вивченням

таких аспектів розвитку особистості, як настанова (Д. М. Узнадзе, О. Г. Асмолов), як внутрішня позиція особистості та особистісний смисл, породжений співвідношенням мотивів і мети (О. М. Леонтьєв), як система саморегуляторних утворень, які визначають специфіку діяльності суб'єкта (Н. Пов'якель), як певна здібність особистості (Б. Г. Ананьєв, С. Л. Рубінштейн), як внутрішня позиція особистості по відношенню до соціального оточення та до окремих предметів соціального оточення (Л. І. Божович). Вчені розділяють поняття “готовність” і “підготовленість”. Підготовленість можна розуміти як перший щабель, як започаткування формування психологічної готовності. А.Д. Ганюшкін доповнює дане тлумачення тим, що визначає чотири рівні психологічної готовності: стан повної готовності (висока впевненість, стійкість до перешкод); готовність, наближена до повної (недооцінка сил, надмірна самовпевненість, недостатня стійкість до перешкод); стан неповної готовності (стійкі психологічні бар'єри); стан непередготовленості [3]. Стан готовності у вирішальній мірі обумовлений стійкими психічними особливостями, притаманними даній людині. Але він не являє собою перенесення якостей і станів в нову ситуацію, просту їх актуалізацію. На стан психологічної готовності впливають і ті конкретні умови, в яких здійснюється діяльність. До числа зовнішніх і внутрішніх умов, що обумовлюють психологічну готовність, слід віднести: зміст завдань, їх складність, новизну, творчий характер; обстановку діяльності, приклад поведінки оточуючих; особливості стимулювання дій і результатів; мотивацію, прагнення до досягнення того чи іншого результату; оцінку ймовірності його досягнення; самооцінку власної підготовленості; попередній нервово-психічний стан; стан здоров'я і фізичне самопочуття; особистий досвід мобілізації сил для рішення задач підвищеної складності; вміння контролювати і регулювати рівень свого стану готовності; вміння створювати оптимальні внутрішні умови для майбутньої діяльності.

У загальному вигляді психологічна готовність як універсальний механізм перетворень розуміється насамперед як вирішальна передумова

досягнення результату суб'єктом, яка передбачає його цілеспрямовану діяльність та її обов'язкову регуляцію. В цілому психологічна готовність розглядається як одна з базових характеристик особистості, як її стійка особливість – як показник психологічних можливостей людини на певному етапі її розвитку, який здатен визначити зміст цього періоду.

Для розуміння суті психологічної готовності як певного самостійного психологічного явища велике значення мають дослідження М.І. Дьяченко. Вчений розглядає готовність у якості активно-дійового стану й установки особистості на певну поведінку, яка характеризується вибірковою прогнозуючою активністю на стадії підготовки до діяльності. Він виділяє три етапи формування психологічної готовності: визначення цілей на основі усвідомлених потреб і мотивів; вироблення плану, установок загальних моделей і майбутніх дій; перехід готовності, що з'явилася, у предметні дії, які відповідають суворо визначеним засобам і способам діяльності. Однак, як вважає автор, для її розвитку необхідні певні знання, вміння, навички, налаштованість, відповідальність і бажання досягти успіху [4]. Формування готовності до діяльності починається з мотиваційної сфери – постановки мети на основі потреб та цілей або усвідомлення людиною окресленого перед нею завдання. Наступним є розробка плану, моделей, схем подальшої дії. Потім людина приступає до втілення готовності, застосовує певні засоби та прийоми діяльності, порівнює хід роботи, що виконується та проміжні отримані результати з окресленою метою, вносить корективи.

Сучасні умови, у яких працюють військовослужбовці, можна повною мірою назвати екстремальними, тому що вони супроводжуються значними психоемоційними навантаженнями: високою відповідальністю за прийняті рішення; достатньою складністю виконуваних функцій; прискореним темпом діяльності; об'єднанням неоднакових за метою дій в одній діяльності; обробкою значної за обсягом інформації; дефіцитом часу на прийняття рішення. Адже діяльність військовослужбовців супроводжується обґрунтованим ризиком для життя. У літературі часто використовується

поняття «екстремальна ситуація», яке відображає вплив на людину небезпечних і шкідливих факторів, які призвели до нещасного випадку чи надмірного негативного емоційно-психологічного впливу. Часто людина перестає правильно сприймати оточуючу дійсність, приймати правильні рішення для виходу з даної ситуації [8]. Екстремальна ситуація – це сукупність умов й обставин, що виходять за рамки звичайних, які ускладнюють чи унеможливають життєдіяльність індивідів або соціальних груп. Екстремальні ситуації – це найбільш складні небезпечні ситуації, коли збігаються кілька несприятливих для людини умов і факторів ризику. Екстремальні ситуації, як правило, вимагають для захисту життя та здоров'я людини мобілізацію всіх її фізичних і духовних сил. Реалізацію професійного рівня підготовки в екстремальних умовах із найменшими психологічними втратами забезпечує стан психологічної готовності. Процес задіяння стану психологічної готовності до діяльності являє собою послідовність взаємопов'язаних процедур і дій: – усвідомлення своїх потреб, вимог суспільства, колективу чи поставленого іншими людьми завдання; – усвідомлення цілей виконання завдань, вирішення котрих призведе до задоволення потреб або виконання поставленого завдання; – осмислення та оцінка умов, у яких будуть протікати майбутні події, актуалізація досвіду, пов'язаного з вирішенням завдань і виконанням вимог подібного роду; – визначення на основі досвіду та оцінки майбутніх умов діяльності найбільш раціональних і можливих (допоміжних) способів вирішення завдань чи виконання вимог; – прогнозування прояву своїх інтелектуальних, емоційних, мотиваційних і – вольових процесів, оцінка співвідношення своїх можливостей, рівня домагань і необхідності досягнення певного результату; – мобілізація сил, відповідно до умов і завдань, самонавіювання віри в успішне досягнення мети [11]. Знання військовослужбовцем своїх психологічних особливостей дозволяє йому керувати власною психікою та ефективно діяти у складних ситуаціях. Зовнішніми ознаками психологічної готовності військовослужбовця є: відсутність метушливості чи замкнутості;

чітке, безпомилкове виконання наказів і команд; нормальний фізіологічний стан.

Психологічну готовність до діяльності в екстремальних умовах доцільно поділяти на ситуаційну (оперативну) та довготривалу готовність. Ситуативна готовність є динамічним, цілісним станом особистості, це внутрішня налаштованість на певну поведінку, мобілізованість усіх сил на активні та доцільні дії, її виникнення й оформлення визначаються розумінням задачі, усвідомленням відповідальності, бажанням досягнути успіху в професійній діяльності. Довготривала психологічна готовність є стійкою системою професійно важливих якостей особистості, до якої відносяться позитивне ставлення до професії, організованість та уважність, самовладання, отриманий досвід, знання, вміння, навички, які необхідні для успішної професійної діяльності в різних, у тому числі, екстремальних ситуаціях.

Модель психологічної готовності особистості військовослужбовця відтворює психологічну структуру вольового акту, яка має певні структурні компоненти. Структуру зазначеної готовності складають три взаємопов'язані компоненти: 1) мотиваційна готовність (характеризується складною системою мотивів, які скеровують, посилюють та обумовлюють активність індивіда щодо зазначеної діяльності); 2) загальна професійна (характеризується рівнем розвитку професійних знань, навичок і вмінь, що необхідні молодому спеціалісту на початковому етапі професійної діяльності та сформованістю його психічних пізнавальних процесів, які сприяють результативності діяльності); 3) емоційно-вольова готовність (характеризується здатністю особистості до свідомої регуляції своєї поведінки, дій у будь-яких ситуаціях зазначеної діяльності у відповідності до законів і вимог суспільства) [5.]. Але вона має свою специфіку, яка полягає у: характерній мотивації стимулювання – мотивації обов'язком, що забезпечує надійну підтримку активності у стресових ситуаціях; особливій значущості психологічних ресурсів особистості, які взаємопов'язані з подоланням

напруженості, стресостійкістю професійної діяльності; специфічній професійній компетентності, яка дозволяє свідомо будувати план діяльності. Отже, у моделі психологічної готовності особистості виражена спрямованість на подолання професійного стресу, який виникає у військовослужбовців у екстремальних ситуаціях, особлива роль у цієї моделі належить смисловим компонентам регуляції активності, відповідальним за психологічну безпеку особистості.

У функціональну підході було включено 6 компонентів: • мотиваційна готовність (відданість професії, переконання в її необхідності, потреба у самовдосконаленні, в успішному вирішенні професійних завдань, бажання досягти успіху й показати себе з кращого боку та ін.) • когнітивна готовність (знання професійних обов'язків, функцій, оцінка їх суспільної значущості, знання способів, методів, засобів вирішення професійних завдань, усвідомлення своїх можливостей, здібностей, знання особливостей та ймовірних змін у службовій діяльності та ін.); • креативна готовність (здатність генерувати ідеї, гнучкість розуму та ін.); • орієнтаційна готовність (знання і уявлення про особливості і умови професійної діяльності, її вимоги до особистості); • операційна готовність (наявність вмінь і навичок, необхідних для вирішення професійних завдань, володіння способами і прийомами професійної діяльності, здатність до модулювання своєї діяльності та антиципації) • оцінювальна готовність (адекватна самооцінка своєї професійної підготовленості і відповідності результатів вирішення професійних задач визначеним вимогам).

Натомість. особистісна готовність передбачає наявність 4-х компонентів: • моральна готовність (усвідомлення обов'язку, відповідальності, небезпеки для власного життя, соціального та особистісного сенсу професійної діяльності, активна життєва позиція, самокритичність, потреба у професійному самовдосконаленні); • волева готовність (впевненість у собі, зібраність, організованість, сміливість, рішучість, самоконтроль, витримка, готовність до ризику); • комунікативна

готовність (наявність загальних та професійних комунікативних якостей: комунікабельності, переконливості, володіння професійною мовою, вміння віддавати чіткі команди, повага до колег, готовність до взаємодопомоги та ін.); • загальнопсихологічна готовність (оптимальний рівень особистісної тривожності, високі здібності саморегуляції психічного стану; розвинуті інтелектуальні якості, розвинені здібності до планування, моделювання, програмування, оцінки результатів діяльності тощо).

Дослідженням особливостей поведінки військовослужбовців у екстремальних ситуаціях займалися зарубіжні та вітчизняні вчені. У. Томас і Ф. Знанецький, А. Незу, Т. Дзурілла, М. Голдфрід першими описали процес психологічного вирішення особистістю своїх проблем, викликаних екстремальною ситуацією, або копінг-процес [за 2]. Л.Д. Бітехтіна, досліджуючи поведінку військовослужбовців в екстремальних ситуаціях, дійшла висновку, що вона багато у чому зумовлена їх індивідуальними особливостями. На сприйняття військовослужбовцем ситуації та оцінки ступеня її складності, екстремальності впливають такі чинники: ступінь позитивності самооцінки, впевненість у собі, рівень суб'єктивного контролю, адаптивність, наявність позитивного мислення, прояв мотивації досягнення успіху та інші. Поведінка військовослужбовця в екстремальній ситуації детермінована рівнем його стресостійкості [1]. Стійкість до стресу – важливий чинник збереження нормальної працездатності, ефективної взаємодії з оточуючими і внутрішньої гармонії людини у важких, стресових умовах. При вивченні стресостійкості насамперед необхідно визначити це поняття. Слід зазначити, що існує безліч визначень стресостійкості, у яких вона визначається як : емоційна стійкість, психологічна стійкість, стійкість особистості, психофізіологічна стійкість, моральна стійкість, морально-психологічна стійкість, емоційно-вольова стійкість. Таким чином, можна говорити про те, що до теперішнього часу категорія стресостійкості не набула однозначного трактування, незважаючи на те, що вона давно і систематично досліджується у зарубіжній і вітчизняній психології.

У контексті сучасних досліджень найбільш повним є визначення, дане М.І. Тишковою. На її думку, стресостійкість – це: 1) здатність витримувати інтенсивні або незвичайні впливи, що являють собою сигнал небезпеки і ведуть до змін у поведінці; 2) здатність витримувати надмірне збудження та емоційне напруження, що виникає під впливом стресорів; 3) здатність витримувати без перешкод для діяльності високий рівень активації [8].

Військові психологи, такі як: Ю.О. Бабаян, Л.О. Грішман, А.Г. Караян, І.В. Сиромятников розглядають бойову стресостійкість як багаторівневий процес адаптаційної активності людського організму в умовах бойової обстановки, що супроводжується напругою механізмів саморегуляції та формуванням пристосувальної поведінки; механізм комплексної мобілізації організму для дій у небезпечних умовах [7]. Дії в екстремальних ситуаціях, загроза для життя вимагають від військовослужбовця психологічної стійкості, ініціативності та дисципліни. У військовослужбовців, недостатньо підготовлених, можуть: сповільнюватися реакція, порушуватися координація та стійкість рухів і дій, послаблюватися увага та пам'ять. Це знижує й ставить під загрозу результативність їхньої діяльності [10]. Тому у ході психологічної підготовки військовослужбовців детально інформують про особливості та умови майбутньої бойової діяльності, про труднощі виконання бойового завдання, про шляхи їх подолання. Під час занять і навчань моделюється зовнішня картина бойових дій і психологічна модель бойової діяльності військового з усіма умовами бойової обстановки, які, відбиваючись у свідомості, здатні викликати психічні реакції, які виникають у реальному бою. У ході багаторазового повторення вправ в умовах, що постійно ускладнюються, контроль військовослужбовця над своїм психічним станом і діями поліпшується. Поступово формується психологічний механізм боротьби з невпевненістю та страхом. Слід зазначити, що для успішного вирішення завдань психологічної підготовки недостатньо лише знання методів моделювання психологічних факторів бою та впливу на військовослужбовців. Необхідна вміла організаторська робота командирів,

штабів та органів виховної роботи, які повинні активно впроваджувати обґрунтовані та перевірені на практиці прийоми психологічної підготовки, допомагати офіцерському складу в розробці нових методів впливу на підлеглих [6].

Висновки. У результаті теоретичного дослідження виявлено, що стан психологічної готовності особистості до діяльності розуміється як складне утворення, яке має динамічну структуру, між компонентами існують функціональні залежності. У межах функціонального підходу психологічна готовність трактується як певний стан психічних функцій, що забезпечує високий рівень досягнень під час виконання діяльності, він передбачає вивчення психологічної готовності як певного стану особистості. З погляду прихильників особистісного підходу психологічна готовність розглядається як результат підготовки до певної діяльності, вона є стійким, багатоаспектним, ієрархізованим утворенням особистості, яке містить низку компонентів, адекватних вимогам, змісту та умовам діяльності. Прагнучи задовольнити свої потреби, людина в практичній діяльності на основі внутрішньої активності реалізує певну мету.

Військовослужбовцям з високим рівнем сформованості психологічної готовності притаманні: моральна нормативність поведінки, висока потреба у подоланні труднощів і досягненні поставленої мети, емоційно-позитивне усвідомлене ставлення до виконання завдань у небезпечній для життя обстановці, високий рівень поведінкової регуляції, високо розвинене вміння мобілізувати себе в складній ситуації, здатність зосередити сили на виконанні поставленого завдання, висока наполегливість, сміливість, рішучість, цілеспрямованість, завзятість в подоланні виниклих труднощів, самовладання.

Перспективи подальших досліджень полягають у конкретизації та визначенні ступеню значущості різних компонентів психологічної готовності військовослужбовців до дій в екстремальних ситуаціях.

Список використаних джерел

1. Битехтина Л.Д. Готовность к действиям в экстремальных ситуациях среди военных / Л.Д. Битехтина // Вопросы психологии. — 2005. — №11. — С.41-47.
2. Бодров В.А. Система психической регуляции стрессоустойчивости / В.А. Бодров, А.А. Обознов // Психологический журнал. — 2009. — Т.21. — № 4. — С. 32
3. Ганюшкин А.Д. Дослідження стану психічної готовності людини до діяльності у екстремальних умовах / А.Д. Ганюшкин. — М.: Просвітництво, 2002. — 126 с.
4. Дяченко М.І. Готовність до діяльності у напружених ситуаціях / М.І. Дяченко. Мінськ: Університетське вид-во, 1985. — 195 с.
5. Платонов І.В. Структура психологічної готовності особистості до правоохоронної діяльності / І.В. Платонов // Психологія. — К.: НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2000. — Вип. 11. — С. 320-326.
6. Пономаренко В.А. Екстремальність і проблема відношення до професійної діяльності / В.А. Пономаренко // Світ психології. — 2010. — №4. — С. 41-43.
7. Сиромятников І.В. Прикладна воєнна психологія / І.В. Сиромятников. — Х.: Фенікс, 2010. — 480 с.
8. Смирнов Б.А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Б.А. Смирнов. — Х.: Гуманитарный центр, 2007. — 273 с.
9. Тышкова М.И. Исследование устойчивости личности в трудных ситуациях / М.И. Тышкова // Вопросы психологии. — 1987. — № 1. — С. 27—39.
10. Шевченко В.Є. Психологічний аналіз забезпечення професійної надійності і боєздатності військовослужбовців Збройних Сил України / В.Є. Шевченко, Б.В. Кравченко // Психологія. — 2011. — № 1. — С. 38-43
11. Яковенко С.І. Психічна стійкість військовослужбовців до впливу екстремальних чинників / С.І. Яковенко, Т.М. Яковенко. — К.: КВГІ, 2008. —

References transliterated

1. Bitekhtina L.D. Hotovnost k deistviiam v ekstremalnykh situatsiakh sredi voennykh [The readiness for action in extreme situations in the military] / L.D. Bitekhtina. // Voprosy psichologii. — 2005. — No 11. — P.41-47.
2. Bodrov B.A. Sistema psikhicheskoi reguliatsii stresoustoichivosti [The system of psychical regulation of stress resistance] / B.A. Bodrov, A.A. Oboznov // Psichologicheskii zhurnal. — 2009. — T.21. — No 4. — P. 32.
3. Haniashkin A.D. Doslidzhennia stanu psikhichnoi gotovnosti liudyny do diialnosti u ekstremalnykh umovakh [The research of the state of psychical readiness of a person for action in extreme conditions] / A.D. Haniashkin. — M.: Prosvitnyztvo, 2002. — 126 p.
4. Diachenko M.I. Gotovnist do diialnosti u napruzhenykh sytuatsiakh [Readiness for action in stressful situations] / M.I. Diachenko. — Minsk : Universitetske vyd-vo, 1985. — 195 p.
5. Platonov I.V. Struktura psikhologiichnoi gotovnosti osobystosti do pravookhoronnoi diialnosti [The structure of psychological readiness of a person to enforcement activities] / I.V. Platonov // Psichologii. — K.: NPU im. M.P.Dragomanova, 2000/ — Vyp. 11. — P. 320-326
6. Ponomarenko V.A. Ekstremalnist i problema vidnoshennia do profesiinoi diialnosti [Extremity and the problem of attitude to professional activity] / V.A. Ponomarenko // Svit psichologii. — 2010. — No 4. — P. 41-43.
7. Syromiatnikov I.V. Prikladnaia voiennaia psichologiiia [Applied military psychology] / I.V. Syromiatnikov. — Kh.: Feniks, 2010. — 480 p.
8. Smirnov B.A. Psichologiiia deiatelnosti v ekstremalnykh situatsiakh [The psychology of activity in extreme situations] / B.A. Smirnov. — Kh.: Gumanitarnyi tsentr, 2007. — 273 p.
9. Tyshkova M.I. Issledovanie ustoichivosti lichnosti v trudnykh situatsiakh [Stability analysis of personality in difficult situations] / M.I. Tyshkova // Voprosy psichologii. — 1987. — No 1. — P. 27-39.

10. Shevchenko V.Ye. Psykhologiichniy analiz zabezpechennia profesiinoi nadiinosti i boiezdatnosti viiskovosluzhbovthiv Zbroinykh Syl Ukrainy [Psychological analysis of ensuring of professional reliability and fighting ability of the Ukrainian Armed Forces military] / V.Ye. Shevchenko, B.V.Kravchenko // Psychologiya. — 2011. — No 1. — P. 38-43.

11. Yakovenko S.I. Psykhologiichna stiiikist viiskovosluzhbovthiv do vplyvu ekstremalnykh chynnykiv [Psychical stability of military under the influence of extreme factors] / S.I. Yakovenko, T.M. Yakovenko. —K.: KVGI, 2008. — 265 p.