



Міністерство оборони України

**СТАНДАРТ ПІДГОТОВКИ
I – СТ - 4**

**Індивідуальна підготовка
військовослужбовця
з психологічної підготовки**

Облік змін та поправок, які внесено після видання цього стандарту

Порядковий номер зміни, поправки	Дата і номер наказу про затвердження поправки	В якому місці документа розміщено зміну, поправку

Передмова

I. Цей військовий стандарт розроблено Головним управлінням по роботі з особовим складом Збройних Сил України. Розробники І.М.Чубенко (керівник розробки), В.В.Котвіцький, В.В.Григор'єв, Е.С.Литвиненко.

II. Цей військовий стандарт погоджено видами Збройних Сил України, структурними підрозділами Міністерства оборони України та органами військового управління Збройних Сил України.

III. Цей військовий стандарт передбачено для застосування Міністерством оборони України та Збройними Силами України.

Міністерство оборони України не несе відповідальності за наслідки застосування цього стандарту не за призначенням.

IV. Усі питання, що стосуються цього військового стандарту направляти до Головного управління по роботі з особовим складом Збройних Сил України.

ЗМІСТ

ВСТУП	5
1. СФЕРА ЗАСТОСУВАННЯ.....	5
2. НОРМАТИВНІ ПОСИЛАННЯ	5
3. ТЕРМІНИ ТА ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТЬ.....	5
4. СКОРОЧЕННЯ ТА УМОВНІ ПОЗНАЧЕННЯ	6
5. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА ОСОБОВОГО СКЛАДУ	7
Додаток 1. Інструкція щодо виконання дій за стандартом.....	14
Додаток 2. Матеріально-технічна база для виконання стандарту.....	28
Додаток 3. Оціночний лист до стандарту психологічної підготовки	29
Додаток 4. Методичний посібник (рекомендації) за варіантами проведення занять.....	30

ВСТУП

Цей військовий стандарт визначає мінімальний обсяг знань, навичок та вмінь з психологічної підготовки особового складу військ (сил) (за виключенням офіцерів по роботі з особовим складом) з питань організації і проведення психологічної підготовки і послідовність досягнення кожним військовослужбовцем бойових спроможностей до виконання конкретних завдань, а також визначає критерії їх оцінки.

1. СФЕРА ЗАСТОСУВАННЯ

Положення цього стандарту застосовують під час організації та проведення психологічної підготовки особового складу військ (сил).

2. НОРМАТИВНІ ПОСИЛАННЯ

Позначення документа	Назва
Наказ Міністра оборони України від 27.12.2006 № 752	Про затвердження Положення про стандартизацію у воєнній сфері
Наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 15.10.2012 № 215	Про затвердження Інструкції про порядок і правила застосування військових стандартів у Збройних Сил України
Директива Генерального штабу Збройних Сил України ДГШ-6 від 03.07.2012	Про впровадження військових стандартів у діяльність Збройних Сил України

3. ТЕРМІНИ ТА ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТЬ

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА – цілісний і організований процес формування у військовослужбовців психічної стійкості та психологічної готовності до дій у бою, у складних і небезпечних умовах, в обстановці, яка різко змінюється, під час тривалої нервово-психологічної напруги, подолання труднощів, пов'язаних із виконанням військового обов'язку як у воєнний, так і у мирний час.

ОБ'ЄКТ психологічної підготовки – військовослужбовець, військові підрозділи.

СУБ'ЄКТ психологічної підготовки – командири (начальники), офіцери по роботі з особовим складом, інструктори, викладацький склад навчальних закладів (підрозділів).

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА – вид психологічної підготовки особового складу, завданням якого є формування і удосконалення єдиних для військовослужбовців психологічних якостей згідно з вимогами сучасної війни.

СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА – вид психологічної

підготовки особового складу, завданням якого є розвиток специфічних військово-професійних якостей військовослужбовців відповідного роду військ, напрацювання високої бойової активності та психічної стійкості, навичок поведінки в екстремальних умовах.

ЦІЛЬОВА ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА – вид психологічної підготовки особового складу, завданням якого є адаптація психіки воїна до умов виконання бойового завдання, формування бойового психічного стану, напрацювання чіткої внутрішньої установки на підготовку до конкретного бою (виконання завдань за призначенням).

МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ – систематизована сукупність дій для вирішення визначених завдань або досягнення визначеної мети психологічної підготовки.

Методи психологічної підготовки поділяють на вербальні та практичні.

Вербальні методи умовно складаються з методу переконання, методу навіювання та психологічного консультування військовослужбовців.

Практичні методи вбирають в себе моделювання психологічних факторів (чинників) бою, психологічні вправи і тренування, метод аварійних ситуацій, метод стресових впливів, метод вольової регуляції.

ФОРМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ – встановлений зразок, сукупність прийомів і засобів проведення психологічної підготовки.

Формами психологічної підготовки особового складу до бойових дій (виконання завдань за призначенням) є:

психологічна просвіта – систематичне та організоване розповсюдження серед військовослужбовців психологічної інформації з метою формування у них розуміння закономірностей функціонування людської психіки і поведінки людей в екстремальних умовах бойової обстановки, знання шляхів і способів управління можливостями власної психіки та надання психологічної допомоги іншим військовослужбовцям;

заняття з предметів бойової підготовки, орієнтованих на розвиток необхідних психологічних якостей та станів;

спеціальні форми: психотренінги, прийоми психологічної саморегуляції тощо.

4. СКОРОЧЕННЯ ТА УМОВНІ ПОЗНАЧЕННЯ

ПГ	психологічна готовність
ПП	психологічна підготовка
ПС	Психічна стійкість
НТК ПП	навчально-тренувальний комплекс психологічної підготовки

5. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА ОСОБОВОГО СКЛАДУ

5.1 ЩО ПОТРІБНО ВІДПРАЦЮВАТИ:

1. Вивчити:

фактори негативного впливу на психіку військовослужбовця під час виконання завдань за призначенням. Шляхи і способи їх нейтралізації;

форми та способи надання психологічної допомоги (самопомоги) під час виконання навчально-бойових завдань.

2. Відпрацювати практично:

заходи психологічної підготовки особового складу під час застосування штатного озброєння і військової техніки під час виконання завдань за призначенням;

практичні форми і методи психологічної підготовки особового складу до виконання завдань у складі групи (відділення) у відриві від основних сил в умовах виконання навчально-бойових завдань.

5.2 ЧОГО ПОТРІБНО ДОСЯГТИ:

1. Набути практичних навиків щодо формування індивідуальної психологічної готовності військовослужбовців до виконання навчально-бойових завдань.

2. Знати шляхи, способи, форми та методи подолання (нейтралізації) посттравматичних стресових розладів (ПТРС) та бойових психічних травм (БПТ).

3. Знати практично вміти надати психологічну допомогу (самопомогу).

5.3 УМОВИ ВИКОНАННЯ СТАНДАРТУ:

Заняття з психологічної підготовки особового складу проводяться з підрозділами взвод і йому рівних під керівництвом заступника командира підрозділу з виховної роботи (по роботі з особовим складом), офіцера-психолога. До проведення занять з психологічної підготовки за необхідності залучають медичних фахівців (лікарів, фельдшерів, санітарних інструкторів).

Психологічна підготовка організовується і проводиться в системі комплексу занять з бойової підготовки і як вивчення окремих питань у суворій відповідності до визначеної теми занять індивідуально або у складі групи (підрозділу) чисельністю не більше 30 осіб.

Планування психологічної підготовки здійснюється командирами і штабами (начальниками) військових частин (закладів, підрозділів) за участі заступника командира військової частини (підрозділу) по роботі з особовим складом відповідно до навчальної програми.

Заняття з психологічної підготовки проводяться в польових умовах, у комплексі занять бойової підготовки з конкретною прив'язкою до визначеної теми занять з тактичної та вогневої підготовки загальною тривалістю кожного заняття – одна навчальна година.

При цьому необхідно враховувати рекомендації Методичного посібника з психологічної підготовки, який розроблено Головним управлінням по роботі з особовим складом Збройних Сил України. Орієнтовна тематика занять з психологічної підготовки може бути уточнена та доповнена із урахуванням специфіки бойової підготовки видів та родів військ (спеціальних військ).

Психологічна підготовка здійснюється із застосуванням словесно-наочного методу навчання, виконання вправ та тренувань, моделювання психологічних факторів (чинників) бою, методами аварійних ситуацій, стресових впливів тощо.

Заняття з психологічної підготовки повинні бути простими для сприйняття слухачами, мати загальний характер з висвітленням основних принципів, застосування форм та методів психологічної підготовки, а також передбачати практичне відпрацювання теоретичного матеріалу (до 50 % навчального часу).

У ході психологічної підготовки основне значення надається індивідуальній підготовці військовослужбовців, хоча виконання вправ та тренування потребує постійних колективних дій.

Практичне закріплення навичок з психологічної підготовки здійснюється у ході занять з інших видів бойової підготовки (вогневої, тактичної, тактико-спеціальної та інших) як невід'ємний елемент комплексної підготовки військовослужбовця.

Заняття з психологічної підготовки в обов'язковому порядку організовуються та проводяться з особовим складом, який виконує завдання у складі миротворчих підрозділів, приймає участь у навчаннях на території інших держав.

Підсумковий контроль засвоєння військовослужбовцем отриманих знань здійснюють методом проведення контрольного заняття, який включає тестову частину (усно або письмово) й оцінку володіння практичними навичками.

5.4 ТЕМАТИЧНИЙ РОЗРАХУНОК ГОДИН:

ОРІЄНТОВНА ТЕМАТИКА

занять* з психологічної підготовки, як предмета навчання
індивідуальної підготовки за модульним принципом
під час проведення заходів бойової підготовки

I. У ході відпрацювання навчально-бойового завдання “Стабілізаційні дії”

№ з/п	Назва теми заняття
<i>а) під час вогневої підготовки</i>	
1	Фактори негативного впливу на психіку військовослужбовця під час ведення стабілізаційних дій. Шляхи і способи їх нейтралізації.
2	Психологічне гартування особового складу під час застосування штатного озброєння і військової техніки в умовах ведення стабілізаційних дій.
3	Форми та способи надання психологічної допомоги (самопомоги) під час ведення стабілізаційних дій.
<i>б) під час тактичної (тактико-спеціальної) підготовки</i>	
4	Формування психологічної готовності військовослужбовців (малої групи, відділення) до виконання завдань під час підготовки та проведення стабілізаційних дій.
5	Психологічна підготовка особового складу до виконання завдань у складі групи (відділення) у відриві від основних сил в умовах наявності обмежених запасів продовольства, посиленого та бойового режимів роботи.
6	Шляхи, способи, форми та методи подолання (нейтралізації) посттравматичних стресових розладів (ПТСР) та бойових психічних травм (БПТ).

II. У ході відпрацювання навчально-бойового завдання “Оборона”

№ з/п	Назва теми заняття
<i>а) під час вогневої підготовки</i>	
1	Фактори негативного впливу на психіку військовослужбовця під час ведення оборони. Шляхи і способи їх нейтралізації.
2	Психологічне гартування особового складу під час застосування штатного озброєння і військової техніки в ході оборони.
3	Форми та способи надання психологічної допомоги (самопомоги) під час ведення оборони.
<i>б) під час тактичної (тактико-спеціальної) підготовки</i>	

4	Формування психологічної готовності військовослужбовців (малої групи, відділення) під час підготовки та ведення оборони.
5	Психологічна підготовка особового складу до виконання завдань в умовах нанесення противником потужних авіаційних ударів, застосування високоточної та нетрадиційно зброї.
6	Шляхи, способи, форми та методи подолання (нейтралізації) посттравматичних стресових розладів (ПТРС) та бойових психічних травм (БПТ).

III. У ході відпрацювання навчально-бойового завдання “Наступ”

№ з/п	Назва теми заняття
<i>а) під час вогневої підготовки</i>	
1	Фактори негативного впливу на психіку військовослужбовця під час підготовки та веденні наступу. Шляхи і способи їх нейтралізації.
2	Психологічне гартування особового складу під час застосування штатного озброєння і військової техніки в ході наступу.
3	Форми та способи надання психологічної допомоги (самодопомоги) в ході наступу.
<i>б) під час тактичної (тактико-спеціальної) підготовки</i>	
4	Формування психологічної готовності військовослужбовців (малої групи, відділення) під час підготовки та ведення наступу.
5	Психологічна підготовка особового складу до виконання завдань у складі штурмових, рейдових та обхідних загонів.
6	Шляхи, способи, форми та методи подолання (нейтралізації) посттравматичних стресових розладів (ПТСР) та бойових психічних травм (БПТ).

IV. У ході відпрацювання навчально-бойового завдання “Специфічні дії”

№ з/п	Назва теми заняття
<i>а) під час вогневої підготовки</i>	
1	Фактори негативного впливу на психіку військовослужбовця під час підготовки та ведення специфічних дій. Шляхи і способи їх нейтралізації.
2	Психологічне гартування особового складу в умовах ведення специфічних дій (у антитерористичних операціях та під час ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій різного характеру).
3	Форми та способи надання психологічної допомоги (самодопомоги) під час ведення специфічних дій.
<i>б) під час тактичної (тактико-спеціальної) підготовки</i>	
4	Формування психологічної готовності військовослужбовців (малої

	групи, відділення) до дій в антитерористичних операціях та протидії терористичним загрозам на військові об'єкти.
5	Психологічна підготовка особового складу до виконання завдань у складі групи (відділення) під час охоронних, сторожових та патрульних дій.
6	Психологічна підготовки військовослужбовців до виконання завдань евакуації населення та організації надання гуманітарної допомоги.

V. У ході відпрацювання навчально-бойового завдання “Участь у операціях з підтримки миру”

№ з/п	Назва теми заняття
<i>а) під час вогневої підготовки</i>	
1	Фактори негативного впливу на психіку військовослужбовця під час виконання завдань з підтримки миру. Шляхи і способи їх нейтралізації.
2	Психологічне гартування особового складу під час застосування штатного озброєння і військової техніки в ході виконання миротворчих завдань.
3	Форми та способи надання психологічної допомоги (самопомоги) під час виконання завдань з підтримки миру.
<i>б) під час тактичної (тактико-спеціальної) підготовки</i>	
4	Дії військовослужбовця у разі захоплення у полон (заручником).
5	Психологічна підготовка особового складу до виконання завдань у складі групи (відділення) під час охоронних, спостережних та патрульних дій.
6	Посттравматичні стресові розлади, шляхи і засоби їх подолання. Відновлення психіки та функціональних станів організму військовослужбовців. Психологічна реабілітація (реадаптація) особового складу.

Позначення: * - заняття з психологічної підготовки проводяться в польових умовах, у комплексі занять бойової підготовки з конкретною прив'язкою до визначеної теми занять з тактичної та вогневої підготовки загальною тривалістю кожного заняття – одна навчальна година. При цьому необхідно враховувати рекомендації Методичного посібника з психологічної підготовки, який розроблено Головним управлінням по роботі з особовим складом Збройних Сил України. Орієнтовна тематика занять з психологічної підготовки може бути уточнена та доповнена із урахуванням специфіки бойової підготовки видів та родів військ (спеціальних військ).

5.5 АЛГОРИТМ (ПОРЯДОК) ВІДПРАЦЮВАННЯ СТАНДАРТУ

Фаза 1 – доводиться протягом визначеного часу ознайомчої лекції з психологічної підготовки з усвідомленням проблемного питання щодо наявності факторів негативного впливу на психіку військовослужбовців. Основним методом навчання являється словесно-наочний. Під час першої фази психологічної підготовки обов'язково розглядаються наступні питання:

Загальні та специфічні актори негативного впливу на психіку військовослужбовця під час виконання навчально-бойових завдань.

Психологічні стани особистості в екстремальних умовах.

Особливості психологічних станів військовослужбовців при підготовці і в ході бойових дій.

Зміни боєздатності військовослужбовців залежно від тривалості сну та відпочинку.

Шляхи, форми і способи нейтралізації негативного впливу на психіку військовослужбовця.

Надання допомоги (самодопомоги) з метою нейтралізації негативного впливу факторів бою на психіку військовослужбовця.

Саморегуляція поведінки військовослужбовця в екстремальних умовах.

Фаза 2 – проводяться комплекс дій максимально наближених до умов бойової обстановки з залученням засобів імітації для створення стресової ситуації, що несе психофізичне навантаження з одночасним виконанням навчально-бойових завдань. Під час другої фази з військово-медичної підготовки обов'язково відпрацьовуються наступні питання:

Психологічне гартування особового складу під час застосування штатного озброєння і військової техніки в умовах підготовки та виконання навчально-бойових завдань.

Психологічні особливості ведення бою у місті (лісі, гірській місцевості), під час наступу (оборони), вночі.

Психологічна підготовка особового складу до виконання завдань у складі групи (відділення) у відриві від основних сил в умовах наявності обмежених запасів продовольства, посиленого та бойового режимів роботи.

Методи психологічної підготовки: навіювання, переконання, метод аварійних ситуацій, метод стресових впливів, моделювання психологічних факторів бойової обстановки.

Дії під час захоплення у полон (заручником).

Фаза 3 – проводиться для закріплення теоретичних знань практичними діями шляхом багаторозового виконання вправ (комплексу заходів). Під час третьої фази з психологічної підготовки обов'язково відпрацьовуються питання застосування способів, форм та методів подолання (нейтралізації) посттравматичних стресових розладів (ПТРС) та бойових психічних травм (БПТ).

Фактори, що визначають виникнення бойових психічних травм.

*Сутність поняття бойового стресу, його основні характеристики
Посттравматичні стресові розлади, їх ознаки.*

*Шляхи, способи, форми та методи подолання посттравматичних
стресових розладів (ПТСР) та бойових психічних травм (БПТ).*

*Психологічна підтримка. Комунікативні, організаційні, медикаментозні,
аутогенні засоби психологічної підтримки. Аутогенне тренування.*

6. ДОДАТКИ

ІНСТРУКЦІЯ ЩОДО ВИКОНАННЯ ДІЙ ЗА СТАНДАРТОМ

Основною метою психологічної підготовки є формування у особового складу психічної стійкості та психологічної готовності до бою (виконання завдань за призначенням).

Головні завдання психологічної підготовки:

забезпечення стійкої психологічної готовності військовослужбовців до захисту Батьківщини, до рішучих дій під час виконання навчальних завдань, готовності до ризику та зустрічі з небезпекою;

формування у військовослужбовців психічної стійкості до психотравмуючих факторів сучасної війни, тривалих перевантажень;

навчання їх методам попередження психотравмування, саморегуляції, виявлення ознак отримання психологічних травм;

надання першої допомоги;

створення передумов високої бойової активності військовослужбовців;

адаптація військовослужбовців до бойових умов, їх навчання основним способам самозахисту;

зниження психологічних травм, підвищення рівня професійних і бойових навичок та вмінь, фізіологічної і психологічної витривалості військовослужбовців.

Засобами психологічної підготовки є:

загальний процес бойової підготовки військ та його основні складові (вогнева, технічна, фізична, спеціальна, медична підготовка та ін.);

заняття на тренажерах, у спеціально обладнаних класах, смугах, у центрах психологічної підготовки.

Способи психологічної підготовки залежать від конкретної мети та матеріальної бази, специфічних вимог до підготовки особового складу конкретного виду та роду Збройних Сил, специфіки виконання завдань. Деякими з них є:

вміла імітація вогню супротивника, створення реальної картини бою;

створення в обстановці навчань та польових занять елементів небезпеки та раптовості;

створення умов, коли необхідно вирішувати завдання в обмежений термін, при нестачі часу;

виконання вправ неповним підрозділом, недостатньо озброєними та дієздатними військовослужбовцями.

Способи психологічної підготовки знаходять своє відображення в основних методах, які поділяють на вербальні та практичні.

Вербальні методи умовно складаються з методу переконання, методу навіювання та психологічного консультування військовослужбовців.

Практичні методи вбирають в себе моделювання психологічних факторів (чинників) бою, психологічні вправи і тренування, метод аварійних ситуацій, метод стресових впливів, метод вольової регуляції.

Формами психологічної підготовки особового складу до бойових дій (виконання завдань за призначенням) є:

психологічна просвіта – систематичне та організоване розповсюдження серед військовослужбовців психологічної інформації з метою формування у них розуміння закономірностей функціонування людської психіки і поведінки людей в екстремальних умовах бойової обстановки, знання шляхів і способів управління можливостями власної психіки та надання психологічної допомоги іншим військовослужбовцям;

заняття з предметів бойової підготовки, орієнтованих на розвиток необхідних психологічних якостей та станів;

спеціальні форми: психотренінги, прийоми психологічної саморегуляції тощо.

Планування та виконання дій за стандартом.

Час та обсяг годин для відпрацювання питань психологічної підготовки командири підрозділів визначають своїм рішенням, з урахуванням набутих підлеглими знань та навичок.

Час на відпрацювання тем та навчально-бойові завдання з психологічної підготовки можуть бути збільшені та розширені на розсуд командирів залежно від особливостей та умов військової служби.

Психологічна підготовка організовується і проводиться в системі комплексу занять з бойової підготовки і як вивчення окремих питань у суворій відповідності до визначеної теми занять індивідуально або у складі групи (підрозділу) чисельністю не більше 30 осіб.

В основі способів психологічної підготовки полягає принцип внесення в загальний процес бойової підготовки елементів психологічної напруги, раптовості, небезпеки та ризику, багатократне тренування особового складу.

Напруженість досягається збільшенням фізичних і нервово-психологічних навантажень шляхом створення обстановки з наявністю різних труднощів:

інтенсивністю світлових та звукових подразників, характерних для бою;
відсутністю достатньої інформації та часу;
проведенням занять в складних погодних і кліматичних умовах;
безперервністю денних та нічних дій;
проведенням занять та стрільб в нічних умовах;
постійним впливом противника;
наявністю “втрат” у озброєнні і техніці;
наочністю зовнішньої картини бойової діяльності;
тривалим виконанням обов’язків в умовах ізоляції, складних умовах обстановки, при наявності елементів небезпеки.

Раптовість досягається застосуванням засобів імітації, а також: створенням “несправностей” озброєння, бойової техніки, “виходом з ладу” номерів розрахунків, членів екіпажу; швидкою зміною ввідних і обстановки;

раптовим застосуванням перешкод та загороджень;
 активними діями противника;
 раптовим проведенням бойових тривог;
 проведенням занять (тренувань) на незнайомій місцевості.

Внесення в процес бойової обстановки елементів **бойового ризику** досягається:

подоланням складних перешкод в умовах реальної фізичної небезпеки;
 атакуючими діями за розривами снарядів і мін;
 метанням бойових гранат в атаці на ходу, без зупинки;
 форсування водних перешкод вплав та на підручних засобах.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ОСОБОВОГО СКЛАДУ

Виконання дій за сценарієм організовується з **обов'язковим урахуванням:**

основних завдань, що покладені на військову частину, підрозділ;
 наявного ступеня колективної та індивідуальної професійної, фізичної та психологічної підготовки військовослужбовців;
 тематики, загальної мети та завдань навчання (тренування);
 необхідності суворого дотримання мір безпеки під час проведення занять, збереження життя і здоров'я особового складу.

Так, під час вогневої підготовки основні заходи спрямовуються на створення різних за складністю умов, перешкод, відпрацювання вправ у різних погодних умовах, терміну доби і року. Проводиться стрільба з різних видів зброї з різними комбінаціями цілей, з створенням перешкод і загороджень на шляху стрільби, з підвищенням швидкості руху як стрільця так і мішеней.

Під час технічної підготовки основним завданням є оволодіння різними типами машин, зменшення часу їх підготовки і ремонту, зменшення водобоязливості і вміння долати перешкоди під “вогнем” і “вибухами”.

Заняття з фізичної підготовки повинні включати у себе марш-кидки і багатоборство, додання вогневих смуг з вибуховими ефектами, додання “тропи розвідника” (штурмових полос) відразу після кросу, пересування сильно пересіченою місцевістю, включення до тренувань завдань гірської підготовки, боксу і рукопашного бою.

Для спеціальної підготовки важливими є елементи імітації, навчання на незнайомій місцевості з умовною втратою зв'язку, в умовах дії отруйних речовин, проведення збору особового складу у різний час доби, виконання завдань скороченим складом із збільшенням психічного навантаження, метання бойових гранат, додання водних перешкод із зброєю у складі відділень (груп, екіпажів, розрахунків).

Під час розташування на місці основними питаннями психологічної підготовки, що підлягають вивченню є питання організація психологічної підготовки в загальній системі бойової підготовки та повсякденної діяльності, ознайомлення особового складу з факторами негативного впливу на психіку

військовослужбовця в особливих умовах військово-професійної діяльності (бойових дій), опанування посадовими особами методами керівництва та організації психологічної підготовки особового складу.

Під час пересування підрозділів в основному відпрацьовуються питання організації психологічної підготовки особового складу методами аварійних ситуацій, стресового впливу, виконання завдань у складі неповних відділень (розрахунків, екіпажів), практичні справи саморегуляції та аутотренінгу а також дії та поведінка військовослужбовця у разі захоплення у полон (заручники), організація психологічної підготовки особового складу до виконання завдань у складі групи (відділення) у відриві від основних сил в умовах обмеження матеріальних запасів, порушення режиму діяльності і відпочинку.

Під час занять з ведення наступального (оборонного) бою змістом основних питань психологічної підготовки є закономірності психічних проявів та їх вплив на поведінку військовослужбовця у бою, бойовий стрес і його основні характеристики, шляхи і способи підтримки психологічної стійкості і бойової активності особового складу в ході бойових дій.

При цьому супутніми завданнями занять з бойової підготовки в інтересах психологічної підготовки є:

формування у військовослужбовців стійкої системи світогляду, розуміння внутрішньої та зовнішньої політики держави, свідомого відношення до призначення, мети та завдань Збройних Сил України;

постійний аналіз морально-психологічної обстановки, підготовка пропозицій і забезпечення виконання рішень щодо підтримання психологічної стійкості особового складу бригади (полку) і зниження психогенних втрат;

розвиток у особового складу високих моральних якостей, звичок до дотримання норм загальнолюдської моралі, чесності, гуманізму, колективізму, товариства та взаємодопомоги, довіри до командирів і начальників, дисциплінованості, намагання до удосконалення військової майстерності;

виховання у офіцерів відповідальності за організацію бою, стійкого управління підрозділами під час ведення бойових дій; розвиток у них високих волевих якостей;

проведення заходів психологічного супроводу особового складу під час ведення бойових дій;

сприяння підвищенню бойової активності та бойової напруги військовослужбовців в ході виконання бойових завдань;

організація психологічної допомоги військовослужбовцям та психологічної реабілітації у воєнний час;

вивчення та корегування соціально-психологічного клімату, згуртування військовослужбовців взводу, утвердження культури поведінки у взаєминах між військовослужбовцями;

вивчення індивідуальних якостей та психологічних особливостей військовослужбовців з метою запобігання правопорушень, усіх проявів неадекватної поведінки;

надання методичної допомоги сержантському та старшинському складу з питань методичного керівництва наданням психологічної допомоги підлеглим.

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА ОСОБОВОГО СКЛАДУ РОДІВ ВІЙСЬК (СИЛ).

Психологічна підготовка розвідників.

Одне з головних завдань психологічної підготовки розвідників – **виховання в них безстрашності, сміливості і рішучості в діях.** Для виховання цих якостей з розвідниками повинні проводитися спеціальні заняття на обладнаних навчальних місцях: стрибок через рів шириною 2,5-3 м, наповнений водою; кидання гранати, стрибок через вікно в палаючий будинок і ведення рукопашного бою в ньому; подолання кам'яної стінки висотою 2 м і рову з водою за нею глибиною 0,5 м і шириною 3 м (стінка долається за допомогою другого розвідника); стрибок у воду з розбігу і подолання водної перешкоди шириною 30-50 м уплав у повному спорядженні; вихід з води, зайняття окопу і кидання гранати по танку, що рухається; подолання дротяного паркану на високих колах під напругою електричного струму за допомогою другого розвідника, що піднімає нижній дріт рогатками; підйом по штурмових сходах на спостережну вишку висотою 5-8 м і спуск з неї по канату чи мотузці; ходіння по стіні чи по колоді на висоті 5-10 м; подолання рову з водою по канату чи по балці зруйнованого моста довжиною 30-50 м на висоті 5-10 м; подолання маршруту довжиною 20-30 км по пересіченій місцевості вночі з виходом у заданому місці за компасом тощо. необхідно також практикувати виконання окремих вправ “з виживання”, виховуючи стійкість, мужність і самостійність у діях. Більше третини всіх тактичних занять із розвідниками повинні проводитися вночі, а також в умовах поганої видимості – у дощ, туман, заметіль, завірюху і при сильному задимленні атмосфери.

Психологічна підготовка особового складу високомобільних десантних військ.

Основним напрямком щодо **виховання морально-вольової стійкості воїнів-десантників є повітрянодесантна підготовка** у процесі всієї динаміки навчання десантної майстерності. Добре зарекомендував себе метод вивчення матеріальної частини людських десантних парашутів щодо процесу їх розкриття. При вивченні кожної частини парашута необхідно добиватися не тільки глибоких знань її призначення і будови, але і постійно підкреслювати її надійність і запас міцності. Особлива увага приділяється вивченню процесу розкриття парашута. Неухильне дотримання воїнами-десантниками інструкції з цього питання забезпечує безвідмовне наповнення зустрічним потоком повітря куполу парашута. У процесі занять можна продемонструвати навчальну кінострічку, де наочніше і переконливо може бути показано процес розкриття і взаємодії частин парашута. Іншим відповідальним етапом підготовки воїна-десантника є укладання парашуту. Під час контролю етапів укладання парашутів військовослужбовці набувають певні навички, що в подальшому надає їм впевненість, недопущення помилок, які можуть допускатись у процесі укладання. Психологічна підготовка воїнів-десантників набуває особливого характеру при відпрацюванні вправ на елементах повітрянодесантного комплексу. Це етап навчання наближений до умов реального стрибка. Тому

майбутній стрибок з парашутом не буде для нього новим, не викликатиме у нього негативних емоцій, які могли б послабити його волю на стрибок. Також вивчення правил і відпрацювання техніки щодо розкриття запасного парашута при аварійній ситуації в повітрі, дають військовослужбовцям практичні навички приведення цього засобу врятування життя в дію та прищеплюють їм волю і психологічну стабільність. Отже на завершальному етапі, при здійсненні практичного десантування, у воїнів-десантників зростає психологічна напруга, тобто відчуття польотно-стрибкового страху. Для подолання цього негативного стану слід підсилити позитивні збудливі процеси психіки кожного військовослужбовця, щоб воїн подолав в собі коливання і здійснив стрибок. Саме тут командир підрозділу подає особистий приклад у виконанні стрибку.

Підготовка особового складу ракетних військ та артилерії.

Особливості підготовки ракетників обумовлені специфікою їх бойової діяльності, це постійна висока бойова готовність, вирішальна залежність підготовки і пуску ракет від дій окремих виконавців, складність технічного виконання операцій з підготовки і пуску ракет всіма спеціалістами, що потребує підвищених вимог до розвитку у них уваги, сприйняття, пам'яті, мислення і самоконтролю.

Психологічна готовність ракетників до ведення бойових дій виховується як готовність будь-якою ціною виконати наказ щодо нанесення ракетних ударів по противнику. Особливу увагу необхідно приділяти навчанню ракетників рішучим діям у випадку раптового нападу противника, його диверсійних дій, виховувати у них винахідливість та ініціативу, самостійно приймати рішення при втраті зв'язку зі старшими начальниками. Для формування у ракетників почуття впевненості в досконалості своєї зброї необхідно підкреслювати високі тактико-технічні характеристики, бойові властивості, експлуатаційну і технічну надійність цієї зброї. Для формування технічного мислення необхідно, щоб ракетники набули твердих знань у сфері будови і дії техніки, що ними експлуатується, і на цій основі отримали чітке уявлення про роботу апаратури, щоб швидко і правильно приводити ввірену техніку в готовність до роботи. Для відпрацювання стійкості оперативної пам'яті і технічного мислення на тренуваннях і заняттях збільшувати кількість задач, обмежувати час на їх виконання і скорочувати чисельний склад розрахунків. Вводити завади і подразники: шуми, вибухи, втрату зв'язку несприятливі умови для роботи. Почуття впевненості особового складу в живучості ракетних підрозділів формується: у прихованості дій від виявлення розвідкою противника, розосередження бойових порядків, інженерного обладнання позиційних районів і маскуванні, пусків ракет з окопів та укриттів, мінімального часу перебування підрозділів поза укриттями при підготовці і після пусків ракет, організації охорони й оборони в позиційних районах, на марші та при переміщеннях. Проведення навчань ракетних підрозділів в умовах “впливу” диверсійно-розвідувальних груп противника з метою знищення розрахунків ракетних систем сприяє формуванню пильності, привчає до чіткої організації охорони й оборони, до роботи розрахунками скороченого складу щодо виконання завдання в умовах “нападу” на позицію.

Специфіка бойової діяльності артилеристів формується до вправних дій зі стійкістю, моральною і фізичною витривалістю, самовладанням і мужністю, колективізмом і взаємовиручкою, вимагає психологічної готовності до єдинокорства з танками, БМП, БТР. Основи емоційно-вольової стійкості, самовладання та мужність, закладаються у артилеристів на заняттях і тренуваннях, особливо в ході подолання фобій – “літакобоязні”, “танкобоязні” і вогнебоязні. У формуванні високих вольових якостей на заняттях необхідно відпрацьовувати відбиття раптового нападу наземного і повітряного противника на вогневі позиції. У ході зміни вогневих позицій доцільно практикувати подолання військовослужбовцями різних перешкод і загороджень, ведення боротьби з диверсійними групами. Специфіка підготовки вимагає від артилерійських розрахунків тісного поєднання вправності і фізичної витривалості при веденні вогню з максимальною скорострільністю.

Підготовка оператора ПТКРС на відміну від розрахунку артилерійських систем вимагають формування в нього наступних специфічних якостей: стійкості зорово-рухових навичок, стійкості сприйняття й оцінки малих проміжків часу. Стійкість зорово-рухових навичок досягається тренуваннями оператора з управління польотом снаряда в умовах емоційної напруженості на тренажерах чи установці ПТКРС. Тренування повинні проводитися на місцевості, при постійній зміні вогневих позицій і районів цілей. Доцільно відтворювати шумові ефекти бою, стрільбу танків та інших видів зброї по оператору ПТКРС, ставити перешкоди на ділянці керування польотом снаряда; вести стрільбу в засобах захисту і в умовах обмеженої видимості. Для формування стійкого сприйняття взаємного розташування цілі, снаряда і місцевості необхідно тренування проводити в умовах перешкод і емоційної напруженості по реальних цілях. Для вироблення швидкості реакції оператора (зорово-рухової) на тренажері необхідно створювати “відведення снаряда” у звичайних умовах, а з набуттям навичок – в емоційно-напружених. Навчання точності зорово-рухової координації в керуванні польотом снаряда необхідно проводити на тренажері та вводити спеціальні вправи. Удосконалення і перевірка стійкості зорово-рухових навичок операторів ПТКРС здійснюється у ході тактичних навчань з бойовою стрільбою та на спеціальних заняттях. Формування стійкості сприйняття й оцінки малих проміжків часу проводяться на тренуваннях: підготовчих і на тренажерах. Вони проводяться з наростаючою напруженістю та застосуванням імітаційних шумів бою. Також Для вироблення стійкості, концентрації і швидкості переключення уваги на тренуваннях практикуються спеціальні вправи і тренажери з поступовим ускладненням завдань.

Психологічна підготовка особового складу підрозділів протиповітряної оборони.

Основними завданнями психологічної підготовки особового складу є досягнення стійкості навичок операторів і номерів розрахунків, формування в них нервово-психічної витривалості, розвитку уваги, оперативної пам'яті і швидкості мислення. Нервово-психічна витривалість досягається

систематичними тренуваннями в режимі великого напруження. Для цього створюється ускладнена повітряна обстановка, тривале перебування військовослужбовців в індивідуальних засобах захисту та підвищених температур у техніці, зміною вогневих позицій, здійсненням маршів з подоланням перешкод, відбиттям нападів наземного противника.

При підготовці операторів, в них необхідно формувати увагу, оперативну пам'ять і швидкість мислення. Для формування стійкості уваги виконуються завдання зі спостереження за групою цілей, одночасне спостереження цілей і показників приладів. Розподіл уваги формується при вирішенні завдань на шести приладах і більше. Формування якостей пам'яті будується при тренуваннях по реальних цілях (імітаційних) з нарощуванням складності. Також вирішення завдань з повторення, відтворення і порівняння радіолокаційної обстановки. При формуванні професійних якостей мислення операторів головним є розвиток швидкості їх мислення. Основою цього є тренування в оцінюванні повітряної обстановки, виборі способів супроводу цілей, тощо.

При підготовці розрахунків командних пунктів (пунктів керування) окрім формування нервово-психічної витривалості необхідно розвивати в них увагу і пам'ять. Це тренування у проводці цілей з нарощуванням складності, введення на планшетах, засобах відображення інформації, що характеризують дії повітряного противника і бойову діяльність військ і доведенням до старших начальників.

Підготовка розрахунків (екіпажів) зенітно-ракетних підрозділів вимагає у військовослужбовців поряд із нервово-психологічною стійкістю почуття впевненості у своїй зброї, технічного мислення, швидкості реакції, уваги і високої відповідальності за підтримання техніки в підвищеній бойовій готовності. Почуття впевненості у своїй зброї відбувається при вивченні та експлуатації техніки. Також приділяється увага щодо небезпечності робіт з ракетами та уміння діяти в аварійних ситуаціях. Технічне мислення формується на знаннях з будови і взаємодії окремих систем (механізмів, приладів) і комплексу в цілому. На заняттях необхідно вводити несправності в апаратуру та їх усунення навчаємими.

При підготовці розрахунків (екіпажів) зенітних артилерійських підрозділів з метою психологічного гартування особового складу відпрацьовуються вмлі дії зі зброєю у поєднанні зі сміливістю і мужністю, з психологічною готовністю до єдиноборства з літаками та іншими повітряними цілями противника. На заняттях та навчаннях практикувати раптовий обліт на малих висотах позицій, з імітацією вогню бортової зброї і веденням вогню холостими пострілами зенітних артилерійських підрозділів.

Психологічна підготовка особового складу інженерних військ.

Завдання, що вирішуються інженерними підрозділами, сполучені з небезпекою і ризиком, вимагають напруги моральних і фізичних сил. Вони улаштовувати мінно-вибухові, інші загородження, проробляють в них проходи, здійснюють підривання об'єктів, прокладають колонні шляхи, наводять мости через водні перешкоди і виконувати інші завдання інженерного забезпечення.

Для наочності уражаючої дії засобів, що вивчаються, необхідно мати зразки ушкодженої техніки, озброєння та споруджень. У навчанні створювати умови, що вимагають від навчаємих моральної і фізичної напруги, рішучості і спритності. Заняття проводити з підривом різних об'єктів. Установку навчальних мін практикувати з бойовими запалами. Це виховує впевненість щодо подолання страху при переводі запобіжника у бойове положення при діях із бойовими запобіжниками. При установці мінних полів і підготовці проходів у них доцільно створювати обстановку вогневого впливу противника. Це підвищить психологічне навантаження і сприятиме формуванню в особового складу вольових якостей. Влаштування переправ проводиться на різних ділянках широкої водної перешкоди та у складних умовах. Ділянка водної перешкоди повинна включати всі елементи переправ (мостової, поромної, десантної, підводної). Необхідно імітувати мінно-вибухові загородження противника, вогонь його артилерії, удари авіації, створювати димові завіси. Особовий склад має подолати почуття водобоязні. Частіше тренуватись у зануренні в воду і плаванні у спорядженні, стрибків у воду з вишок, до “раптового” падіння у воду. З фортифікації вимоги до особового складу полягають у виконанні завдань у короткий термін, незалежно від наявності засобів механізації, формувати уміння переносити моральні і фізичні перевантаження шляхом багаторазового зведення споруджень різними варіантами скороченим числом особового. При підготовці інженерно-дорожніх підрозділів необхідно навчити особовий склад виконувати завдання в умовах великих руйнувань і загороджень, що вимагають від воїнів фізичної напруги, витривалості і вміння, а також почуття відповідальності за виконання завдань у встановлені строки. Одночасно з цим треба підтримувати готовність підрозділів до сміливих і рішучих дій із відбиття раптового нападу диверсійних груп і повітряних десантів противника. При підготовці особового складу підрозділів щодо забезпечення водою основну увагу треба приділяти швидкості здобування, ретельності очищення і надійності зберігання води. З цією метою на заняттях пункти водопостачання необхідно обладнувати в повному обсязі у короткі строки з використанням засобів механізації і проведенням дезактивації, дегазації і дезинфекції засобів водопостачання.

Психологічна підготовка особового складу підрозділів зв'язку.

Служба зв'язківців полягає у забезпеченні стійкого зв'язку в умовах територіальної віддаленості, коли завдання виконуються у складі екіпажу або самотійно. Поряд із розвитком у них якостей, спільних для особового складу всіх родів військ, необхідно ще й виховання впевненості в техніці, у своїй майстерності, стійкості, самовладання, самотійності, уваги і службовій пам'яті.

Виховувати впевненість у своїй майстерності в особового складу доцільно поступово. Здійснювати забезпечення зв'язку без навмисних перешкод прийому, а після формування необхідних навичок з поступовим збільшенням рівня перешкод. Для виховання стійкості радіотелеграфістам збільшується тривалість чергування при інтенсивній роботі їх в умовах активних радіоперешкод. Радист повинний бути готовий прийняти сигнал, не знаючи

заздалегідь, навчальний він чи бойовий. На заняттях доцільно створювати велике навантаження телефоністам, механікам спеціальної апаратури. Для чого встановлювати додаткові апарати й у навчальних цілях вимагати від телефоністів з'єднання з різними абонентами в обмежений час. Упевненість у техніці досягається, її твердого знання, будови і можливостей щодо забезпечення стійкості зв'язку в будь-яких умовах обстановки. Для розвитку у військовослужбовців самовладання в процесі розгортання антенно-мачтової установки необхідно тренувати механіків підніматися на висоту з метою перевірки її стану. Перші заняття проводити у гарну погоду, а наступні – в дощову, снігову, вітряну. Також привчати усіх зв'язківців до робіт з високою напругою, вимагаючи дотримання необхідних заходів безпеки. Лінійним наглядчачам практикувати постановку завдань на забезпечення зв'язку з пунктами управління, місце знаходження яких відомо приблизно, які знаходяться на пересіченій місцевості з наявністю водних перешкод. Виходи на лінію для контролю за станом кабелю й усунення пошкоджень спочатку здійснювати у будь-який час року і доби. Для виховання в особового складу самостійності на заняттях необхідно надавати можливість молодшим командирам вибирати місця розгортання апаратних, підбирати типи антен, вибирати траси прокладання кабелю тощо. Розрахунок особового складу в екіпажі, питання матеріального, бойового забезпечення при дії екіпажу, відділення у відриві від частини повинні вирішуватися також самостійно. Для розвитку в радистів слухової пам'яті й уваги на заняттях необхідно тренувати їх у прийомі коротких сигналів і команд на слух без запису. Телефоністів, спеціалістів дальнього зв'язку й АТС необхідно тренувати у складанні прямих і обхідних каналів зв'язку по пам'яті, без структурних схем зв'язку.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ОКРЕМИХ ВІЙСЬКОВИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Особливості підготовки водіїв (механіків - водіїв).

Основними завданнями психологічної підготовки особового складу при навчанні водінню машин, підготовки та здійснення маршу є:

подолання негативного впливу довготривалого перебування у специфічних умовах машини, що рухається, збереження уваги та необхідної швидкості руху та реакції під час управління машиною;

формування вольових якостей, необхідних для успішного водіння машин у складних умовах місцевості та обстановки, а також для сміливого подолання різних перешкод;

подолання у особового складу боязні наявності інтенсивного руху в міських умовах;

організації чіткого режиму водіння і відпочинку з урахуванням складності, інтенсивності і тривалості руху;

озброєння водіїв (механіків-водіїв) прийомам саморегуляції, основам аутогенного тренування, швидкого відновлення психологічної і психофізіологічної готовності до тривалих монотонних дій, що потребують тривалої зорової уваги та швидкості реакції та прийняття рішень.

Успішне вирішення цих задач обумовлено цілеспрямованими і наполегливими діями тих, хто навчається, створенням на заняттях з водіння складної обстановки, наближенням до реальної дорожньої обстановки, збільшенням часу безперервного перебування водіїв в машині, що рухається, виконанням вправ після отримання великого фізичного навантаження, вибором ділянок і маршрутів, які потребують великої напруги по управлінню автомобілем, постановкою спеціальних завдань по спостереженню під час руху, а також постійним удосконаленням набутих навичок і якостей в ході занять.

З цією метою командир (начальник), офіцер-психолог повинен організувати проведення спеціальних відновлювальних та фізичних вправ терміном 10-15 хвилин.

Метою навчання водінню є досягнення високої майстерності з техніки і тактики водіння в різних дорожніх умовах, умовах місцевості, погоди, видимості та формування у водіїв високих психологічних, в тому числі вольових якостей: сміливості, рішучості, ініціативи та самостійності, почуття відповідальності за їх збереження і готовність до експлуатації.

Відповідно до етапів маршу (підготовка до маршу, ведення маршу, прибуття в район зосередження) доцільно підготовку та супровід водіїв та механіків-водіїв проводити поетапно:

під час підготовки до маршу – з метою завчасного створення такого рівня психічної стійкості, який дозволив би їм ефективно діяти в ході маршу, виявляти загрози, своєчасно і адекватно реагувати на них, зберігати необхідний рівень боєздатності й активності.

психологічне супроводження під час маршу здійснюється для виконання завдань зниження впливу втоми та зовнішнього середовища для створення сприятливих психологічних умов маршу, всебічного зміцнення тривалої психологічної та фізичної здатності до виконання завдань.

Під час підготовки водіїв та механіків-водіїв особовому складу роз'яснюються особливості маршу в сучасних умовах: незнайомі обставини та можливості космічної, авіаційної, радіотехнічної розвідки противника; значна вразливість військ на марші; виникнення негативних переживань незнайомими обставинами маршу, можливими затримками (поломками, помилками в орієнтуванні); вогневий вплив ДРГ та партизанських угруповань противника.

При цьому основними способами і формами психологічної підтримки водіїв та механіків-водіїв з боку старших машин та командирів під час здійснення маршу є:

1. Комунікативні: доведення до військовослужбовців мобілізуючої інформації, переконання за типом “Ми справлялися і не з такими завданнями, справимося і з цим”; тактильні: потиск руки, поплескування по плечу, емоційні – перебування поруч з тим, кому необхідна підтримка, співчуття, дружня посмішка.

2. Організаційні: транспортування військовослужбовця в безпечне місце, ліквідація або блокування джерел психологічної травматизації. Попередження контактів військовослужбовців з особами, що були деморалізовані.

3. Фармакологічні: полягають в посиленні і корекції психологічного ресурсу за рахунок застосування лікарських препаратів, вітамінів, міцного чаю, препаратів з вмістом кофеїну та інших препаратів, що мають психотропний ефект.

4. Аутогенні: найпростіші прийоми саморегуляції (заспокійливе і мобілізуюче дихання; розслаблення м'язів; елементарні формули самопереконавання, самонавчання, самонаказу), так і складні комплекси психорегуляцій (аутогенне тренування; самогіпноз; медитація; нервово-м'язова релаксація та ін.).

Особливості підготовки особового складу розвідувальних підрозділів, підрозділів високомобільних десантних військ, підрозділів спеціального призначення.

Основними завданнями психологічної підготовки особового складу зазначених підрозділів є:

подолання негативного впливу незнайомої місцевості на дії особового складу, фактору постійної присутності ворога;

забезпечення загальної фізичної та психологічної витривалості під час орієнтування, здійснення розвідки та дій на складній місцевості, у складі групи (відділення) у відриві від основних сил;

формування вольових якостей для забезпечення ефективної діяльності в умовах постійної небезпеки для життя і здоров'я, порушення режиму сну і відпочинку;

навчання особового складу спільним діям та обов'язкам за спорідненою або іншою військово-обліковою спеціальністю з метою забезпечення діяльності у складі неповної групи (відділення);

тренування особового складу у здійсненні десантування з повітря (моря) на незнайому місцевість, ліс, гори, у нічний час доби, складних погодних умовах;

озброєння особового складу прийомам саморегуляції, основам аутогенного тренування, швидкого відновлення психологічної і психофізіологічної готовності до дій в умовах порушення режиму сну і відпочинку (уричкового сну), в умовах інтенсивних навантажень, що чередуються та потребують тривалої зорової уваги, оперативної пам'яті, концентрації уваги та швидкості реакції та постійної стійкої пильності;

підготовка особового складу до дій у складі малих груп в умовах дефіциту їжі та води, набоїв, значущої інформації.

Успішне вирішення цих задач обумовлено цілеспрямованими і наполегливими діями тих, хто навчається, створенням на заняттях з розвідувальної (тактико-спеціальної та спеціальної підготовки) обстановки постійної небезпеки, що загрожує викриттям дій групи (відділення), загибеллю (пораненням), небезпекою потрапити у полон, виконанням завдань маскування та ведення тривалого спостереження, організацією засад, налетів, мінувань, захоплення "язика", здобування достовірної і оперативної інформації про противника в умовах постійної та фізичного і психофізіологічного навантаження.

Метою навчання є досягнення високої індивідуальної та колективної психологічної готовності до дій в тилу ворога, формування високих професійних та психологічних якостей: здатності до ризику, відваги, ініціативи та самостійності, готовності до тривалих фізичних навантажень.

Особливості підготовки операторів бойових розрахунків РЛС, ЗРВ підрозділів зв'язку.

Основними завданнями психологічної підготовки особового складу зазначених підрозділів є:

подолання негативного впливу монотонних дій на діяльність особового складу, забезпечення низького рівня помилок та помилкових дій;

забезпечення тривалої фізичної та психологічної витривалості, ефективного зорового та слухового сприйняття в умовах дії у складі розрахунків в укриттях, кабінах під час іонізуючих факторів, вібрації машин (механізмів);

тренування особового складу діям у складних погодних умовах, в умовах інтенсивних радіоелектронних перешкод;

озброєння особового складу прийомам саморегуляції, основам аутогенного тренування, швидкого відновлення психологічної і психофізіологічної готовності до дій в умовах тривалої зміни режиму сну і відпочинку;

підготовка особового до дій в умовах раптового та епізодичного збільшення інтенсивності проходження інформації.

З цією метою командир (начальник), офіцер-психолог організовує заходи відпочинку та відновлення психофізіологічних якостей, забезпечує проведення спеціальних вправ психологічного розвантаження.

Особливості підготовки корабельних екіпажів Військово-Морських Сил.

Основними завданнями психологічної підготовки корабельних екіпажів є забезпечення психофізіологічної стійкості особового складу під час відпрацювання заходів і дій, спрямованих на підготовку екіпажів до ведення бойових дій (ведення бойових дій) за призначенням надводних кораблів (підводних човнів).

Психологічна підготовка здійснюється комплексно, інтенсивно і безперервно в умовах експлуатації та бойового застосування озброєння та військової техніки, підготовки до боротьби за живучість, вивчення устрою корабля, морської та рятувальної підготовки, підготовки з мінної безпеки.

У спішне виконання цих завдань полягає у завчасному створенні у окремих військовослужбовців та екіпажів психологічного ресурсу, який дозволить виконувати бойові завдання в знайомих обставинах, швидко ідентифікувати зміни під час звичної навчально-бойової діяльності, своєчасно та адекватно реагувати на них, зберігати навчально-бойову активність в обставинах дій психотравмуючих факторів.

При цьому специфічними завданнями психологічної підготовки є:

в індивідуальній підготовці – максимально пристосувати організм до умов життєдіяльності на кораблі (замкнений простір, звуки, вібрації, запахи,

скупченість військовослужбовців, готовність швидко перейти від стану пасивної діяльності до активних дій), ознайомити та навчити військовослужбовців прийомам екстреної емоційно-вольової мобілізації;

у підготовці в складі підрозділів – злагодження підрозділів, підвищення психологічної сумісності діяльності корабельних спеціалістів, спрямування цих факторів на підвищення додаткової мотивації індивідуальної діяльності та попередження психотравматизації військовослужбовців.

в складі корабля – усвідомлення та використання ритмів та інтенсивності функціонування психічної діяльності військовослужбовців характерних для виконання завдань навчально-бойової діяльності.

Під час психологічної підготовки військовослужбовців здійснюється навчання методам попередження психотравмування, саморегуляції, виявлення ознак отримання психологічних травм, надання першої психологічної допомоги і підтримки.

МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНА БАЗА ДЛЯ ВИКОНАННЯ СТАНДАРТУ

Загальна психологічна підготовка

- навчально-матеріальна база;
- штатне ОіВТ;
- спорядження згідно штату;
- засоби імітації;
- індивідуальні засоби захисту на кожного навчає мого (за необхідності);
- відео проектор;
- відеоматеріали по предмету навчання;
- плакати, слайди.

ОЦІНОЧНИЙ ЛИСТ ДО СТАНДАРТУ З ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

ТЕМА: Психологічна підготовка військовослужбовця до виконання завдань за призначенням в екстремальних умовах бойової обстановки.

ЗАНЯТТЯ: Виконання завдань психологічної підготовки з метою формування психологічної готовності до виконання навчальних (навчально-бойових) завдань.

ОСОБЛИВОСТІ ОЦІНЮВАННЯ: Оцінювання проводиться: загальної ПП – на навчальних місцях (у класах), спеціальної та цільової ПП – на місцевості на фоні тактичної обстановки, з використання імітаційних засобів для створення умов бойової обстановки, що несе собою психофізичне навантаження на військовослужбовця.

Перелік заходів	Порядок оцінювання	Викон.	Не викон.
1. Загальна психологічна підготовка	1. Фактори негативного впливу на психіку військовослужбовця під час виконання навчально-бойових завдань. Шляхи і способи їх нейтралізації.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	2. Шляхи, способи, форми та методи подолання (нейтралізації) посттравматичних стресових розладів (ПТРС) та бойових психічних травм (БПТ).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Оцінка за розділ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Спеціальна психологічна підготовка	3. Дії військовослужбовця під час захоплення у полон (заручником).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Цільова психологічна підготовка	4. Надання психологічної допомоги (самопомоги) під час підготовки та виконання завдань за призначенням.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Оцінка за розділ	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Оцінка за стандарт		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Оцінка стандарту – вважається виконаним, якщо всі розділи стандарту оцінені, як “виконано”.

Оцінка за вид підготовки – вважається виконаним, якщо 80% підпунктів виконано, при цьому ті, що позначені * обов’язково.