



А. А. Лиман

ПСИХОТРЕНІНГОВА ПРОГРАМА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ ДО РИЗИКУ У СЛУЖБОВО-БОЙОВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Розглянуто питання розробки психотренінгових програм “Формування психологічної готовності військовослужбовця Національної гвардії України до ризику у службово-бойовій діяльності” для кожної категорії військовослужбовців. Надано визначення поняття “психологічна готовність військовослужбовця Національної гвардії України до ризику у службово-бойовій діяльності”, її структурні компоненти. Обґрунтовано, що психологічна готовність військовослужбовця Національної гвардії України до ризику у службово-бойовій діяльності має в своїй основі три складові: зосередженість на виконанні поставленого завдання; високий рівень взаємодії; здатність контролювати свій страх. Подано авторську анкету оцінювання ефективності психотренінгової програми “Формування психологічної готовності військовослужбовця Національної гвардії України до ризику у службово-бойовій діяльності”.

Ключові слова: військовослужбовці, Національна гвардія України, службово-бойова діяльність, ризик, психологічна готовність, тренінг, психотренінгова програма.

Постановка проблеми. Службово-бойова діяльність військовослужбовців Національної гвардії України (НГУ) зазвичай здійснюється в екстремальних умовах, пов'язаних з ризиком для здоров'я і самого життя, особливо це загострилося з проведенням операції Об'єднаних сил [1]. Вона характеризується низкою факторів, що негативно впливають на кожного військовослужбовця та боєздатність підрозділів у цілому: непередбачуваність і швидка мінливість обстановки; тривале виконання напруженої діяльності; складні погодні умови, місцевість; зміна часу сну, виснаженість, наявність поранень, захворювань; підвищений стресогенний вплив на психіку військовослужбовця; відсутність у них контактів з близькими; підвищена відповідальність за свої дії та ін. Психологічна готовність до ризику в екстремальних ситуаціях – одна з умов забезпечення особистої безпеки кожної людини і підрозділу в цілому.

Актуальність проблеми зумовлюється наявністю суперечностей, які існують в системі спеціальної та бойової підготовки військовослужбовців НГУ: між загальними,

стандартизованими підходами до спеціальної та бойової підготовки військовослужбовців НГУ і специфікою діяльності, в якій реалізовуватиметься їхній фаховий потенціал; між необхідністю ефективної спеціальної та бойової підготовки військовослужбовців НГУ до службово-бойової діяльності в екстремальних умовах і недостатнім рівнем сформованості психологічної готовності військовослужбовців до ризику під час виконання службово-бойових завдань; між доцільністю розробки психотренінгової програми формування психологічної готовності військовослужбовців до ризику в екстремальних умовах і відсутністю її обґрунтованості у вітчизняній і зарубіжній науці та зреалізованості практикою.

Таким чином, актуальність проблеми, недостатній рівень її розробленості у психологічній науці та практиці, нагальна потреба вирішення суперечностей у системі спеціальної та бойової підготовки військовослужбовців НГУ зумовили доцільність розробки спеціально спрямованої психотренінгової програми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Важливим напрямком психологічного супроводу військовослужбовців НГУ є їхня психологічна підготовка до виконання найбільш складних професійних завдань, у тому числі цілеспрямований систематичний розвиток їх особистісних професійно важливих якостей. Одним із можливих засобів такого супроводу є тренінг.

На сьогодні немає загальноприйнятого визначення терміна “тренінг”. Відсутність точного опису поняття спричинює занадто широке тлумачення тренінгу і позначення цим терміном усіляких прийомів, форм, способів і засобів впливу (переважно на групу людей), які використовуються у практичній психології, спорті, освіті тощо.

Поняття “тренінг” (від англ. *training*) використовується у таких значеннях: навчання, виховання, підготовка, тренування, дресирування. Науковці В. М. Синьов і М. В. Клімов, зробивши аналіз загальних словниково-енциклопедичних, спеціальних навчальних і наукових видань (у тому числі монографічних і навчальних видань з питань тренінгу), зазначають, що досі термін “тренінг” не має сучасного науково обґрунтованого визначення [2].

На думку Ю. М. Ємельянова, поняття “тренінг” слід уживати для позначення не методу навчання, а методу розвитку здібностей до навчання чи оволодіння будь-яким складним видом діяльності, зокрема спілкуванням [3]. Він визначає тренінг як засіб перепрограмування наявної у людини моделі керування поведінкою і діяльністю. Окрім цього, науковець указує ще на таке визначення тренінгу, як “... частини запланованої активності організації, спрямованої на вдосконалення професійних знань і умінь, або на модифікацію установок і соціального поведіння персоналу способами, які пов’язані з цілями організації та вимогами діяльності” [3].

З нашого погляду, більш загальну і водночас більш вдалу дефініцію групового психологічного тренінгу надано В. О. Лефтеровим. Науковець трактує тренінг як будь-яку сплановану послідовність дій, призначену і спрямовану на те, щоб допомогти індивідові або групі людей навчитися ефективно керувати собою, виконувати роботу або завдання [4].

У сучасній науковій літературі виділено три головні напрямки розвитку тренінгових методів.

1. Діяльнісно орієнтовані (поведінкові) тренінги, спрямовані загалом на формування нових умінь та навичок, зокрема професійних.

2. Суб’єктно орієнтовані психологічні тренінги, спрямовані на розвиток окремих психічних функцій і властивостей людини, їх цілісних комплексів, певних психологічних умінь.

3. Суб’єктно-діяльнісні тренінги професійно-психологічного спрямування. Вони є синтетичними за своєю спрямованістю і поєднують два згаданих вище види тренінгу. Базуючись на суб’єктно-діяльнісному підході, вони увібрали в себе безліч різноманітних технік та окремих методичних прийомів, що слугують меті становлення особистості фахівця й громадянина [5].

У зв’язку з великою кількістю різноманітних сучасних психотренінгових програм методика проведення кожного виду тренінгу спеціально спрямована [6]. Майже всі тренінгові програми передбачають відпрацювання такого алгоритму дій, або ж етапів чи блоків тренінгу:

– блок забезпечення працездатності тренінгової групи (визначення цілі, задач, ходу і принципів тренінгу, знайомство з учасниками, їх очікуваннями, ритуал прийняття учасниками правил роботи у групі тощо);

– блок формування мотивації в учасників тренінгової групи;

– інформаційний блок (отримання учасниками конкретних знань);

– навчальний блок (формування адаптивних установок у відносинах з іншими людьми, розвиток умінь та навичок відповідно до тематики тренінгу);

– особистісний блок (усвідомлення учасниками тренінгу своїх установок, ціннісних орієнтацій, особистісних особливостей тощо);

– завершальний блок (рефлексія, зворотний зв’язок, намічаються шляхи подальшої роботи над собою кожним членом тренінгової групи) [6].

Отже, під час здійснення психологічного супроводу військовослужбовців НГУ професійний тренінг являє собою психологічну роботу, яка проводиться за певним послідовно логічним алгоритмом з метою набуття військовослужбовцями НГУ

професійно важливих знань, умінь та їх перехід на рівень стійких навичок підвищення надійності персоналу в складних та екстремальних ситуаціях професійної діяльності; створює умови для вдосконалення професійних і особистісних якостей, вирішення особистих проблем та розвитку суб'єкта, підвищення ефективності спільної професійної діяльності.

Метою статті є науково-практичне обґрунтування психотренінгової програми “Формування психологічної готовності військовослужбовця Національної гвардії України до ризику у службово-бойовій діяльності”.

Виклад основного матеріалу. За допомогою теоретико-методологічного та емпіричного досліджень психологічної готовності військовослужбовців НГУ до ризику у службово-бойовій діяльності, проведених у Національній академії НГУ науково-дослідною лабораторією морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності НГУ, визначено, що психологічна готовність військовослужбовця до ризику у службово-бойовій діяльності – це здатність особистості приймати адекватні рішення про дії та досягати успіху під час виконання поставлених службово-бойових завдань у вітальних умовах, мотивуючись інтеріоризованими цінностями суспільства та професійними нормами, застосовуючи вольові якості, професійні компетенції, які посилені взаємодопомогою між співслужбовцями, а також навички саморегуляції [7].

Структуру психологічної готовності у військовослужбовців НГУ до ризику у службово-бойовій діяльності складають такі компоненти: здатність до вольового зусилля (психологічні характеристики особистості – рішучість, сміливість, воля); військова товарицькість (товарицькість, толерантність, довіра); професійна ідентичність (патріотичність, законотворчість та професійна гідність); витримка (самовладання) (організованість, дисциплінованість, обережність) [7]. У структурі психологічної готовності військовослужбовців НГУ до ризику у службово-бойовій діяльності найбільшу специфічність мають такі компоненти, як військова товарицькість та професійна ідентичність.

За допомогою регресійного аналізу даних експериментального дослідження визначено, що психологічна готовність у

військовослужбовців НГУ до ризику у службово-бойовій діяльності має в своїй основі три складові: зосередженість на виконанні поставленого завдання; високий рівень взаємодії; здатність контролювати свій страх (у своїй основі має специфічну для військовослужбовців мотивацію – мотивацію обов'язком) [8]. Ці три складові у професійних військовослужбовців мають специфіку прояву залежно від особливостей їх професіоналізації, набуття професіоналізму.

Визначено, що у офіцерів психологічна готовність до ризику у службово-бойовій діяльності буде вища, якщо оптимально розв'язані такі суперечності, що визначають їх професійне становлення:

- контроль над собою і ситуацією / здатність спонтанно діяти за ситуацією;
- прийняття повної відповідальності на себе за своїх підлеглих / делегування відповідальності;
- відверті / формальні стосунки з підлеглими;
- “розумна обережність” / сміливість.

У військовослужбовців військової служби за контрактом до таких суперечностей належать:

- точність виконання наказу / здатність проявляти тактичну гнучкість під час виконання наказу;
- довіра командирів / виконавча самостійність;
- висока довіра товаришам / формальність у міжособистісних стосунках;
- напруженість / спокій (як особливості саморегуляції у разі прогнозування небезпеки, що вироблені на основі особистого досвіду);
- обережність / схильність до ризикованих дій (як особливості виконавчих дій, вироблених на основі досвіду).

У військовослужбовців строкової служби, своєю чергою, така готовність багато в чому є похідною від особливостей їх соціалізації (а не професіоналізації, як у офіцерів чи військовослужбовців військової служби за контрактом). Тому у них психологічна готовність до ризику у службово-бойовій діяльності буде вище у зв'язку з тим, наскільки ефективно будуть розв'язані суперечності, що визначають набуття статусу у військовому колективі, а саме:

- конформізм / здатність протиставити себе групі;
- рефлексивність та чутливість до різних аспектів ситуації / самовпевненість;

– обережність / прагнення “показати” себе (ризикованість).

Таким чином, головною метою психотренінгової програми “Формування психологічної готовності військовослужбовця НГУ до ризику у службово-бойовій діяльності” є оптимізація процесу розвитку компонентів психологічної готовності військовослужбовців НГУ до ризику у службово-бойовій діяльності, що вирішує низку завдань: формування вольової саморегуляції (рішучості, сміливості, волі); формування комунікативного вміння (довіра, толерантність, товарицькість); розвиток здатності до позитивного самоствавлення та адекватної самооцінки, оцінки інших людей та їхніх відносин; формування здатності до рефлексії; формування і розвиток здібності прогнозувати поведінку людей і передбачати результати власної діяльності; розвиток особистісних рис, властивих військовослужбовцю-професіоналу; актуалізація наявних професійних властивостей та вмінь особистості; збагачення професійного і життєвого досвіду. Під час розробки психотренінгової програми були враховані специфіка проходження служби офіцерами, військовослужбовцями військової служби за контрактом та військовослужбовцями строкової служби і наведені вище суперечності, що визначають їх професійне становлення, тому було запропоновано програму формування психологічної готовності до ризику у службово-бойовій діяльності окремо для кожної категорії військовослужбовців.

Програма соціально-психологічного тренінгу “Формування психологічної готовності військовослужбовця НГУ до ризику у службово-бойовій діяльності” складається з чотирьох блоків по 6 год (чотири дні занять по 6 год з перервою 40 хв), вправи яких спрямовані на розвиток чотирьох компонентів психологічної готовності до ризику у службово-бойовій діяльності. Вправи, що входили до складу соціально-психологічного тренінгу, були розроблені або запозичені в інших дослідників [9–13] та адаптовані відповідно до мети та завдань тренінгу. Відбір вправ психотренінгової програми відбувався згідно зі змістом компонента психологічної готовності до ризику у службово-бойовій діяльності, який потрібно розвивати. Окремі вправи, якими розпочинається і завершується кожне заняття, релаксаційні вправи містять психологічне

навантаження і сприяють розвитку групового процесу в тренінговій групі, забезпечують групову динаміку та формують групову згуртованість.

В основі психотренінгової програми лежить принцип поетапності, який сприяє поступовому, більш глибокому розумінню кожним учасником самого себе. Кожна вправа логічно впливає із попередньої і є змістовною основою для наступної, так само пов’язані між собою дні занять.

Методичними прийомами психотренінгової програми є: бесіди; анкетування та тестування; словесні та рухливі ігри і вправи; аналіз й інсценування різних психологічних етюдів та ін. Обов’язковими процедурами є індивідуальна та групова рефлексії, що використовуються на кожній тренінговій зустрічі.

Психологічні умови роботи тренінгової групи створювалися з урахуванням:

- інформаційно збагаченого середовища;
- відсутності регламентації поведінки;
- позитивної творчої атмосфери;
- заборони негативного оцінювання;
- навчання креативним способам мислення;
- демонстрації високих результатів відомих і досвідчених фахівців;
- встановлення соціальних професійних контактів з метою набуття позитивного досвіду;
- мотиваційного оточення особистості.

Нижче наведено перелік вправ, що складають блоки психотренінгової програми для військовослужбовців різних категорій (див. таблицю). З повним описом вправ та ефективністю розробленої програми більш детально можна ознайомитись у монографії “Психологічна готовність до ризику військовослужбовців НГУ” [13].

На завершальному етапі відпрацювання психотренінгової програми з військовослужбовцями відбувається підбиття підсумків тренінгової групи за весь період; здійснюється кількісний і якісний аналіз важливих складових тренінгових вправ.

З метою підбиття підсумків та оцінювання ефективності психотренінгової програми військовослужбовцям необхідно пройти анкетування (приклад анкети наведено на с. 65).

Окрім цього, не тільки підбиваються підсумки відпрацювання психотренінгової програми у цілому, а також намічаються шляхи подальшої роботи над собою кожним членом тренінгової групи.

*Заняття з елементами психотренінгових вправ для військовослужбовців
(кожне заняття по 6 навчальних годин, усього 40 годин)*

Перелік вправ для військовослужбовців різних категорій		
офіцерів	військової служби за контрактом	строкової служби
Заняття 1 Вступ, самопрезентація. “Внутрішнє виправдання”; “Самопрезентація”; “Сон про майбутнє”; “Спільне малювання карти майбутнього”; “Карта майбутнього”. Оцінка стану / експрес-діагностика (40 хв)	Заняття 1 Вступ, самопрезентація. “Очі в очі”; “Дві шеренги”; “Присідуюшки”; “Болото”; “Хороше у поганому”. Оцінка стану / експрес-діагностика (40 хв)	Заняття 1 Вступ, самопрезентація. “Кулька у повітрі”; “Розуміння цілей”; “Пори року моєї душі”; “Гірська вершина”; “Людина”; “Пошук найкращої альтернативи”. Оцінка стану / експрес-діагностика (40 хв)
Заняття 2 “Коло і трикутник”; “Дюжина”; “Піднімається зі стільців”; “Рухи по одному”; “Дві шеренги”; “Сова”.	Заняття 2 “Утримати рівновагу”; “Відчуття часу”; “Свідомий контроль”; “Берлінська стіна”; “Багатоніжка”; “Ледачі вісімки”.	Заняття 2 “Самоаналіз”; “Самоконтроль”; “Доведи за мене справу до кінця!”; “Скажи ні”; “Складні ситуації”; “Валіза”; “Свічка”.
Заняття 3 “Свідомий контроль”; “Утримати рівновагу”; “Відчуття часу”; “Вантажник”; “Багатоніжка”; “Ледачі вісімки”.	Заняття 3 “Коло і трикутник”; “Дюжина”; “Піднімається зі стільців”; “Лабіринт”; “Рухи по одному”; “Сова”.	Заняття 3 “Мій досвід і моменти професійної діяльності”; “Премія”; “Я пишаюся”; “Самопрезентація”; “Митниця”; “Дерево професійного зростання”; “П’ять кроків”; “Поговоримо про день вчорашній”.
Заняття 4 Рольова гра “Самодопомога при тривозі”. Вправи: “Поза кучера на дрожках”; “Людина”; “Я пишаюся”; “Мішень”. Анкетування “Ефективність тренінгу”.	Заняття 4 Рольова гра “Самодопомога при тривозі”. Вправи: “Поза кучера на дрожках”; “Людина”; “Відомий”; “Сенс життя”; “Мішень”. Анкетування “Ефективність тренінгу”.	Заняття 4 Рольова гра “Самодопомога при тривозі”. Вправи: “Привіт, індивідуальності!”; “Берлінська стіна”; “Впасти зі стільця”; “Я так боюся...”; “Що зупиняє мене?”; “Упевненість в собі”; “Самооцінка”; “Мішень”. Анкетування “Ефективність тренінгу”.

Анкета оцінювання ефективності тренінгу

Шановні учасники тренінгу!

Просимо Вас відповісти на запитання анкети. Ваша думка про цей тренінг є дуже важливою для нас. Ваші оцінки допоможуть зробити нашу спільну роботу більш ефективною.

Усі ваші думки будуть враховані під час складання програми подальшого навчання.

№	Запитання	Шкала оцінки
1	Наскільки важливою для Вас була тема тренінгу?	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
2	Чи дізналися Ви щось нове для себе?	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
3	Чи зможете Ви застосовувати набуті знання на практиці?	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
4	Оцініть насиченість програми новою інформацією	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
5	Наскільки послідовно та логічно було викладено матеріал?	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
6	Оцініть обсяг викладеного матеріалу	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
7	Наскільки комфортно Ви себе почували під час викладення матеріалу?	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
8	Наскільки складно Вам було сприймати матеріал?	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
9	Оцініть темп викладення матеріалу	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
10	Наскільки Ви задоволені роботою тренера?	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Висновки

1. Високий рівень психологічної готовності військовослужбовця НГУ до ризику у службово-бойовій діяльності є суттєвим для визначення його надійності, запобігання розвитку його негативних емоційних станів, деструкцій тощо. Сформувані достатній рівень психологічної готовності у військовослужбовців НГУ до ризику у службово-бойовій діяльності можливо внаслідок проведення з ними психотренінгової програми “Формування психологічної готовності військовослужбовця НГУ до ризику у службово-бойовій діяльності”.

2. Розроблена програма визначається трьома традиційними етапами, а саме це встановлення наявних недоліків, формування і закріплення нових знань. Ефективність тренінгу обумовлюється урахуванням особливостей екстремальних обставин, за яких здійснюється службово-бойова діяльність військовослужбовців, правильною постановкою етапів реалізації психотренінгової програми, відповідністю вправ цілям тренінгу.

3. Програма орієнтована на формування у військовослужбовців здатності до самодетермінації, здатності приймати допомогу від товаришів, довіряти їм, дає можливість навчитися швидко виробляти і реалізовувати план дій відповідно до мінливої екстремальної ситуації, актуалізує цінності соціальної групи, навчаче зменшувати залежність від обставин тощо. Її практичне впровадження може дати змогу підвищити загальний показник психологічної готовності військовослужбовців до ризику у службово-бойовій діяльності, посилити соціально-психологічну адаптивність поведінки, збільшити відчуття внутрішнього благополуччя у військовослужбовців.

4. Психотренінгову програму “Формування психологічної готовності військовослужбовця Національної гвардії України до ризику у службово-бойовій діяльності” доцільно використовувати у діяльності психологів НГУ під час проведення заходів психологічної підготовки з особовим складом перед виконанням службово-бойових завдань в умовах підвищеного ризику.

У перспективі подальших досліджень планується можливе коригування програми “Формування психологічної готовності військовослужбовця Національної гвардії України до ризику у службово-бойовій діяльності” залежно від завдань та функцій, що покладені на особовий склад Національної гвардії України.

Перелік джерел посилання

1. Melnyk Yu. B., Prykhodko I. I., Stadnik A. V. (2019). Medical-psychological support of specialists'

professional activity in extreme conditions. *Minerva Psichiatrica*, 60:4, 158-168.

2. Сидоренко Е. В. Тренінг комунікативно й компетентності в деловому взаємодії. Санкт-Петербург : Речь, 2003. 208 с.

3. Емельянов Ю. Н., Кузьмин Е. С. Теоретические и методические основы социально-психологического тренинга. Ленинград : Ленинград. гос. ун-т, 1983. 103 с.

4. Лефтеров В. О. Психологічні тренінгові технології в органах внутрішніх справ : монографія. Донецьк : ДЮІ, 2007. 242 с.

5. Колесніченко О. С., Мацегора Я. В., Приходько І. І., Юр'єва Н. В. Професійно-психологічний тренінг військовослужбовців Національної гвардії України. Харків : НАНГУ, 2019. 194 с.

6. Захарова Г. И. Теория и методика психологического тренинга. Челябинск : Изд-во ЮУрГУ, 2008. С. 44.

7. Лиман А. А., Приходько І. І., Морозова Л. В. Визначення структури психологічної готовності до ризику військовослужбовців Національної гвардії України. *Честь і закон*. 2019. № 4 (71). С. 117–125. DOI:<https://doi.org/10/33405/207880/2019/4/71/196998>.

8. Колесніченко О. С., Приходько І. І., Мацегора Я. В., Юр'єва Н. В. Прогнозування психологічної готовності до ризику фахівців екстремальних видів діяльності. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Психологічні науки*. Хмельницький : НАДПСУ, 2016. № 2 (4). С. 115–138.

9. Автоматизований психодіагностичний комплекс визначення професійної придатності кандидатів на військову службу у внутрішні війська МВС України і навчання у вищих військових навчальних закладах МВС України / І. В. Воробйова та ін. Харків : Акад. ВВ МВС України, 2012. 297 с.

10. Приходько І. І. Програма формування, підтримання та збереження психологічної безпеки особистості у персоналу екстремальних видів діяльності. *Причорноморські психологічні студії*. 2017. № 1. С. 73–80.

11. Практична психологія / М. С. Корольчук та ін. Київ : КНТУ, 2014. 444 с.

12. Моросанова В. И., Коноз Е. М. Стилевая саморегуляция поведения человека. *Вопросы психологии*. 2000. № 2. С. 118–127.

13. Мілорадова Н. Е., Шеховцова Е. В., Федоренко О. І., Доценко В. В. Тренінг розвитку професійних настановлень майбутніх правоохоронців. Харків : ХНУВС, 2015. 120 с.

14. Психологічна готовність до ризику військовослужбовців Національної гвардії України / О. С. Колесніченко та ін. Харків : НАНГУ, 2019. 257 с. С. 202.

Стаття надійшла до редакції 04.02.2020 р.

УДК [159.9.07+331.461]:355/351.74

А. А. Лиман

ПСИХОТРЕНИНГОВАЯ ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ НАЦИОНАЛЬНОЙ ГВАРДИИ УКРАИНЫ К РИСКУ В СЛУЖЕБНО-БОЕВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Рассмотрен вопрос разработки психотренинговых программ “Формирование психологической готовности военнослужащего Национальной гвардии Украины к риску в служебно-боевой деятельности” для каждой категории военнослужащих. Приведены определение понятия “психологическая готовность военнослужащего Национальной гвардии Украины к риску в служебно-боевой деятельности”, структурные компоненты. Обосновано, что психологическая готовность военнослужащего Национальной гвардии Украины к риску в служебно-боевой деятельности в своей основе имеет три составляющие: сосредоточенность на выполнении поставленного задания; высокий уровень взаимодействия; способность контролировать свой страх. Представлена авторская анкета оценивания эффективности психотренинговой программы “Формирование психологической готовности военнослужащего Национальной гвардии Украины к риску в служебно-боевой деятельности”.

Ключевые слова: *военнослужащие, Национальная гвардия Украины, служебно-боевая деятельность, риск, психологическая готовность, тренинг, психотренинговая программа.*

UDC[159.9.07+331.461]:355/351.74

A. Lyman

PSYCHO-TRAINING PROGRAM FOR FORMATION OF PSYCHOLOGICAL READINESS FOR RISK OF MILITARY PERSONNEL OF THE NATIONAL GUARD OF UKRAINE

The article is devoted to the issue of developing a psycho-training program “Formation of psychological readiness for risk of military personnel of the National Guard of Ukraine”. The definition of the concept of “training” is given; the general stages of conducting training programs are given.

The author provides an interpretation of the term “psychological readiness for risk of military personnel of the National Guard of Ukraine”, its structural components. Psychological readiness for the risk of the military personnel of the National Guard of Ukraine can be defined as the ability of a person to attract all his potential (personal characteristics, knowledge, skills and abilities) and internal and external resources in order to achieve the planned plan of action in previously unknown circumstances. The psychological readiness for risk of military personnel of the National Guard of Ukraine has three main components: focus on the task, high level of interaction, ability to control your fear.

The psycho-training program is designed to optimize the development process of the components of psychological readiness for risk of military personnel of the National Guard of Ukraine.

This solves a number of problems: the formation of volitional self-regulation (decisiveness, courage, will); the formation of a communicative skill (trust, tolerance, sociability); the development of the ability to have a positive attitude towards oneself and adequate self-esteem, evaluating other people and their relationships; formation of the ability to reflection; the formation and development of the ability to predict people's behavior and predict the results of their own activities; development of personality traits inherent in a professional military personnel; enriching professional and life experience.

The author's questionnaire for evaluating the effectiveness of the psycho-training program “Formation of psychological readiness to risk for military personnel of the National Guard of Ukraine” is presented.

Keywords: *military personnel, National Guard of Ukraine, risk, psychological readiness, formation of readiness to risk, training, psycho-training program.*

Лиман Анастасія Андріївна – науковий співробітник науково-дослідного центру службово-бойової діяльності НГУ Національної академії Національної гвардії України

<https://orsid.org/0000-0001-5484-3378>