

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЖИТОМИРСЬКА ПОЛІТЕХНІКА»
Факультет педагогічних технологій та освіти впродовж життя
Кафедра психології та соціального забезпечення

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Другий (магістерський)
рівень вищої освіти

**ПСИХОЛОГІЯ ВІЙСЬКОВОГО ПОЛОНУ: ІСТОРИЧНИЙ ГЕНЕЗИС ТА
РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З НАБУТТЯ НАВИЧОК ПРИ
ПЕРЕБУВАННІ В ПОЛОНІ**

Галузь знань – 05 Соціальні та поведінкові науки
Спеціальність – 053 Психологія

Виконав: студент II курсу, групи ПСМ-2 _____ О. М. Рибачок
Підпис

Керівник кандидат філософських наук, доцент _____ О. В. Сабадуха
Підпис

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та
соціального забезпечення

_____ М. О. Оксютівч
Підпис

_____ 2023 р.

Житомир 2023

АНОТАЦІЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

Тема кваліфікаційної роботи: «Психологія військового полону: історичний генезис та рекомендації щодо психологічної підготовки військовослужбовців з набуття навичок при перебуванні в полоні».

Студент: Рибачок О.М.

Керівник: к. філос. н. Сабадуха О.В.

Кваліфікаційна дипломна робота включає 98 сторінок, перелік джерел посилення складає 58 найменувань, 2 додатки

Ключові слова: військовий полон, психологічна підготовка.

Об'єкт магістерської роботи – полон як суспільне явище.

Предмет магістерської роботи – інструменти удосконалення психологічної підготовки військовослужбовців з набуття навичок перебування в полоні.

За результатами дослідження можна зробити висновок, що військовий полон є болючим суспільним явищем, що наскрізь пронизує історію людства, а психологічна підготовка щодо нього є важливим елементом у всьому комплексі бойової підготовки військ.

Одержані результати можуть бути використані для впровадження у психологічній підготовці військовослужбовців Збройних Сил України.

Студент _____ О. М. Рибачок

Дата подання кваліфікаційної роботи до захисту 18 грудня 2023 р.

ЗМІСТ

ВСТУП		5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОЛОНУ ЯК СУСПІЛЬНОГО ЯВИЩА: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ		10
1.1.	Гене́за розуміння психології військового полону: зарубіжний та український досвід	10
1.2.	Історико-правова характеристика військового полону	19
<i>Висновки до розділу 1</i>		20
РОЗДІЛ 2. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ПЕРЕБУВАННЯ В ПОЛОНІ.		21
2.1.	Психологічна підготовка особового складу військ: сутність та основні характеристики.	21
2.2.	Аналіз соціально-психологічних чинників що впливають на морально-психологічний стан військовослужбовців під час перебування в полоні.	36
<i>Висновки до розділу 2</i>		45
РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЇ ВІСЬКОВОГО ПОЛОНУ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО УДОСКОНАЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З НАБУТТЯ НАВИЧОК ПЕРЕБУВАННЯ В ПОЛОНІ.		47
3.1.	Організація та методи дослідження	47
3.2.	Аналіз отриманих результатів досліджень	63
<i>Висновки до розділу 3</i>		76
ВИСНОВКИ		78
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ		81
ДОДАТКИ		88

Я, Рибачок Олег Миколайович, цим засвідчую, що представлена до захисту магістерська робота виконана на основі власних наукових досліджень. Текст не містить доробку інших дослідників без відповідних посилань на їх праці.

Я попереджений про те, що буду недопущений до захисту, а в разі отримання диплому – буду позбавлений його відповідно до чинного законодавства _____

(підпис)

ВСТУП

Актуальність теми. Весна 2014 року ознаменувала для особового складу Збройних Сил України вступ в активну фазу захисту нашої Батьківщини від агресора. Внаслідок бойових дій та відкритої агресії до українського народу, суспільство зіштовхнулося із таким негативним явищем як полон. Проукраїнські переконання ставали причиною потрапляння у полон не тільки військовослужбовці, що із зброєю у руках захищали суверенітет та територіальну цілісність держави, а й ті громадяни, які проживали на тимчасово окупованих територіях. Внаслідок підступних дій терористичних організацій не припиняються випадки захоплень військовослужбовців в полон. Мета обумовлюється потребою в отриманні інформації від військовослужбовців, утриманні їх для шантажу органів державної влади, подальшого обміну полоненими, отримання викупу, використання в якості живого щита тощо.

Фундаментальна енциклопедія міжнародного права дає наступне визначення поняттю військовополонений, згідно чого це особи, які належать до збройних сил воюючої сторони, а також партизани, учасники руху опору, військові кореспонденти, члени екіпажів торговельних суден та цивільної авіації, які опинилися під владою супротивника[1, 289].

По даним офіційних джерел, за чотири роки в період з березня 2014 року по червень 2018 року всього з військового полону було звільнено 3244 осіб. В період з вересня 2019 року по квітень 2020 року з полону незаконних збройних формувань повернулись додому 120 українських бранців. З початку повномасштабної війни 24 лютого 2022 року статистика змінилася, зокрема перший обмін полоненими з початку повномасштабної війни відбувся 1 березня 2022 року на Сумщині. З того часу звільнено понад дві тисячі військовослужбовців. На кінець літа 2023 року було призупинено процес обміну військовополоненими за ініціативи російської сторони. За даними

міністерства з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій станом на листопад 2023 року у російському полоні перебуває аж 3 574 військових, які проживають всі жахи військового полону. Багато українських воїнів щодня зазнають тортур, різних форм жорстокого відношення, порушення загальних прав [30].

3-тя Женевська конвенція регулює питання забезпечення прав військовополонених протягом усього періоду їх перебування у полоні. Зокрема у ній зазначено, що у випадку збройного конфлікту, який не має міжнародного характеру та виникає на території однієї з Високих Договірних Сторін, кожна сторона конфлікту зобов'язана застосовувати як мінімум такі положення:

1) З особами, які не беруть активної участі у воєнних діях, зокрема з тими особами зі складу збройних сил, які склали зброю, а також тими, які припинили участь у воєнних діях у зв'язку з хворобою, пораненням, триманням під арештом чи з будь-якої іншої причини, поведуться за будь-яких обставин гуманно, без будь-якої дискримінації за ознаками раси, кольору шкіри, релігії чи вірування, статі, походження чи майнового становища чи будь-якими іншими аналогічними критеріями.

Із цією метою заборонено зараз і надалі вчиняти стосовно зазначених вище осіб такі дії:

а) насилля над життям та особистістю, зокрема всі види вбивств, завдання каліцтва, жорстоке поводження й тортури;

б) захоплення заручників;

с) наругу над людською гідністю, зокрема образливе та принизливе поводження;

д) засудження та застосування покарання без попереднього судового рішення, винесеного судом, який створено належним чином і який надає судові гарантії визнані цивілізованими народами як необхідні [41].

Система захисту військовополонених включає положення про порядок їх інтернування, їх права на приміщення, одяг і харчування, на виконання гігієнічних вимог і надання медичної допомоги, забезпечення релігійних прав, надання можливості для інтелектуальної та фізичної діяльності. Забороняються щодо полонених різні акти насильства і залякування та будь-яка дискримінація полонених. Вони мають право на повагу своєї особистості й честі. На сьогоднішній день бойові дії на Сході України призвели не тільки до фізичних, але і до тяжких психологічних людських втрат, як серед цивільного населення, так і серед військовослужбовців, які безпосередньо приймали участь у бойових діях й перебували в полоні.

Із зазначеного вище випливає, що психологічна підготовка особового складу ЗС України починаючи з 2014 року являється основним елементом бойової підготовки військовослужбовців до виконання завдань за призначенням.

Отже, в сучасних умовах Збройних Сил України проблематика цільової психологічної підготовки військовослужбовців з набуття навичок перебування в полоні набула виключного значення. Передусім це пов'язано з тим, що особливе значення набуває людський фактор, при якому моральний дух і психічна рівновага особового складу стають найважливішими у збереженні боєготовності й боєздатності Збройних Сил. Актуальність психологічної переваги над противником, як важливого фактору досягнення перемоги підтверджує і сучасний досвід воєнних конфліктів, хід ООС (АТО), повномасштабної війни. В бою або бойовій обстановці іноді виникають ситуації, коли військовослужбовці за непереборних обставин потрапляють в полон. На такий випадок у кожного військовослужбовця повинно бути сформовано певну манеру поведінки з моменту його захоплення, якої він повинен притримуватись для збереження свого життя та здоров'я. Аналізуючи проблематику потрапляння до полону можна виділити наступні аспекти військового полону: ідеологічною обробкою, знущаннями (роздяганням до

гола), тортурами (сексуальним насиллям), голодом, хворобами, виснажливими роботами, незаконними розправами, жорстокістю конвоїрів, втратою зв'язку з рідними, втратою надії на швидке звільнення. Основними ж причинами потрапляння в полон військовослужбовцями можна виокремити наступні чинники: поранення військовослужбовця, майстерність супротивника, втрата пильності, відчай, безвихідь, зневіра у власні сили.

В ході перебування в полоні кожна особа має надію повернутися додому, своїх рідних та близьких цілим та неушкодженим. Та все ж таки сама думка про утримання в невеликому приміщенні тобто зумисне позбавлення волі створює для полоненого психологічний бар'єр, який зумовлює пригнічений, а у більшості випадків безвихідний психологічний стан. Тобто особа сприймає своє утримання, як вирок того, що вона не здатна вплинути на ситуацію, змінити своє положення також можливі докори сумління того, що через певні обставини, які склалися через власну непрофесійність або дії в певних ситуаціях особа, яка потрапила в полон підвела своїх командирів, начальників, а також своїх рідних та близьких. На цьому ґрунті в полоненого можуть виникати психічні розлади, для подолання, яких у разі звільнення з полону, необхідно прикласти значних зусиль за допомогою кваліфікованої допомоги фахівців. Найбільш значним фактором, що впливає на психіку людини під час перебування в полоні це незнання того, що буде завтра, кажучи іншими словами це невідомість.

З метою підтримання свого психологічного стану кожен хто потрапив в полон повинен пам'ятати, що необхідно психологічно налаштуватися на тривале перебування в полоні (провести адаптацію до ненормальних умов існування); вгамувати “буйних” (можуть постраждати інші) тобто людей, які ведуть себе агресивно, для того, щоб не наражати на небезпеку себе та інших осіб, оскільки ті хто захоплюють в полон теж перебувають у стані емоційного збудження й здатні до рішучих дій. Також слід пам'ятати, що не потрібно вигукувати патріотичних гасел, не принижувати особисту гідність, не благодати

про помилування, не замикатись в собі. Для збереження свого життя та здоров'я особі, яка потрапила в полон необхідно змиритися із даною ситуацією.

Із зазначеного вище мета магістерської роботи полягає в розробленні рекомендацій щодо удосконалення психологічної підготовки військовослужбовців з набуття навичок перебування в полоні.

Об'єкт магістерської роботи – полон як суспільне явище.

Предмет магістерської роботи – інструменти удосконалення психологічної підготовки військовослужбовців з набуття навичок перебування в полоні.

Завдання магістерської роботи:

- дослідити генезу розуміння психології військового полону крізь призму зарубіжного та український досвіду;
- здійснити історико-правовий аналіз поняття військовий полон;
- проаналізувати соціально-психологічні чинники, що впливають на морально-психологічний стан військовослужбовців під час перебування в полоні;
- оцінити стан організації цільової підготовки військовослужбовців з набуття навичок перебування в полоні;
- розробити рекомендації щодо удосконалення цільової психологічної підготовки військовослужбовців з набуття навичок перебування в полоні.

Методологічною основою даної роботи є сукупність спеціальних та загальнонаукових методів історичної та психологічної науки, це обумовлено особливостями об'єкта, предмета, мети та завдань магістерського дослідження.

Структура магістерської роботи зумовлена метою та завданням дослідження і складається зі вступу, трьох розділів, поділених на підрозділи, висновків, списку використаних джерел. Повний обсяг дипломної роботи

становить 86 сторінок друкованого тексту, у тому числі список використаних джерел.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОЛОНУ ЯК СУСПІЛЬНОГО ЯВИЩА: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

1.1. Генеза розуміння психології військового полону: зарубіжний та український досвід.

Військовий полон – стан, у якому знаходиться людина, захоплена противником і позбавлена свободи, задля неможливості прийняття участі у бойових діях. Видатний політичний діяч XX ст. прем'єр-міністр Великої Британії -Уїнстон Черчилль, пройшов великий військовий шлях, мав досвід перебування в полоні та реалізував вдалу втечу з нього. На його думку, військовополонений - це той, хто спочатку намагається вбити вас і терпить невдачу, а потім просить не вбивати його. Військові конфлікти являють собою одні з найдавніших форм колективної діяльності людей, наслідки яких нерозривно пов'язані з історичним розвитком усього людства.

Полон це один з жахливих феноменів історії людства. З цим негативним явищем пов'язані не тільки фізичні страждання і труднощі, а й важка психологічна та моральна криза. Як комплексне і багатогранне явище, полон пройшов еволюційний шлях, який відповідає історичним періодам існування людства, кожен з яких характеризується наявністю певних, притаманних лише йому особливостей. Первісно-племінний лад характеризується збройними сутичками між племенами, метою яких було розширення життєвого простору, полонених розглядали як заклятих ворогів. Дослідження давньої історії становлення інституту військовополонених підтверджує, що саме давній період став відправною точкою формування відношення до полонених. Регулювання та гуманний підхід мав місце лише в певних регіонах. Необхідно вказати, що військовий полон являв собою також основне джерело рабства древніх суспільств. Середньовіччя породило практику обмінну військовополонених та систему викупів з полону. Дані особливості епохи

різняться з періодом античності, коли полонені ставали рабами, ознаменували розвиток ідей гуманізму та пом'якшення жорстокості війни, покращили положення військовополонених.

Київська Русь являла собою величезну середньовічну державу з потужними державницькими традиціями та правовими інститутами. Давньоруське феодальне право передбачало поняття «полоненого холопства», згідно якого, до розряду холопів відносили також військовополонених. Така категорія тогочасного населення не мала прав та не була вільною. Норми видатної правової пам'ятки середньовіччя- «Руської правди», регулювали правові відносини різних соціальних груп населення, в тому числі челяді, тобто рабів в патріархальному розумінні даного поняття, полонені входили в їх число. Світову еволюцію у поглядах на військовий полон не можливо розглядати у відриві від вітчизняного досвіду. Так у 1238 році князь Данило Галицький в ході однієї з битв розгромив один з орденів рицарів та захопив їхнього магістра Бруна в полон

Значний вплив на формування міжнародних договорів щодо захисту військовополонених стали принципи християнської моралі, що вчила милувати ворогів та зберігати життя полоненим. Завершення багатьох воєн та формування державності багатьох країн в період XVI -XVII ст. супроводжувалося гуманізацією війни, що не могло не вплинути на розвиток воєнного полону. Військовополонений перестає бути об'єктом законного насилля, оскільки саме держави, а не окремі особи воюють між собою.

Великий гетьман України - Богдан Хмельницький потрапив у полон в Константинополь, де 2 роки був рабом на турецьких галерах, після чого його викупили рідні. У 1651 р. в ході Національно-Визвольної війни після битви під Берестечком гетьмана взяв у полон Кримський хан, пізніше Хмельницького відпустили.

В цей же період в Європі потужним поступом відбувається формування універсального підходу щодо уніфікації єдиних міжнародних норм військового полону.

Відмітимо, що у Російській імперії підтримувалась ідея гуманізованого підходу у війнах. Була чітка регламентація у правилах поводження з військовополоненими, дозволялось отримання полоненим листів, посилок, офіцери мали привілейоване положення. Наприклад, у Артикулі військовому, прийнятому 1715 р., вбивати військовополонених заборонялося під страхом «втрати честі і живота» [57, с. 39]. Зміст військового полону набув нового змісту, військовополонений перебував під владою та захистом уряду тієї країни, чия армія його полонила.

Узагальнюючи вищезазначене стає зрозумілим, що вся історія людства пронизана військовими конфліктами та війнами, що призводили до полону. Зміна історичних формацій супроводжувалася еволюцією та гуманізацією у ставленні до військовополонених та їх захисту. Не дивлячись на фундаментальні відмінності різних суспільств у певні історичні періоди ставлення до військовополонених було дуже подібним.

1.2. Історико-правова характеристика військового полону.

Військовий полон упродовж століть формувався та змінювався як цілісне історичне явище. Первісні війни характеризуються знищенням чоловічого населення противників повністю, щоб у майбутньому не було нащадків, які зможуть помститися. Первісні воїни не вбачали сенсу у помилуванні військовополонених, та їх забезпеченні й утримуванні. Тому як правило у міжплемінних військових конфліктах переможених чоловіків вбивали. Не можна оминути випадки ритуального канібалізму щодо військовополонених, цим пояснюється особлива жорстокість тогочасних збройних конфліктів, учасникам яких доводилося битися до останньої краплі крові.

Зміна суспільних відносин та поява неолітичної революції диктує зміну відношення до полонених та захоплених ворогів. У військовополонених вбачають потужну робочу силу, що здатна працювати на землях, давати великий урожай. З часом тенденція змінюється, що пояснює виникнення спочатку патріархального, а пізніше класичного рабства. У країнах стародавнього світу військовополонених убивали

Першими країнами, де полонені перетворилися на резерв дешевої робочої сили, стали Стародавній Єгипет і Ассирійська імперія. Зазначимо, що чіткої градації між військовополоненими та бранцями в той час не існувало. Як і до звичайних бранців так і до військовополонених було ставлення як до особистої речі, що повністю позбавлена особистих прав. На відмінну від простих людей, представники еліт, аристократії та вищого керівництва підкорених держав цінувалися значно вище. Часто представники знаті були предметом післявоєнних договорів, або можливістю обміну на щедрий викуп. Були випадки особливої жорстокості навіть до знатних полонених, яких вбивали для залякування та демонстрування власного домінування над противником. Яскравим прикладом в контексті зазначеного виступає Ассирійська імперія (період існування з 14-7 ст. до н.е.). Були випадки коли криваві піраміди будували з голів вбитих, а зняту живцем шкіру з ворогів вішали на стіни міст Ассирії.

У часи східних деспотій та античних полісних держав переможені у війні масово ставали рабами за своїм соціальним статусом. Античний час характеризується зміною підходу до військовополонених, життя яких зберігають. Кількість учасників військових протистоянь зростає до великих показників, наприклад під час Греко-Перських війн (490 р. до н. е. Дарій I спорядив проти греків величезний флот – 500 кораблів з військом близько 30 тис. воїнів, Афінське військо становило близько 10 тисяч воїнів). В результаті зростає кількість військовополонених, яких було не вигідно вбивати. Зазначимо, що і у той час у військах були відповідальні особи за роботу з

особовим складом, по типу сьогоднішніх психологів. В обов'язки таких людей входила також і сегрегація військовополонених на тих, хто буде чинити опір, осіб які підкорюються, а також виокремлення серед військовополонених колаборантів які підуть на співпрацю з поневолювачами.

Римське суспільство не вирізнялось з поміж інших відношенням до в'язнів, військовополонених ворогів. Частим було використання бранців у боях гладіаторів, звичай Стародавнього Риму. Древні римляни вбачали у війні здійснення волі богів, тому вели війни без всяких обмежень.

Середньовічні війни вирізняються жорстокістю, полонених в переважній більшості фізично знищували різними жахливими методами (спалювали живцем, розчленовували, садили на палі та інше). Візантійський імператор Василій II в 1014 році у битві біля Беласиці розгромив болгарські війська. Усі 14 тисяч болгарських воїнів, що потрапили в полон, за наказом імператора були осліплені та відправлені назад до Болгарії. Бранців пошикували в колони по 100 військовослужбовців, 99 з них осліпили повністю, а кожному 100-му залишили тільки одне око, для того, щоб віднайти дорогу до Болгарії. За переказами, болгарський правитель Самуїл II помер внаслідок серцевого нападу, коли побачив своїх воїнів сліпими.

З часом була відпрацьована схема утримування військовополонених з позиції вигоди для поневолювачів, полонених продавали, повертали за викуп. Багато професійних найманих воїнів, наприклад ланкцнехти, переходили на бік ворога та змінювали прапори під яким йшли у бій. Відмітимо, що одним з методів заробітку в середньовіччі було викрадення та утримування військовополонених, особливо знатних людей. Полонені вищого рангу становили обмінний фонд.

Про інститут викупу, як такого відомо і на теренах Київській Русі. Перша літописна згадка про полон у вітчизняних історичних джерелах, про викуп полонених дається у відомому договорі Русі з Візантією, укладеному в 911 році в результаті переможного походу князя Олега Рюриковича на

Царград, що відбувся в 907 році. Так, в 9-й главі договору про долю полонених говориться: «Якщо бранець (із числа підданих) тієї або іншої країни насильно утримується росіянами або греками, будучи проданим в іншу країну, а виявиться (співвітчизник полоненого) росіянин або грек, то (тоді дозволяється його) викупити й повернути викупленого на батьківщину, а (купці його), що купили, візьмуть ціну його, або нехай буде зарахована у викупну ціну поденно (відпрацьована ринкова) ціна челядина. Також, якщо і на війні (він) буде взятий тими греками, однаково нехай повернеться він у свою країну й віддана буде (за нього), як сказано вище, його ціна, що існує у звичайних торговельних розрахунках» [25,33].

Англійський король Річард I Левове Серце під час Третього хрестового походу (1189–1192) здобув перемоги на Кіпрі. На зворотному шляху до батьківщини потрапив у підступний полон до герцога Австрії Леопольда V, з яким мав до цього тривалий конфлікт. Леопольд V передав Річарда імператорові Генріху VI. Річард був його в'язнем, доки за нього не було отримано викуп у 150 тисяч марок.

Ще одним відомим військовим бранцем став Мігель де Сервантес Сааведра – відомий іспанський письменник, автор роману «Дон Кіхот», а також військовослужбовець іспанської армії. 1575 р. Мігель і його брат Родріго, також військовослужбовець, були захоплені піратами в полон. Вони були продані в рабство і опинилися в Алжирі, де письменник був аж 5 років в полоні. Пірати вимагали від родини Сервантеса 500 золотих ескудо за його повернення із полону. У родини таких грошей не було. Чотири спроби втекти закінчилися невдачею. Алжирський правитель посадив його на срібний ланцюг у своєму дворі. Лише через 5 років та 1 місяць, в 1580 році християнські місіонери допомогли йому звільнитися. Писати перші твори Мігель де Сервантес почав якраз між спробами втечі з алжирського полону.

В цілому, включно до 17 століття жодної універсальної практики щодо поводження з військовополоненими не було. Першим прикладом документу

про долю військовополонених у міжнародному праві стає Вестфальський мир, який був укладений в 1648 році. В ньому йшлося про те, що без жодного викупу необхідно відпустити всіх військовополонених. Дана угода стала фактичною відправною точкою в уніфікації правил ведення війн та поводження з військовополоненими. Практика обміну військовополоненими набуває поширеності, умови перебування військових у полоні значно покращуються. Наступні століття з їх розвитком та соціально-культурними змінам породжують міжнародну систему гуманітарного права.

Перша Женевська конвенція – це конвенція про поліпшення долі поранених на полі бою 1864 р., її було прийнято 22 серпня 1864 р. Цим ознаменувався початок виникнення міжнародного гуманітарного права.

Міжнародно-правові норми цивілізованого ставлення до військовополонених були кодифіковані на конференції в Гаазі, яка відбувалася впродовж травня– липня 1899 р. За підсумками зустрічі 27 країн-учасниць підписали три конвенції: «Про мирне вирішення міжнародних конфліктів», «Про закони і звичаї сухопутної війни», «Про застосування до війни на морі конвенції 1864 року про поранених і хворих». Друга Гаазька конференція (червень–жовтень 1907 р.) закріпила та якісно розвинула положення попередніх документів. Гаазька конвенція «Про закони і звичаї сухопутної війни» від 18 жовтня 1907 р. поклала відповідальність за утримання полонених військовослужбовців противника на уряди воюючих країн і підтвердила принципи гуманного ставлення до військовополонених. Харчування, одяг, житло гарантувалися військовополоненим відповідно до норм резервних військ держави, яка взяла їх у полон. Використання праці полонених для військових потреб ворожої їм держави суворо заборонялося. Система міжнародно-правових норм була створена країнами-учасниками гаазьких конференцій з метою встановлення гуманних правил військового полону [26, 116]. Тому можна стверджувати, що напередодні Першої світової війни гаазькі мирні ініціативи були підтримані та ратифіковані європейськими державами.

Ухвалені конвенції вважалися такими, що повністю відповідають гуманним цілям розвитку європейської цивілізації та зможуть запобігти крайнім проявам жорсткості на війні. Міжнародна нормативно-правова база щодо військовополонених довоєнного часу ґрунтувалася на принципах гуманізму та поблажливого ставлення до обеззброєного ворога. Її творці були переконані, що закріпленні норми дозволять зменшити прояви жорстокості на полі бою та убезпечать полонених від свавілля з боку охорони в таборах [27,52].

В цілому Першу світову війну можна охарактеризувати як таку, де становище військовополонених, особливо на європейському театрі військових дій, було достатньо добрим. Ворогуючі сторони притримувалися правил у справедливому поводженні з військовополоненими. Зазначимо, що у Першу світову війну в полон добровільно йшли масово. Під час Галицької битви 1914 року масово здалися в полон російській армії близько 100-120 тисяч австро-угорських вояків. Внаслідок Танненберзької битви до німецького полону здалося близько 90 тисяч російських солдатів та офіцерів. В цілому під час війни полоненими стали близько 8 мільйонів військовослужбовців ворогуючих сторін [28,8].

Основна кількість полонених австро-угорської і німецької армій була захоплена впродовж двох перших років Великої війни (серпень 1914 – серпень 1916 рр.). Відомі лише приблизні цифри: загалом 2 – 2,4 млн. осіб у російському полоні, з них 1,5 млн. – солдати і офіцери австро-угорської армії. За даними Центрального статистичного комітету, кількість військовополонених у Російській імперії протягом усієї війни становила: 1 587 099 австрійців, 152 760 німців, 42 988 турків, 119 болгар. Разом – 1 782 966 осіб. За іншими джерелами, під час Першої світової війни у російському полоні опинилися 2 104 146 солдатів і офіцерів Австро-Угорщини та 167 082 військовослужбовці німецької армії [29,117]. Всього за час Першої світової війни Німецька імперія утримувала до 2,5 мільйонів, Російська імперія – 2,9 мільйонів, Великобританія та Франція – приблизно 720

тис. військовополонених. Воюючі сторони намагалися максимально дотримуватися положень гаазьких конвенцій 1899 і 1907 років, що містили декларації про гуманне ставлення до полонених, і не наважувалися відверто нехтувати цими принципами. Жодна зі сторін упродовж Першої світової війни на офіційному рівні цілеспрямовано не знищувала ворожих військовополонених.

У міжвоєнний період юридичний статус військовополонених поліпшився, проте Друга світова війна продемонструвала недотримання і невизнання окремими країнами світу норм міжнародного права. Німеччина захопила у полон велику кількість полонених, через табори військовополонених пройшло близько семи мільйонів чоловік. Понад 5 мільйонів складали полонені з радянського союзу, близько 2 мільйонів полонені французи.

До полонених західних країн застосовували положення Женевської конвенції, на противагу становище полонених зі Східної Європи та Радянського Союзу було жахливим, спрямоване на їх систематичне винищення. Оскільки в 1929 році СРСР не ратифікував положення Гаазької конвенції (Народний комісар закордонних справ СРСР 27 квітня 1942-го направив ноту про приєднання до Гаазької конвенції, але її проігнорувала німецька сторона). Хоча істинним мотивом Третього Рейху була ідея расової зверхності , та поділ людей на сорти.

Полонені з СРСР жили та працювали в нелюдських умовах без медичної допомоги, з найгіршим харчуванням, їх посиляли на найважчі роботи. В підсумку в період з 1941 по 1945 роки в німецьких таборах загинула величезна кількість людей, по оцінкам дослідників цифра сягала 3,5 мільйонів полонених з радянського союзу, що складало понад 50% від усіх полонених. Для порівняння зазначимо, що смертність американських та британських військовополонених була не більшою за 5%.

Нюрнберзький трибунал в 1946 році визнав ставлення до радянських військовополонених з боку Німеччини воєнним злочином, оскільки принципи міжнародного права визначають утримування в полоні виключно з однією метою – недопущення участі військовополонених у подальших бойових діях.

По завершенню Другої світової війни положення військовополонених значно покращується. Можна сказати, що це сталося завдяки допомозі міжнародного права, в той час людське життя стає знову найбільшою цінністю, виникають нові інформаційні канали, які не дають можливості приховати відомості про військові злочини.

В післявоєнні роки світова спільноті виробила основні міжнародні стандарти, що регулюють захист та дотримання прав військовополонених, а саме:

- Женевські конвенції;
- Додатковий протокол до Женевських конвенцій;
- Статут Міжнародного Комітету Червоного Хреста;
- Резолюція ООН щодо захисту прав людини в умовах протидії тероризму;
- Стаття 3 Загальної Декларації прав людини ;
- Конвенція ООН проти тортур;
- Інші нормативно-правові акти.

В період після Другої світової війни до наших днів по світу відбулося багато війн та локальних конфліктів, кожен з яких супроводжується захопленням заручників, потраплянням у полон військовослужбовців ворогуючих сторін. На превеликий жаль, громадяни України відчули на собі всю біль та горе, що несе війна, починаючи з 2014 року, з новою силою від початку повномасштабного російського вторгнення 24 лютого 2022 року. З початку повномасштабної війни з російського полону звільнено понад дві тисячі українських військовослужбовців. На кінець літа 2023 року було призупинено процес обміну військовополоненими за ініціативи російської

сторони. За даними міністерства з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій станом на листопад 2023 року у російському полоні перебуває аж 3 574 військових, які проживають всі жахи військового полону. Багато українських воїнів щодня зазнають тортур, різних форм жорстокого відношення, порушення загальних прав [30].

Висновки:

Отже, питання військового полону як специфічного стану, у якому знаходиться людина, захоплена противником і позбавлена свободи, набувало свого розвитку протягом історії людства. З цим негативним явищем пов'язані не тільки фізичні страждання і труднощі, а й важка психологічна та моральна криза військових бранців, їх сімей. Кожному історичному етапу розвитку людства притаманні певні особливості у відношенні до військового полону, як соціального феномену. Починаючи з первісних війн і до пізнього середньовіччя ставлення до полонених в цілому не мало гуманних ознак. Військовополонених вбивали, використовували для важких робіт, пригнічували. Однак окрім такого підходу захоплювачами застосовувався й особистісний інтерес, особливо коли це стосувалося знатних бранців. Полонені вельможі та представники аристократії часто ставали предметом післявоєнних договорів, можливістю збагатитися та отримати великий викуп, що підтверджується багатьма відомими історичними прикладами. З часом випрацьовується система міжнародних договорів, норми яких мали захищати військовополонених. Перша Женевська конвенція – це конвенція про поліпшення долі поранених на полі бою 1864 року, її було прийнято 22 серпня 1864 року. Цим ознаменувався початок виникнення міжнародного гуманітарного права. Гаазькі конференції перед Першою світовою війною сформували потужну захисну міжнародну систему по захисту прав військовополонених. Послідовно були прийняті Женевські конвенції у 1906, Положення було перепрацьовано та актуалізовано в 1929 році, а за

підсумками Другої світової війни у 1949 року. Пізніше було прийнято Додаткові протоколи до Женевських конвенцій 1949 року, а саме в 1977 році та в 2005 році. Дані міжнародні конвенції відіграють важливу роль у регулюванні питань захисту військовополонених, а також розглядають комплекс заходів по мирному врегулюванню проблеми військовополонених.

РОЗДІЛ 2.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ПЕРЕБУВАННЯ В ПОЛОНІ.

2.1. Психологічна підготовка особового складу військ: сутність та основні характеристики.

Активне ведення бойових дій доводить, що далеко не кожен військовослужбовець безболісно для свого психічного здоров'я може перенести екстремальні умови бою. Перебуваючи під інтенсивним впливом психотравмуючих чинників бойового середовища військовослужбовець може отримати розлади психіки різної ступені важкості. Як правило, це веде до часткової або повної втрати боєздатності. Причому, кількість військовослужбовців, які постраждали таким чином, може бути достатньо великою. За своїм видом психогенні розлади, викликані бойовими психічними травмами, аналогічні психогеніям, що виникають в гострих життєвих ситуаціях Основним психотравмуючим чинником бойових умов є небезпека, яка породжує страх. Звичайно, почуття страху притаманне кожному військовослужбовцю. Один – зусиллям волі, пригнічує його, – інший не уміє або не може зробити цього. У кожної людини своя межа “міцності”. Страх, усвідомлення небезпеки актуалізує потребу самозбереження. Сила цієї потреби багато в чому визначає поведінку і діяльність солдата в бою. Чим

сильніша потреба в самозбереженні – тим сильніший страх, тим менш боєздатний солдат [14,1].

Причиною психогенного розладу частіш за все є конфлікт між сильною потребою в самозбереженні й відсутністю можливості її задовольнити. Перешкодами можуть бути переконання людини, усвідомлена необхідність вести бій, не кинути товаришів й таке ін. У військовослужбовця, що контролює свій страх, мотиви бойової діяльності виявляються сильнішими за прагнення до самозбереження. Але від цього внутрішньо особистий конфлікт все рівно не вирішується й за певних умов неминуче веде до психогенного розладу. Перебування в бойовій обстановці ніколи не минає безслідно для психічного здоров'я військовика. Питання лише в ступені тяжкості й часові виникнення психогенних розладів. спираючись на досвід виконання бойових завдань під час проведення ООС (АТО) та повномасштабної війни у Збройних Силах України проводиться психологічна підготовка особового складу для виконання завдань за призначенням.

У 2012 році начальником Генерального штабу – Головнокомандувачем Збройних Сил України видано наказ №240 "Про впровадження психологічної підготовки особового складу в навчальний процес підготовки органів управління та військ (сил)" з метою впровадження у Збройних Силах України з початку 2013 навчального року відпрацювання питань психологічної підготовки під час планування та організації оперативної та бойової підготовки, тактичних (тактико-спеціальних, льотно-тактичних) навчань (тренувань, воєнних ігор) [11, 2]. Відповідно до зазначеного наказу основними завданнями психологічної підготовки є:

- формування у військовослужбовців психологічної стійкості до психотравмуючих факторів сучасних бойових дій;

- створення передумов високої бойової активності особового складу;

- адаптацію військовослужбовців до бойових умов, їх навчання основним способам самозахисту;

навчання особового складу методам попередження психотравмування, саморегуляції, виявленню ознак отримання психологічних травм;

надання першої психологічної допомоги [11, 3].

Спираючись на досвід країн членів НАТО щодо психологічної підготовки було розроблено стандарт підготовки І-СТ-4 індивідуальна підготовка військовослужбовця з психологічної підготовки відповідно до якого визначено термін психологічна підготовка.

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 [10, 5].

Слід також зазначити, що об'єктом психологічної підготовки є військовослужбовець, військові підрозділи. Відповідно розділяють три види психологічної підготовки: загальну, спеціальну та цільову.

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА – вид психологічної підготовки особового складу, завданням якого є формування і удосконалення єдиних для військовослужбовців психологічних якостей згідно з вимогами сучасної війни [10, 5].

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 [10, 5-6].

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) [10, 6].

Відповідно до стандарту розрізняють вербальні та практичні методи психологічної підготовки.

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

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.

Відповідно до зазначеного психологічна підготовка організовується та проводиться у три фази в ході занять з бойової підготовки:

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 фактори 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 [10, 12].

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) [10, 12].

Фаза 3 – проводиться для закріплення теоретичних знань практичними діями шляхом багаторазового 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. Комуникативні, організаційні, медикаментозні, аутогенні засоби психологічної підтримки. Аутогенне тренування [10, 12].

Слід зазначити, що 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.

В той же час для формування відповідних якостей психічних процесів, особливо уваги, пам'яті й мислення, необхідно в усі заняття, тренування та навчання вносити елементи активності й творчості, які сприяють розвитку у особового складу кмітливості, спритності, самостійності, ініціативності, а також збільшувати питому вагу практичних дій на бойовій техніці, при зброї, на тренажерах, макетах тощо з одночасним вирішенням розумових завдань в різноманітних умовах обстановки.

Для формування у воїнів психологічної готовності до війни важливе значення має створення у них чіткого уявлення картини сучасного бою і виховання впевненості у зброї та засобах захисту, які знаходяться на озброєнні військ.

Велике значення для психологічної підготовки особового складу має використання існуючих і розробка нових комплексів вправ щодо формування емоційно-вольової стійкості (обкат особового складу танками, легководолазна підготовка та водіння танків під водою, стрибки у воду, подолання вогневих смуг, тренування у відпрацюванні способів захисту від запальних речовин тощо) і застосування різноманітних тренажерів для вироблення професійних якостей уваги, пам'яті, мислення.

Напруженість у процесі бойової підготовки досягається збільшенням фізичних та нервово-психічних навантажень шляхом створення обстановки з наявністю різноманітних труднощів і позбавлень: інтенсивністю світлових та звукових подразників, характерних для бою; відсутністю достатньої інформації й часу; проведенням робіт і виконанням функціональних обов'язків у складних погодних та кліматичних умовах місцевого театру воєнних дій

(дощ, сніг, заметіль, піщані бурі, спека, холод, низький атмосферний тиск тощо) тривалою активною діяльністю у засобах захисту; безперервністю денних та нічних дій; проведенням занять і стрільб у нічних умовах; постійною протидією супротивника; наявністю “втрат” у живій силі та техніці; наочністю зовнішньої картини бойової дійсності (втрати, руйнування, пожежі тощо); необхідністю тривалого і частого подолання характерних для театру воєнних дій перешкод, загороджень, зон заражень та осередків пожеж; тривалим виконанням обов’язків в умовах ізоляції від колективу, у складних умовах обстановки, при наявності елементів небезпеки тощо [12, 12-14].

Раптовість під час проведення занять та навчань забезпечується засобами імітації, які застосовуються несподівано й на незначній віддалі від особового складу, а також: створенням “несправностей” і “виходом з ладу” зброї, бойової техніки, номерів розрахунків, членів екіпажів тощо; швидкою зміною ввідних та обстановки, які вимагають від воїнів негайних та активних дій; прихованою підготовкою та несподіваним застосуванням різноманітних перешкод і загороджень в моменти активних дій особового складу; активними заповзятими діями супротивника; несподіваним проведенням бойових тривог; проведенням занять і навчань на незнайомій місцевості тощо.

Внесення в процес бойової підготовки елементів небезпеки та ризику досягається: подоланням різноманітних складних перешкод в умовах безпосередньої фізичної небезпеки; рухом в атаку за розривами снарядів та мін; киданням бойових гранат в атаці на ходу, без зупинки; рухом в атаку на лижах шляхом буксирування особового складу за танками; стрибками в воду в повному спорядженні і форсуванням водних перешкод вплав та на підручних засобах; переміщенням під водою як з використанням ізолюючого протигазу, так і без нього; подоланням заболочених ділянок місцевості та водних перешкод по льоду; водінням танків під водою та зануренням під воду для інженерних робіт; стрільбою штатним снарядом та проведенням стрільб у нічний час; активним захистом від запальних засобів; проведенням робіт та

обладнанням позицій в умовах реального зараження місцевості навчальними рецептурами імітаційних засобів чи дегазацією зараженої зброї та бойової техніки; десантуванням і спішуванням з транспортних та бойових засобів на ходу; обкатом танками і пересуванням десантом на танках; встановленням та розмінуванням мінно-вибухових загороджень з бойовими запальниками (підривниками); лазінням по скелястим стінам значної крутизни та по ділянках з від'ємними негативними кутами.

Створення під час бойової підготовки обстановки активності й творчості досягається засобами, які спонукають особовий склад до розумової праці та самостійності:

- ✓ постановкою перед тими, хто навчається питань причинно-наслідкового характеру, що дозволяють творчо використовувати свої знання та проникати в сутність вивчаємого матеріалу, а також розвивають здатність робити самостійні висновки (“Чому?”, “Як пояснити?”, “Для чого?”, “Що з цього випливає?”, “До чого це веде?” тощо);

- ✓ збільшенням обсягу практичних дій навчаємих щодо вирішення ввідних, різноманітних завдань розумового або рухливого характеру з внесенням елементів змагання;

- ✓ виконанням нормативів в умовах, наближених до бойової дійсності;

- ✓ виконанням функціональних обов'язків і самостійних завдань у складній обстановці, що швидко змінюється;

- ✓ вмілим визначенням супротивника;

- ✓ постійним контролем за діями особового складу і докладним розбором наявних позитивних сторін і недоліків у їхній діяльності.

Уявлення про картину сучасного бою у особового складу складається на тактичних навчаннях, на заняттях і тренуваннях щодо вивчення сучасних видів зброї та способів захисту від неї, в результаті словесного опису бойових дій, перегляду спеціальних кінофільмів та діафільмів, плакатів, малюнків, а

також читання художньої літератури на військову тематику.

Однак копіювання одної зовнішньої картини бою не забезпечує створення психологічної обстановки, наближеної до бойової. Наближувати умови навчання до бойових – це означає передусім створювати на навчаннях і заняттях обстановку, змушуючи навчаємих виконувати увесь той обсяг заходів і дій, які вони повинні будуть робити на війні.

Виховання впевненості у зброї та в надійності індивідуальних засобів захисту досягається:

- ✓ демонстрацією зброї, бойової техніки, засобів захисту та їх можливостей;
- ✓ високою якістю занять щодо вивчення зброї, бойової техніки, засобів захисту та добрим знанням їх особовим складом;
- ✓ проведенням стрільб, водінь та інших заходів на добре пристріляній, вивіреній зброї та полагоджений бойовій техніці, а тренувань у захисті від зброї масового ураження супротивника – у полагоджених і перевірених засобах захисту;
- ✓ початком виконання стрільб, водінь і дій щодо захисту від ЗМУ з особистого показу керівником занять (командиром) чи найбільш підготовленими сержантами і солдатами за принципом “Роби як я”;
- ✓ систематичними тренуваннями у нормативних діях при зброї (бойовій техніці) та в тривалому перебуванні в засобах захисту в умовах цілеспрямованої діяльності.

Крім того, впевненість у надійності індивідуальних засобів захисту з великою ефективністю формується в результаті проходження через камеру (намет) технічної перевірки протигазів і виконання функціональних обов’язків у засобах захисту на місцевості, зараженій рецептурами навчальних імітаційних засобів, а також показу відповідних навчальних кінофільмів.

Створення за заняттях і навчаннях обстановки напруженості, раптовості, небезпеки і ризику не є самоціллю. Підвищуючи гостроту реакції воїнів, вона

повинна привчати їх активно діяти в умовах підвищених психічних навантажень і тим самим набувати необхідний досвід вольових дій у подоланні труднощів та негативних психічних станів, формувати в них комплекс таких вольових якостей, як самовладання, стійкість, рішучість, сміливість, мужність, які в умовах цілеспрямованої діяльності стають одним з джерел героїзму.

Запровадження до навчальної обстановки різноманітних труднощів і небезпечних ситуацій повинно здійснюватися стосовно до конкретних умов театру воєнних дій та нарощуватися поступово з набуванням особовим складом досвіду й емоційно-вольових навичок у подоланні страху [12, 15-17].

Планування психологічної підготовки особового складу здійснюється в єдиному комплексі заходів щодо організації бойової підготовки підрозділів, частин (з'єднань). У загальному вигляді процес планування психологічної підготовки особового складу включає такі етапи:

1. Оцінка початкового рівня готовності особового складу до ведення бойових дій.
2. Визначення завдань психологічної підготовки в системі бойової підготовки.
3. Підбір і визначення методів психологічної підготовки згідно з темами і метою занять предметів бойової підготовки.
4. Визначення прийомів і засобів створення мотиваційної установки військовослужбовців на заняттях з предметів бойової підготовки.
5. Визначення додаткових заходів щодо організації психологічної підготовки особового складу підрозділу.

Планування психологічної підготовки у процесі бойового навчання особового складу здійснюється командиром підрозділу за таким алгоритмом:

1. Аналіз діяльності підрозділу з виділенням всіх її компонентів.
2. Складання переліку цілей психологічної підготовки особового складу.

3. Визначення відповідної мотивації (актуалізація мотивів) особового складу до формування психологічної готовності і стійкості.
4. Визначення порядку досягнення цілей.
5. Обґрунтування змісту діяльності особового складу в процесі його психологічної підготовки.
6. Обґрунтування змісту і порядку дій особового складу у нормальних умовах.
7. Процес формування стійкості воїнів до впливу вторинних чинників бою.
8. Процес формування стійкості воїнів до впливу первинних чинників бою.
9. Порядок контролю і оцінки результативності психологічної підготовки особового складу підрозділу.
10. Порядок координації дій з іншими посадовими особами та корегування процесу психологічної підготовки особового складу для досягнення покращення його результатів.

Основними компонентами психологічної структури будь-якої діяльності особового складу підрозділу є: мотиви, цілі, результат, дії, направлені на досягнення поставленої мети, операції (процедури), що складають дії (способи здійснення дії) і відповідають можливим умовам досягнення цілей, засоби (техніка, екіпіровка, спорядження), ресурси (фінансові, матеріальні, людські) і включеність діяльності в систему взаємодії з іншими підрозділами.

У найбільш загальному вигляді макроструктура діяльності військовослужбовця може бути представлена в такому вигляді:

- мотив або група мотивів, що спонукають до діяльності;
- мета – предмет, на який направлена дана діяльність і який відповідає певній потребі;
- проміжні цілі діяльності;

– система дій і операцій (процедур), що становлять: 1-шу дію, 2-гу дію, 3-тю дію тощо.

Виділення всіх перерахованих компонентів професійної діяльності військовослужбовця і є метою психологічного аналізу діяльності, до якої здійснюється підготовка [13, 20-21].

У порівнянні з проведенням занять з бойової підготовки психологічна підготовка особового складу має свої особливості.

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, долаття вогневих смуг з вибуховими ефектами, долаття “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,

етання бойових гранат, долаття 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 вправи 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 [10, 16-17].

З огляду на зазначений матеріал впливає, що сутність психологічної підготовки полягає у формуванні в особового складу морально-бойових якостей, морально-психологічного стану, які б дозволили йому діяти в бою як у знайомій ситуації, звичному середовищі, швидко ідентифікувати події, які відбуваються на полі бою, виявляти загрозливі тенденції, своєчасно й адекватно реагувати на них, зберігати необхідний рівень боєздатності та активності в умовах дії психотравмуючих стрес-факторів. Це зумовлює її зміст, тобто головні завдання і специфіку різних видів психологічної підготовки воїнів із урахуванням специфіки їхньої навчально- бойової діяльності. Формування мотивації бойової діяльності допомагає воїнам легше морально підготуватися та мобілізувати свої можливості, переборюючи при цьому психічну напруженість, та виконувати поставлене завдання.

2.2. Аналіз соціально-психологічних чинників, що впливають на морально-психологічний стан військовослужбовців під час перебування в полоні.

Бій - це велике випробування для фізичних і духовних сил військового, його здатності активно протистояти впливу екстремальних, дуже несприятливих для життя чинників, зберігати волю і рішучість, до кінця виконати поставлене йому бойове завдання. Одночасно він є запеклою боротьбою цілей, мотивів, переконань, настроїв, волі, думок військовослужбовців протиборчих сторін [3].

Нормальними переживаннями людини в бою є не тільки відчуття патріотизму, любов до України, прагнення помститися ворогу, виконати бойову задачу, але і такі негативні, як страх смерті, поранення, каліцтва, полонення супротивником, боязнь виявитися нездатним виконати бойову задачу і виявитись боягузом в очах товаришів.

Для виконання бойових завдань військовослужбовець повинен бути добре підготовленим та бути впевненим у правильності рішення керівництва

держави щодо виконання поставленого завдання, впевненості у власних силах та міці ЗС загалом, що дозволить виконати бойове завдання.

Аналізуючи психологічні дослідження бойових дій минулих та сучасних війн виділимо дві групи факторів, що впливають на бойову діяльність військ - зовнішні і внутрішні. У свою чергу, зовнішні чинники поділяються на соціальні, бойові та еколого-ергономічні.

Соціальні чинники здійснюють вирішальний вплив на воїнів у бойовій обстановці, оскільки служать основою для формування загальних соціальних мотивів їх поведінки і бойових установок. Сюди слід також віднести дію макросоціального чиннику, адже це ставлення народу до війни. Важливим аспектом виконання бойового завдання являються такі мікро-соціальні чинники, як згуртованість військового підрозділу, що визначає поведінку особового складу у бою.

Бойові чинники являють собою широкий спектр змінних, що визначають ті або інші реакції, стан, поведінку воїнів у бою. Дані психологічних досліджень дозволили виявити особливу дієвість таких бойових чинників, як вид, умови й інтенсивність бойових дій, особливості використовуваної зброї, надійність засобів захисту, часові, природно-географічні, погодно-кліматичні умови, обсяг і співвідношення втрат сторін.

Ефективність бойових дій військ значною мірою визначається вибором правильної стратегії і тактики дій. На думку військових психологів, стратегії бувають “витратні” і “психологічні”.

Німецький дослідник Е. Дінтер дослідив процес адаптації до бойових дій, на його думку він оптимальний в діапазоні від п’ятнадцяти до двадцяти п’яти діб, тоді як на передовій воїн повинен бути не більше як сорок діб.

Слід відмітити, що соціальні (суспільно-політичні), бойові, еколого-ергономічні, фізіологічні та психологічні чинники бойової обстановки у різний час, з різною силою і в різних комбінаціях впливають на поведінку особового складу. Небезпечна для життя, бойова обстановка буде по-різному

сприйматися особовим складом, якщо кожен по-своєму буде розуміти мету війни, ставитися до противника, своїх товаришів, командирів. Також готовність до виконання бойових завдань буде залежати від наявності бойового досвіду, типу нервової системи, характеру тощо.

Потрапляння у полон для солдата є найгіршим результатом бойових дій. У певних ситуаціях потрапити до рук ворога страшніше за смерть. У випадку якщо противник знає про характер завдання полоненого, а зазвичай він усвідомлює це, зіставивши місце й обставини полонення, - його метою буде отримання максимально можливого обсягу оперативної інформації. Чимало військових режимів повністю ігнорують таке поняття, як “права людини”, і тому основним інструментом отримання потрібних відомостей від полоненого, не бажаючого ділитися подібною інформацією (а при допитах елітних солдатів, до яких відносяться десантники і розвідники, це звичайна справа), є тортури. Той, хто проводить допит, використовує всі наявні в його розпорядженні засоби для того, щоб вирвати зізнання з вуст полоненого, який, покладаючись на свою підготовку, але більшою мірою - на власну силу волі, прагне не розголошувати важливих відомостей [3, 124].

Військовослужбовець може вважатися полоненим тільки у разі його захоплення представниками іншої держави, яка або якій оголошено війну. У всіх інших ситуаціях коли його позбавляють волі невідомі особи (НЗФ) він є заручником. У випадку із військовослужбовцями ЗС України, які воювали на сході України та були захоплені НЗФ, не є військовополоненими, вони є заручниками.

Після потрапляння в полон у кожної особи настає період, який необхідний для реабілітації тобто звикання із думкою, що військовослужбовець позбавлений волі примусово. Кажучи іншими словами полонені переживають певну стресову ситуацію, на підсвідомому рівні особа має пристосувати до ще невідомих, нелюдських умов існування.

Один з найкритичніших моментів наступає відразу ж після захоплення в полон. У ці перші хвилини захоплювачі вирішують питання про життя або смерть полоненого. Психологи радять вступити в розмову з потенційними катами, оскільки значно важче убити людину, з якою ти тільки що розмовляв. Важлива і тема розмови. Не варто намагатися розжалобити бойовиків розповідями про своє численне потомство або про хворих батьків. Багатьом бойовикам властивий культ сили, мужності, тому сподіватися на їх доброту - справа даремна. Слабкі і боязкі, на їх переконання, не мають права на існування. Тих, хто валяється в ногах, можуть пристрелити без зволікання.

Зав'язуючи розмову, краще за все вибрати нейтральні теми, це пов'язані із “злобою дня”, щоб не розсердити свого візаві і не отримати результат, зворотний бажаному. Розмовляти слід спокійним тоном, з доброзичливими інтонаціями. Слід враховувати, що багато членів незаконних збройних формувань часто перебувають у стані наркотичного сп'яніння та їх реакції можуть бути неадекватні ситуації.

На противника заспокійливо діють розслаблені долоні на рівні грудей, звернені до нього тильною стороною. Рухи повинні бути плавними.

Опинившись у полоні, потрібно прагнути встановити контакт з тими, хто вас оточує, - товаришами за нещастям, охоронцями - і уважно спостерігати за тим, що відбувається навколо. При цьому активність не повинна впадати в очі - це може призвести до поганих наслідків. У противника повніше створитися враження про полоненого, як про людину малограмотну, тупувату, і головне - не дуже рухливу, словом, “лошари”, від якого навряд чи можна чекати неприємностей.

Для багатьох бойовиків характерна гіпертрофована пихатість. Вони дуже часто знаходяться в постійному суперництві один з одним, надзвичайно ласі до лестоців. Висловлюючи захоплення крутизною, відвагою і силою наглядача, досить легко добитися від нього довіри і симпатії та надалі успішно маніпулювати ним.

Будь-які катування і позбавлення значно легше перенести, коли ти знаєш, за що доводиться страждати. І розумієш, що інший шлях — зрада, а значить, моральна смерть. Для багатьох єдиним порятунком у такій ситуації ставала віра.

Кожен військовослужбовець повинен знати, що захват у полон (заручники) є стресовою ситуацією, яка має свої психологічні закономірності протікання та відповідні стадії.

Перша - стадія вітальних реакцій, що триває від декількох секунд до 5 - 15 хв і характеризується підпорядкуванням всіх дій збереженню власного життя з характерним звуженням свідомості, зміною моральних норм і обмежень, порушенням сприйняття часових інтервалів і внутрішніх подразників. Для такої ситуації характерні оціпеніння, порушення раціональної поведінки.

Друга — стадія гострого психоемоційного шоку з проявами надмобілізації - триває від 3 до 5 годин і характеризується загальною психологічною напругою, граничною мобілізацією психофізіологічних резервів, загостренням сприйняття і збільшенням швидкості розумових процесів, проявами відчайдушної сміливості (особливо при порятунку близьких) при одночасному зниженні критичної оцінки ситуації, але збереженні здатності до доцільної діяльності. В емоційному стані в цей період переважає почуття відчаю, що супроводжується відчуттями запаморочення і головного болю, а також серцебиттям, сухістю в роті, спрагою й утрудненим диханням. Поведінка в цей період підпорядкована майже виключно ідеї порятунку близьких або друзів з подальшою реалізацією уявлень, щодо професійного та службового обов'язку. Саме в цей період найбільш вірогідні прояви панічних реакцій і зараження ними оточуючих.

Третя - стадія психофізіологічної демобілізації. Її тривалість - до трьох діб. В абсолютній більшості випадків вона пов'язується із розумінням масштабів трагедії ("стрес усвідомлення"). Найбільш характерними для цього

періоду є різке погіршення самопочуття та психоемоційного стану з переважанням почуття розгубленості (аж до стану своєрідної прострації), окремих панічних реакцій, зниження моральної нормативності поведінки, відмова від будь-якої діяльності і мотивації до неї. Одночасно спостерігаються депресивні тенденції, порушення функції уваги і пам'яті.

На четвертій - “стадії вирішення” (від 3 до 12 діб) - динаміка стану і самопочуття постраждалих багато в чому визначається специфікою впливу екстремальних чинників, отриманими поразками і морально-психологічною ситуацією після трагічних подій. У цей період поступово стабілізується настрій і самопочуття, але зберігаються знижений емоційний фон, обмеження контактів із оточуючими, гіпомімія (маско- подібність особи), зниження інтонаційного забарвлення мови, сповільненість рухів, порушення сну й апетиту.

Триває подальше зниження психофізіологічних резервів, прогресивно нарастають явища перевтоми, істотно зменшуються показники фізичної і розумової працездатності.

П'ята — “стадія відновлення” психофізіологічного стану - починається переважно з кінця другого тижня після впливу екстремального фактору і найбільш виразно проявляється у поведінкових реакціях: активізується міжособистісне спілкування, нормалізується емоційне забарвлення мови і мімічних реакцій, вперше з'являються жарти.

На останній, шостій стадії (через місяць) у кожного п'ятого виявлялися стійкі порушення сну, невмотивовані страхи, кошмарні сновидіння, що повторюються, нав'язливість, у 75% осіб - ознаки астено-невротичних реакцій у поєднанні з порушеннями діяльності шлунково-кишкового тракту, серцево-судинної та ендокринної систем. Одночасно збільшуються внутрішня і зовнішня конфліктогенність.

У деяких полонених (заручників) можлива підсвідома ідентифікація з агресором” (особливо у молодих людей), що може призвести до серйозних проблем у соціальній групі.

Військовий полон створює певний психологічний комплекс, людина, яка опинилася в ньому, знаходиться в умовах тривалої соціальної ізоляції, яка характеризується рядом стресогенних умов, яким німці ще в Першу світову війну дали загальну назву ‘психоз колючого дроту’ (Stacheldrahtpsychose). Кожен військовополонений усвідомлює, що його доля повністю знаходиться в руках противника, а також залежить від власної поведінки. Виходячи з цього, переважна більшість військовополонених, незалежно від їх національної і державної приналежності, займає нейтральну позицію у ставленні до навколишнього середовища, прагнучи досягти єдиної мети - вижити і повернутися додому [3, 125-129].

Під час перебування в полоні до військовополонених можуть застосовуватися різноманітні методи впливу, як психологічні так і фізичні. Найпершою подією, що відбутися після захоплення в полон здебільшого стає допит. Адже у даний час кожен із захоплених перебуває у стресовому стані, що надає можливість противнику дану обставину використати у своїх цілях для отримання певного роду інформації. Стверджується, що найкращим захистом у ході допиту є почуття військового обов’язку, мовчання, віра в себе, свою армію, країну і релігію.

Пропонується повідомляти тільки своє прізвище, ім’я, військове звання, особистий номер і дату народження; бути ввічливим, але намагатися не справляти враження готовності співпрацювати, так як воно може сприяти продовженню допиту; прикидатися нетямущим у питаннях, що представляють інтерес для противника; побоюватися провокаторів і табірної медичного персоналу, які можуть використовуватися для збору інформації.

Не слід показувати знання іноземної мови і не вірити твердженням про те, що інші полонені повідомляють яку-небудь інформацію.

Під час допиту рекомендується не дивитися в очі тому, хто допитує. У погляді може відбитися те, що приховується. Краще вибрати точку між очима або на лобі і розглядати її. Не вагатися у відмові повідомити відомості, не давати інформацію про інших військовополонених.

Якщо під час допиту було згадано ім'я якої-небудь людини, про це потрібно повідомити старшому з тих, хто потрапив у полон. Необхідно уникати спокуси справити хороше враження хвалькуватими розповідями про свої подвиги, намагатися не виказати секретні дані та дані, які може використати противник у своїх інтересах, беручись заповнювати зовнішньо нешкідливі опитувальники, анкети або писати заяви, де доведеться повідомляти про себе даних більше, ніж необхідно.

Не намагатися обдурити противника добровільною дачею свідчень. Досвідчений офіцер, який проводить допит, зможе отримати потрібну інформацію, як тільки ви почнете вести розмову на певну тему.

Із досвіду різних країн світу науковці приводять певні рекомендації, які необхідні військовополоненому для виживання в умовах вимушеної ізоляції. Насамперед це ніколи не залишайте надію на втечу. Як би погано не було, тільки стежачи за собою людина залишається людиною і зможе вижити у вирішальний момент. Необхідно слідкувати за собою і своїм тілом, кожен день робити фізичні вправи та дотримуватися правил гігієни.

Щоб вижити, опинившись у полоні, необхідно дізнатися у противника, що можна, а що не можна. Це краще, ніж отримати кулю за спробу втечі під час простого походу в туалет.

Якщо противник надасть можливість поспілкуватися по телефону з родичами, не слід втрачати самоконтроль і не плаче в трубку.

Для орієнтації у просторі необхідно вести облік днів.

Якщо ви опинилися у полоні не заради викупу, то самим ідеальним варіантом порятунку буде створити враження повної підтримки політичних та

інших мотивів злочинців. Для цього потрібно постійно цікавитися їх ідеологією, міркувати з ними з цього приводу.

Не йдіть “у відмову” і не грайте в героя. Якщо ви будете лояльним режиму вашого утримання і не будете нарікати на його негативні сторони, є вірогідність пом’якшення умов вашого утримання в полоні [3, 131].

Виділяють наступні такі етапи полону:

1. Захоплення;
2. Первинний допит;
3. Транспортування;
4. Ізоляція/утримання/допит;
5. Звільнення (штурм/обмін).

Під час вимушеної ізоляції при перебуванні в полоні полонені піддаються фізичному та психологічному впливу, який супроводжується:

- ✓ Ідеологічною обробкою;
- ✓ Знуцаннями (роздяганням до гола);
- ✓ Тортурами (сексуальним насиллям);
- ✓ Голодом;
- ✓ Хворобами;
- ✓ Виснажливими роботами;
- ✓ Незаконними розправами;
- ✓ Жорстокістю конвоїрів;
- ✓ Втратою зв'язку з рідними;
- ✓ Втратою надії на швидке звільнення.

Ідеологічна обробка військовополонених проводиться з метою руйнування особистості людини й перетягування на свій бік. З цією метою противник вдається до різного роду маніпуляцій та впливу на свідомість полоненого. Нерідко до полонених доводиться різна неправдива інформація щодо побратимів, які перейшли на бік ворога й виконують завдання на боці противника, до зазначеного загалу також відноситься інформація щодо різних

та близьких полоненого, також бездіяльності уряду та військового керівництва щодо його звільнення з полону.

Під час перебування в полоні для більшого фізичного та психологічного виснаження військовополоненим можуть не давати їжу повністю або ж у незначній кількості, на деякий час полоненого можуть позбавити їжі загалом. Для цього кожен хто потрапив у полон повинен розуміти, що їжа являється основним чинником для підтримання свого фізичного здоров'я. Через нелюдські умови утримання серед полонених можуть ширитися різноманітні хвороби, які виснажуватимуть заручників. Важливим елементом є надання вчасної медичної допомоги тим хто потрапив в полон через отримання поранення, адже серйозні поранення можуть призвести до втрати кінцівок або смерті взагалі. Для цього полоненому необхідна турбота тих хто перебуває з ним у вимушеній ізоляції. Адже турбота про побратима дасть змогу відволіктися від проблем ізоляції.

Знуцання займають теж важливе місце у впливі на психічне та фізичне здоров'я полоненого. Знуцання може бути, як над самим полоненим так і над тими хто перебуває у такій же ситуації, як і сам заручник. Неодноразово полонених заставляли дивитися на катування своїх побратимів, їхні страждання. Нелюдське поводження із сторони противника заставляє переживати людину страх та стрес постійно в очікуванні чогось невідомого або жорстокого, страху за своє життя. При допитах та катуваннях багато конвоїрів розуміючи свою зверхність й безнаказаність проводять страти полонених без суду й на свій розсуд.

Через перебування у вимушеній ізоляції й відірванням від навколишнього світу полонений щоденно обмірковує стан свого буття й сумує через втрату зав'язків із рідними. Через значний термін перебування в полоні щодня згасає надія звільнення з полону. Найбільше полоненого пригнічують думки про своє майбутнє. Вони здатні справді звести людину з розуму. Усвідомлення факту, що ти повністю залежиш від ворожої тобі чужої волі, ламає сильніше фізичних

мук. Тому - ні в якому разі не потрібно дозволяти собі опускатися! Як би не було важко, страшно, боляче - не потрібно піддаватися смутку. Необхідно змушуйте себе заповнювати кожну хвилину полону якимось заняттям, не залишати часу для переживань. Через силу, через “не можу” примушувати себе думати, читати вірші, тримати себе в чистоті, дотримуватися правил поведінки під час приймання їжі (навіть якщо ваш сніданок - шматок буряків, а замість столу - підлога).

Висновки:

1. Психологічна підготовка особового складу до виконання поставлених завдань являється основним елементом бойової підготовки воїна до війни у сучасних умовах. У ЗС України психологічна підготовка проводиться у три фази й ділиться на загальну, спеціальну і цільову. Найбільш ефективним способом формування у військовослужбовця стійкості до бойового стресу, готовності до виконання завдань являється проведення занять з бойової підготовки з моделюванням реальної картини бою й психологічними навантаженнями, які особовому складу необхідно буде долати під час бою.

2. Психологічна готовність військовослужбовця до виконання бойових завдань повністю впливає на успішність його виконання, для зменшення ризику впливу бойової обстановки кожен військовослужбовець повинен бути всебічно підготовленим і вирішальним фактором його підготовки є його МПС, який дозволить виконати бойове завдання.

3. У разі потрапляння в полон манери поведінки та психологічна готовність до перебування в умовах вимушеної самоізоляції дадуть військовослужбовцю можливість швидше адаптуватися до умов перебування в полоні й розподілити свої сили, налагодити комунікації з іншими військовополоненими. Оскільки полон для кожного являється стресовою ситуацією, яка має свої стадії й певні ознаки військовослужбовців ЗС України необхідно навчати методам щодо можливості адаптуватися до умов вимушеної

ізоляції в умовах, що не являються сприятливими до життя й мають значний вплив на психіку особистості.

РОЗДІЛ 3.

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЇ ВІЙСЬКОВОГО ПОЛОНУ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО УДОСКОНАЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З НАБУТТЯ НАВИЧОК ПЕРЕБУВАННЯ В ПОЛОНІ.

3.1. Організація та методи дослідження

Історія розвитку суспільства та вітчизняна історія засвідчує, що проблема національної безпеки держави та ролі в ній морально-психологічного чинника постійно була, та залишається об'єктом наукового дослідження та застосування його в практичній площині. Ця проблема ставала усе актуальнішою з розширенням і поглибленням наукового пізнання про природу людини, її соціально-психологічні, фізичні та генетичні якості. Науково підтверджено, що людина, всупереч своєму різноманіттю, є єдиною за своєю природою. Це зайвий раз підтверджують такі науки, як соціальна психологія, соціальна біологія, акмеологія, психофізіологія та ін.

Зазначимо, що починаючи із 2013 року відповідно до наказу начальника Генерального штабу – Головнокомандувача Збройних Сил України від 16.11.2012 року №240 "Про впровадження психологічної підготовки особового складу в навчальний процес підготовки органів управління та військ (сил)" у ЗС України планується та проводиться психологічна підготовка особового складу. У зазначеному наказі поставлено завдання посадовим особам щодо процесу організації та проведення психологічної підготовки:

органах військового управління відпрацювання питань психологічної підготовки планувати невід'ємною складовою під час проведення заходів оперативної підготовки, у військових частинах (підрозділах) – під час заходів бойової підготовки;

відпрацювання питань психологічної підготовки проводити з усіма категоріями військовослужбовців;

обсяг годин для відпрацювання питань психологічної підготовки визначати своїм рішенням, з урахуванням набутих знань та навичок підлеглими, відповідно до тематики навчань (тренувань, воєнних ігор) та переліку тем (питань) психологічної підготовки [11, 1].

Основними завданнями психологічної підготовки є:

формування у військовослужбовців психологічної стійкості до психотравмуючих факторів сучасних бойових дій;

створення передумов високої бойової активності особового складу;

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

навчання особового складу методам попередження психотравмування, саморегуляції, виявленню ознак отримання психологічних травм;

надання першої психологічної допомоги [11, 1].

Психологічна підготовка – цілісний та організований процес формування у військовослужбовців психічної стійкості і 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 [10].

Відповідно наказом Генерального штабу Збройних Сил України «Про затвердження Настанови з морально-психологічного забезпечення підготовки та застосування Збройних Сил України» від 27 квітня 2018 року №173 визначено, що психологічна підготовка є напрямком психологічного забезпечення. У свою чергу психологічне забезпечення являється складовою морально-психологічного забезпечення, як виду забезпечення ЗС України.

Психологічне забезпечення – цілеспрямована діяльність органів військового управління, командувачів, командирів (начальників), службових осіб структур МПЗ з метою психологічного відбору, формування, підтримання

і відновлення в особового складу військ (сил) психологічної готовності до виконання завдань, емоційно-вольової стійкості до негативних психологічних чинників у будь-яких умовах обстановки, зниження психогенних втрат та збереження психічного здоров'я військовослужбовців [4, 7].

Тобто психологічна підготовка особового складу військ являється одним із основних напрямків психологічного забезпечення в загальній системі морально-психологічного забезпечення ЗС України.

Психологічна підготовка особового складу реалізується шляхом формування і розвитку у військовослужбовців відповідних знань, умінь, навичок, спроможностей і досвіду, згуртованості підрозділів, які забезпечують їх психологічну готовність до організованих, ініціативних та активних дій в бою (операції), стійкість до бойових стрес-факторів і негативних психологічних чинників [4, 7].

Психологічна підготовка ділиться на:

- ✓ загальну;
- ✓ спеціальну;
- ✓ цільову.

Об'єктом загальної психологічної підготовки є вищі психічні утворення - світогляд, переконання, ідеали, наміри, інтереси, бажання, потреби, від змісту яких зрештою залежить поведінка військовослужбовців під час виконання бойових завдань.

Результатом загальної психологічної підготовки має стати перетворення абстрактного патріотизму в мотиваційно-спонукальний фактор бойової діяльності особового складу, створення у особового складу такого Я-образу, який би ґрунтувався на впевненості у власних можливостях, спонукав військовослужбовців до професійного удосконалювання, був основою належного морально-психологічного стану особового складу. Для цього кожному офіцеру важливо мати об'єктивну інформацію, яка б цілком відображала реальні почуття, думки, настрої, наміри, з якими підлеглі

сприймають певну бойову ситуацію. Інтереси бою вимагають, щоб командири (начальники) розуміли, що перехід від мирних до бойових умов (бою) передбачає зміну звичайного сприйняття навколишнього середовища, необхідність в обмежений термін переналаштувати свідомість військовослужбовців із мирного на воєнний лад.

Загальна психологічна підготовка передбачає проведення високоефективних заходів із прищеплення особистості поглядів і переконань, які б цілком відповідали вимогам підтримання високої бойової активності особового складу, збереженню відповідного рівня його психологічної стійкості у будь-яких умовах бою. Корисно у такій ситуації звертати увагу військовослужбовців на відомі події і вчинки.

Отже, основними завданнями загальної психологічної підготовки є: виховання у особового складу почуття патріотизму, любові до Батьківщини, гордості за її історію, народ, збройні сили, бойові і трудові традиції, формування активної громадянської позиції;

формування у військовослужбовців особистих мотивів, необхідності активної участі у виконанні завдань із захисту Вітчизни;

формування професійно зрілих інтересів і поглядів щодо виконання свого службового обов'язку;

формування впевненості у зброї, бойовій техніці, своїх силах; формування у особового складу реального уявлення про можливий вплив факторів бойової обстановки на морально-психологічний стан (психіку та поведінку) особового складу;

формування здатності витерплювати тривалі фізичні навантаження; навчання військовослужбовців прийомам психологічної само- та взаємодопомоги;

навчання підлеглих прийомам управління своїм психічним станом, психологічної саморегуляції, волевої мобілізації, зниження больових відчуттів тощо;

формування у командирів (начальників) знань психологічних закономірностей можливої поведінки особового складу в бою;

навчання командирів (начальників) прийомам психолого-педагогічного впливу на особистість та військовий колектив у бою (бойових умовах) тощо.

Загальну психологічну підготовку проводять в умовах мирного (під час планових заходів бойової, професійної та національно-патріотично підготовки) та воєнного часу.

Виокремлюють такі форми загальної психологічної підготовки:

психологічна освіта; психоакцентоване навчання;

спеціальні форми (психотренінги, навчання особового складу прийомам психологічної саморегуляції тощо).

Основною формою загальної психологічної підготовки є психологічна освіта, що передбачає систематичне й організоване поширення серед військовослужбовців психологічної інформації для формування у них розуміння закономірностей функціонування людської психіки та поведінки людей в екстремальних умовах, умовах бойової обстановки, навичок і вмінь управління власною психікою, надання психологічної допомоги товаришам по службі.

Практика переконує, що знання тих психологічних явищ, з якими може зіштовхнутися військовослужбовець у складних умовах бойової обстановки, дозволяє психологічно до них підготуватися. Ознайомлення військовослужбовців із типами можливих реакцій на бойові стрес-фактори є своєрідним “щепленням”, що діє за принципом “попереджений - захищений”. На цей факт ще на початку XX ст. вказував відомий військовий психолог Г. Є. Шумков, який вважав, що “завчасне ознайомлення особового складу з умовами бою є завчасним накопиченням бойового досвіду”.

Враховуючи психологічну закономірність “чого не знаю, того боюсь”, необхідно ще до початку бойових дій забезпечити особовий склад необхідною інформацією. Наприклад, навряд чи можна вважати виправданим і гуманним те,

що під час введення бойових дій основним завданням особового складу є знищення живої сили противника.

Бойова практика свідчить, що психологічна освіта - це неодмінна умова і найважливіший елемент психологічної підготовки особового складу.

Психологічну інформацію доводять в усній (лекції, доповіді, бесіди, виступи учасників і очевидців подій) та друкованій (пам'ятки, листівки, бойові листки, військова преса) формах, через перегляд, прослуховування та обговорення кінофільмів, різні повідомлення тощо.

Ефективність психологічної освіти підвищується, якщо наведена інформація конкретизована, пов'язана із майбутньою діяльністю, відповідає рівню підготовки військовослужбовців та їх настроям, не залякує людей, а сприяє розумінню того, Що відбувається. Звичайно, ознайомлення військовослужбовців з інформацією не гарантує надійного захисту психіки військовослужбовців від впливу негативних, травмуючих факторів бойової обстановки (небезпеки, раптовості, несподіванок тощо), однак дозволяє запобігти перетворенню внутрішніх відчуттів і переживань у додаткове джерело психотравматизації.

Отже, систематична психологічна освіта військовослужбовців є ефективним способом їх психологічної підготовки до бою.

Психоакцентоване навчання передбачає внесення у процес бойового навчання елементів напруженості і раптовості, небезпеки і ризику, властивих реальній бойовій обстановці, багаторазові тренування особового складу у цих умовах.

Важливою формою загальної психологічної підготовки є навчання особового складу найпростішим способом психофізичної саморегуляції (використанню різних типів дихання, зміні тону м'язів, впливу на біологічно активні точки тіла, самоконтролю, самопереконанню, самонавіюванню, само наказу, рефлексорному закріпленню емоційних станів), а також вивчення ним

психотропних властивостей лікувальних трав і продуктів харчування тощо [17, 275-278].

Отже оскільки відповідно до стандарту І-СТ-4 першої фази підготовки військовослужбовців є навчання особового складу саморегуляції поведінки в екстремальних умовах й основною формою загальної психологічної підготовки є психологічна просвіта доцільно на даному етапі надавати інформацію підлеглим щодо можливого потрапляння в полон у зв'язку із виконанням бойових завдань, а також проводити орієнтування щодо реакції психіки воїна на перебування у вимушеній ізоляції. Для належного формування на даному етапі слід планувати зустріч особового складу із військовослужбовцями, які перебували в полоні НЗФ й продовжують проходити службу у ЗС України, а також з тими хто звільнився з лав ЗС України, був волонтером або жителем окупованих територій.

Спеціальна психологічна підготовка передбачає урахування основних причин психологічного напруження в бою, бойовій обстановці: реальної загрози життю, відповідальності за виконання поставленого бойового завдання і життя підлеглих, дефіциту часу та інформації для прийняття рішення і його реалізації, ізольованості від основних сил, раптовості, новизни обстановки, невизначеності, інформаційного перевантаження, збільшення темпу діяльності тощо.

Головною умовою спеціальної психологічної підготовки є максимальне наближення навчального процесу до реальних бойових дій.

Практика свідчить, що перераховані фактори потрібно моделювати у процесі бойового навчання комплексно, створюючи багатовимірну, полімодальну (що впливає на всі органи почуттів), реалістичну картину сучасного бою. Проте моделювання не повинно бути самоціллю, головним завданням є привчання особового складу до активних та ініціативних дій в умовах підвищених психічних навантажень, забезпечення набуття військовослужбовцями необхідного досвіду подолання труднощів і негативних психічних станів, формування у них комплексу вольових якостей (рішучості, стійкості, самовладання, мужності).

Отже, моделювання психологічних чинників - це способи створення таких умов обстановки, які б викликали у особового складу таку ж поведінку та психічні стани, як і в ході виконання бойових завдань.

Вітчизняний та зарубіжний досвід бойової підготовки переконує, що дієвою формою психологічної підготовки особового складу є “показ поля бою”. Відомий американський фахівець з питань бойової підготовки Р. Рігг зазначає, що навчальні поля з викошеною травою, розчищеними стежками, пофарбованими мішенями неадекватних розмірів, смугастими стовпцями біля дороги тощо формують у особового складу спотворене уявлення про поле бою. На його думку, навчальні поля мають бути моторошним і неприємним місцем, а створена на них обстановка викликати не просто відразу, нудотний рефлекс, а жах. Для цього доречно використовувати різноманітні імітаційні засоби: магнітофонні записи лементів і стогонів поранених, муляжі зі слідами крові і т. ін. У Збройних Силах України відповідні навчальні поля лише розробляють, що є недоліком у системі бойової і психологічної підготовки.

До способів моделювання факторів небезпеки належать: створення реалістичної, багатовимірної, полімодальної картини сучасного бою чи окремих його фрагментів під час занять і навчань; метання бойових гранат, у тому числі під час атаки, на ходу;

проведення стрільб штатними снарядами і занять з вогневої підготовки в нічних умовах;

обкатка особового складу танками, навчання прийомам десантування та спішування з бойових машин і транспортних засобів на ходу;

встановлення і розмінування мінно-вибухових загороджень з бойовим зарядом;

подолання складних перешкод із ризиком для життя (при суворому дотриманні заходів безпеки).

Створення фізичного та психічного напруження досягають: проведенням занять і тренувань в умовах, наближених до регіону майбутніх дій, ускладнених

ергономічній обстановці (при інтенсивному шумі, вібрації конструкцій, слабкому освітленні, мерехтінні світла, різких, неприємних запахах, тривалих діях без відпочинку в засобах індивідуального захисту);

імітацією активних і нестандартних дій противника (диверсіями, засідками, масованими нальотами, діями снайперів тощо), протидії місцевого населення;

управлінням інформацією, необхідною для прийняття рішень і ведення бойових дій, нарощуванням обстановки (віддаванням ввідних про відмови техніки, зброї, виконанням поставлених завдань скороченими силами, імітацією тривалих затримок у пересуванні колон тощо).

На практиці використовують такі засоби моделювання факторів сучасного бою:

комплексні системи імітації бойової обстановки, комп'ютерні тренажери управління бойовими діями підрозділів, лазерні імітатори стрільб, комп'ютерні тренажери із використанням ефектів віртуальної реальності тощо;

імітацію застосування сучасної зброї і боєприпасів (вибухові речовини, імітаційні міни, фугаси, гранати, вибухові та димові пакети, сигнальні й освітлювальні ракети, вогневі суміші, поодинокі постріли, джерела сильного світла, звукові засоби із фонотеками звукової картини бою, імітаційні мінні поля тощо);

імітацію результатів застосування зброї і боєприпасів (зруйновані об'єкти, ділянки доріг і мости, макети ушкодженої техніки, муляжі трупів, завали, аудіозаписи криків поранених, контужених, панікерів і т. ін.);

застосування засобів, характерних для реального бою (дротових загороджень і малопомітних перешкод, протитанкових ровів і пасток, барикад, колійних мостів тощо).

Отже, під час бойового навчання військовослужбовець повинен пізнати і, по можливості, відчувати весь спектр впливів, характерних для бойової обстановки (зорових, слухових, кінестатичних, нюхових, смакових,

вестибулярних), навчитися правильно реагувати на них і активно діяти в умовах їх ескалації. Моделювання основних психологічних факторів сучасного бою у процесі бойової підготовки дозволяє певною мірою психологічно загартувати військовослужбовців, збільшити їх психологічний потенціал, необхідний для подолання психотравмуючих факторів реальної бойової обстановки.

Тобто відповідно до викладеного матеріалу та стандарту І-СТ-4 під час другої фази психологічної підготовки (спеціальної психологічної підготовки) проводяться заняття щодо дій під час захоплення в полон. Зазначена обставина надає логічного продовження першій фазі психологічної підготовки в ході якої у військовослужбовців повинно сформуватися розуміння сучасного бою та вплив стрес факторів на психіку військовослужбовця під час виконання завдань за призначенням. На даному етапі навчання доцільно навчати особовий склад правилам поведінки під час захоплення в полон для набуття навичок, що дадуть можливість зберегти життя. Поряд із цим етап захоплення являється найбільш вдалим моментом для втечі з полону, в ході даного етапу доцільна навчати особовий склад можливостям втечі у відповідності до обстановки, яка склалася на полі бою й умов виконання бойового завдання, а також приналежності військовослужбовця до роду чи виду ЗС України.

Слід також зазначити, що спеціальна психологічна підготовка проводиться з урахування специфіки виконання завдань підрозділами та покладених на них завдань, приналежності до роду чи виду ЗС України так спеціальна психологічна підготовка механізованих підрозділів відрізнятиметься від підготовки підрозділів зв'язку чи розвідників.

Основою організації заходів спеціальної психологічної підготовки особового складу механізованих підрозділів до бойових дій є принцип впровадження у процес підготовки елементів напруження, раптовості, небезпеки та ризику, властивих реальним бойовим діям.

Для формування у військовослужбовців механізованих підрозділів морально-психологічної стійкості та готовності до ведення бойових дій

командири, офіцери органів виховної роботи повинні домогтися створення у військовослужбовців чіткого уявлення про картину загальновійськового бою, впевненості у бойовій техніці та зброї, засобах захисту тощо.

Відповідні заходи необхідно спрямувати на формування у підлеглих емоційно-вольової стійкості (обкаткою особового складу танками, подоланням вогневих смуг та водних перешкод, відпрацюванням способів захисту від ЗМУ, отруйних речовин) та професійно необхідних якостей (уважності, пам'яті та гнучкості мислення відтворенням під час підготовки особового складу елементів напруження, раптовості, небезпеки, ризику, властивих реальній бойовій обстановці).

Командири підрозділів, їх заступники з морально-психологічного забезпечення повинні знати, що напруження в ході підготовки особового складу до бою (бойових дій) досягають збільшенням фізичних та нервово-психологічних навантажень, створенням обстановки з різними перешкодами: інтенсивними світловими та звуковими подразниками, відсутністю достатньої інформації та часу у особового складу на прийняття рішення та виконання завдання; виконанням функціональних обов'язків в умовах, наближених до театру воєнних дій; тривалою активною діяльністю в індивідуальних засобах захисту; тривалими діями вдень і вночі; проведенням бойових стрільб у нічний час, в умовах постійного негативного інформаційно-психологічного впливу противника; навмисним створенням зовнішньої картини бойових дій (муляжами вбитих та поранених, імітацією руїн, пожеж і т. ін.); імітацією отримання особовим складом бойових психогенних травм та розладів; охопленням частини військовослужбовців панікою; необхідністю тривалого і частого подолання характерних перешкод (невеликих водойм, ділянок заболоченої місцевості, завалів, різноманітних загороджень тощо), зон зараження та осередків пожеж, вогнищ; тривалим виконанням обов'язків ізольовано від колективу, у небезпечних умовах обстановки тощо.

Для формування емоційно-вольової та психологічної стійкості командири, офіцери структури морально-психологічного забезпечення під час занять з бойової підготовки, бойового злагодження повинні створювати елементи небезпеки та ризику: через подолання військовослужбовцями складних перешкод в умовах безпосередньої фізичної небезпеки; ведення бойових дій в умовах розривів імітаційних зарядів та мін; перехід в атаку під вогнем “противника” за танками та броньованими машинами піхоти; пересування десантом на танках; метання бойових гранат у русі; подолання водних перешкод із застосуванням ізолюючого протигаза і без нього; подолання заболочених ділянок місцевості та водних перешкод пересуванням тонкою кригою; виконання інженерних робіт під водою; активний захист від вогненебезпечних речовин; обладнання бойових позицій в умовах зараження місцевості; обкатку танками, установлення та розмінування мінно-вибухових загороджень тощо.

Важливими завданнями спеціальної психологічної підготовки особового складу механізованих підрозділів є: формування у підлеглих впевненості в можливості успішної боротьби з танками та броньованими машинами противника усіма наявними на озброєнні засобами, організація вивчення уразливих місць можливого противника, способів захисту від танків та БМП.

Переходячи до підготовки розвідників слід зазначити, що стандартом І-СТ-4 одним 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 та ін. [10, 18].

Таким чином, спеціальна психологічна підготовка особового складу передбачає моделювання впливу на психіку військовослужбовців імовірних факторів сучасного бою в залежності від приналежності до виду, роду ЗС України.

Практика свідчить, що навіть у разі найякіснішої організації загальної та спеціальної психологічної підготовки дії особового складу в особливо складній екстремальній обстановці можуть бути неефективними, якщо не приділено достатньої уваги цільовій психологічній підготовці.

Цільова психологічна підготовка спрямована на підготовку психіки військовослужбовців до вирішення конкретного завдання, виконання конкретних дій у складній ситуації, підвищення функціональної активності психіки, зняття астеничних психічних станів через набуття чіткої установки на виконання конкретного бойового завдання.

Метою цільової психологічної підготовки є формування у особового складу установок на якісне виконання конкретного бойового завдання; активізація та налаштування психіки, вироблення психологічної готовності у групи військовослужбовців і кожної особистості зробити це максимально якісно.

Головним завданням цільової психологічної підготовки є максимальна деталізація динамічного когнітивного образу майбутніх бойових дій. Досвід показує, що особовий склад ефективно діє там, де командири терпляче і наполегливо пояснюють людям завдання, спосіб, послідовність, час виконання бойового завдання. З огляду на те, що перед боєм свідомість військовослужбовців істотно звужена й обтяжена думками про себе, необхідно робити це чітко, вимагати від підлеглих багаторазового словесного повторення бойового завдання.

При цьому детально аналізують мотиви дій військовослужбовців, об'єктивні умови виконання завдання (бойові, соціальні (соціально-психологічні), еколого-ергономічні чинники) та суб'єктивні фактори.

Цільова психологічна підготовка є складною, багатоплановою і багаторівневою діяльністю командирів, штабів, офіцерів органів морально-психологічного забезпечення, медичних працівників і власне військовослужбовця, спрямованою на всебічну підготовку психіки військовослужбовців до активних, ефективних бойових дій, запобігання їх психотравматизації.

Розрізняють наступні методи цільової психологічної підготовки військовослужбовців:

1. Когнітивні методи: Психологічна освіта. Макетування майбутнього поля бою. Моделювання (імітація) дій противника в реальних просторово-часових параметрах із подальшим груповим обговоренням їх сильних і слабких сторін. Моделювання бойових подій із використанням тренажерів і комп'ютерних систем.

2. Перцептивні: Психотехніки адаптації органів чуттів до умов майбутніх дій (наприклад, адаптація до темряви, зниження порогу слухової чутливості).

3. Афективні: Психотехніки групового- емоційного зараження і мотивації (мобілізуючі мітинги, збори-обіцянки, заклики, звернення, зустрічі з жертвами насильства противника й ін.). Самопереконавання і самонавіювання. Методика

словесно-образного емоційно-вольового керування станами. Аутотренінг. Активна і пасивна м'язова релаксація. Експрес-методики психічної саморегуляції. Сенсibilізація і десенсibilізація.

4. Операційні: Ідеомоторне тренування. Тренажерні методики. Тактико-спеціальні заняття з імітацією дій конкретного противника і психологічних факторів бою.

5. Комплексні: Гетеротренінг. Ситуативно-образний психорегулювальний тренінг. Соціальне моделювання (моделювання інцидентів з місцевим населенням). Гіпноз. Трансові методики. Застосування фармакологічних препаратів - психостимуляторів, актоп-ротекторів, ноотропів, транквілізаторів та ін. Психологічні операції, що підтримують бойові дії. Розміщення особового складу з урахуванням психологічної сумісності, бойового досвіду, динаміки переживання страху. Розміщення бойового активу.

Результатом цільової психологічної підготовки мають стати максимальна мобілізація психічних і психофізіологічних можливостей людини, зосередження особового складу на виконанні конкретного бойового завдання, досягненні мети бойової діяльності [17, 295-298].

На зазначеному етапі підготовки слід використовувати методи моделювання щодо набуття навичок військовослужбовця щодо перебування в полоні в залежності від мети конкретного завдання та приналежності до роду чи виду ЗС України.

Не менш важливою складовою є визначення особливостей формування психологічної готовності військовослужбовців Збройних Сил України до виконання завдань за призначенням в умовах воєнного положення. Для визначення змін, що відбуваються з військовослужбовцями за різноманітними критеріями їх психологічної готовності до виконання завдань обрано дві методики психологічного дослідження:

- Опитувальник військово-професійної життєстійкості (О. Кокун) (додаток1);

- Опитувальник “Стратегії долаття стресових ситуацій” (Strategic Approach to Coping Scale, SACS; S. Hobfoll, адаптація Н. Є. Водоп’янової та О.С. Старченкової) (додаток2).

Дані методики, на нашу думку, дають можливість здійснити характеристику рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання завдань за призначенням в умовах посиленого психоемоційного навантаження, маючи для цього відповідний інструментарій.

За методикою (О. Кокун) - опитувальник військово-професійної життєстійкості у військовослужбовців представляється можливим діагностувати різноманітні показники життєстійкості, що повністю відповідає результатам стандартизації даного опитувальника. Зокрема можна акцентувати увагу на сприятливих ознаках про готовність військовослужбовців до виконання різноманітних завдань через прийняття ними виклику. Можливо розглянути у сукупності військово-соціальний та військово-професійний компоненти у діяльності військовослужбовців.

За допомогою даного дослідження можливо дізнатися рівень прояву такої асоціальної стратегії подолання, як асоціальні та агресивні дії.

Результати оцінювання можуть свідчити про належний рівень сформованості двох складових психологічної готовності:

- 1) особистісної (за моральним, волевим, комунікативним та загальнопсихологічним компонентами);
- 2) функціональної (за мотиваційним, когнітивним, орієнтаційним, оцінювальним та операційним компонентами).

Інструментарій даних психологічних опитувальників дає нам змогу охарактеризувати рівні стійкості до бойового стресу, поведінкової регуляції, комунікативного потенціалу, моральної нормативності, військово-професійної спрямованості, а також виявити прояви девіантних форм поведінки, визначити суїцидальний ризик та асоціальні стратегії подолання.

Вищевказані методи психологічного дослідження дають можливість широко оцінити психоемоційну сферу військовослужбовця покликаного виконувати завдання за призначенням. Дані методики можна широко застосовувати в контексті психологічної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України.

3.2. Аналіз отриманих результатів дослідження.

Дослідження проведені за методиками:

- Опитувальник військово-професійної життєстійкості (О. Кокун);
- Опитувальник “Стратегії долаття стресових ситуацій” (Strategic Approach to Coping Scale, SACS; S. Hobfoll, адаптація Н. Є. Водоп’янової та О.С. Старченкової) слугують підставою для констатації того, що результати психодіагностики та експертного оцінювання узгоджено свідчать про належний рівень сформованості основних складових психологічної готовності військовослужбовців:

- 1) особистісної (за моральним, вольовим, комунікативним та загальнопсихологічним компонентами);

- 2) функціональної (за мотиваційним, когнітивним, орієнтаційним та операційним компонентами).

А саме:

- 1) високий рівень стійкості до бойового стресу, поведінкової регуляції, комунікативного потенціалу, моральної нормативності, військово-професійної спрямованості, військово-професійної самоефективності, внутрішньої військово-професійної мотивації, самооцінки стану та готовності до участі в бойових діях, життєстійкості;

- 2) низький рівень прояву девіантних форм поведінки, суїцидального ризику та асоціальної стратегії подолання.

Підтверджується інформативність обраного нами психодіагностичного інструментарію для дослідження особливостей психологічної готовності військовослужбовців до виконання завдань за призначенням в різних умовах .

Отже, у психологічній роботі з військовослужбовцями з метою підвищення рівня їх психологічної готовності до виконання завдань за призначенням слід вживати заходів, які спрямовані на таке:

1) підвищення їх стійкості до бойового стресу, поліпшення поведінкової регуляції, збільшення комунікативного потенціалу, поліпшення моральної нормативності, підвищення військовопрофесійної спрямованості, збільшення різних компонентів військово-професійної життестійкості, опанування активних і просоціальних стратегій подолання, сприяння розвитку внутрішньої військово-професійної мотивації та військовопрофесійної самоефективності

2) профілактику девіацій поведінки, суїцидального ризику, проявів і наслідків ПТСР, використання асоціальних стратегій подолання складних та несприятливих ситуацій, до яких відносимо потрапляння у полон [58, 63].

Страх військовослужбовця щодо потрапляння у полон є дуже великим, а його підґрунтя створюється розповідями і свідченнями звільнених осіб про жорстокості та тортури, які вони перенесли у полоні. Цей страх також, вірогідно, підживлюється розумінням того, що протягом історії війн полонені частіше вважалися непотрібним тягарем, тому частіше ставалося так, що їх вбивали або відпускали на волю скаліченими, нездатними до боротьби, перетвореними на тягар та застереження для свого народу.

Оскільки в умовах війни й виконанням особовим складом ЗС України бойових завдань щодо відсічі збройної агресії з боку Російської Федерації психологічна готовність воїнів набула важливого значення й психологічна підготовка являється основою підготовки сучасного солдата до дій в екстремальних умовах.

Оскільки психологічна підготовка проводиться в ході занять з бойової підготовки доцільно розділяти її за видами. Тобто теоретичні знання надавати під час загальної психологічної підготовки, індивідуальної підготовки офіцерів, сержантів, солдатів. Так, як загальну психологічну підготовку здійснюють для формування у особового складу патріотизму, бойової активності, відповідних установок щодо впевненості в своїй силі та можливій перемозі над противником, готовності до саможертвності. З погляду психологічних механізмів йдеться про формування відповідної мотивації, цілеспрямованості, інтелектуальних, емоційних, вольових та інших якостей особового складу, необхідних для ефективного вирішення бойових завдань. Важливим завданням загальної психологічної підготовки є об'єднання військових колективів, їх злагодження, підвищення соціально-психологічної сумісності та стійкості військових підрозділів тобто перетворення їх у фактор додаткової мотивації індивідуальної діяльності та попередження психотравматизації військовослужбовців.

На даному напрямку слід винести на розгляд та вивчення особовим складом питання щодо розуміння загального сенсу взяття в полон й факторів, які впливатимуть на їх свідомість під час перебування в умовах вимушеної, а також методам подолання стрес-факторів полону, вимушеної ізоляції з метою формування навичок для виживання на етапі взяття в полон. В ході організації проведення зазначених занять розподіл серед особового складу в залежності до приналежності до роду чи виду ЗС України роботи не доцільно адже в умовах сьогодення кожен військовослужбовець повинен набути навичок та розуміння подолання стрес-факторів військового полону.

Під час загальної психологічної підготовки доцільно розглядати наступну тематику із урахуванням пам'ятки щодо поводження військовослужбовців Збройних Сил України, яких незаконно захопили та протиправно утримують представники незаконних збройних формувань затвердженої начальником Генерального штабу ЗС України:

1. Загальні та специфічні актори негативного впливу на психіку військовослужбовця під час захоплення та перебування в полоні, вимушеній ізоляції.
2. Психологічні стани особистості під час захоплення та перебування в полоні, вимушеній ізоляції.
3. Особливості психологічних станів військовослужбовців під час захоплення та перебування в полоні, вимушеній ізоляції.
4. Зміни стану військовослужбовців залежно від тривалості перебування у вимушеній ізоляції (полоні).
5. Правила поведінки на первинному допиті.
6. Шляхи, форми і способи нейтралізації негативного впливу на психіку військовослужбовця під час перебування в полоні.
7. Правила поведінки військовослужбовця під час транспортування до місця вимушеної ізоляції.
8. Правила поведінки військовослужбовця під час полону (що саме дозволено і що можна).
9. Надання допомоги (самодопомоги) з метою вгамування буйних.
10. Саморегуляція поведінки військовослужбовця в умовах вимушеної ізоляції (застосування техніки розслаблення, з метою переключення психіки полоненого, зайняти інтелект (читанням, письмом, тренуванням пам'яті, розв'язуванням математичних задач тощо).

Врахувавши зазначене у плануванні та проведенні занять із загальної психологічної підготовки дасть можливість орієнтувати особовий склад й надати можливість врахувати усі етапи розвитку виконання бойового завдання. Для проведення психологічної просвіти стосовно впливу на психіку військовослужбовця чинників перебування у полоні для проведення занять доцільно залучити військовослужбовців, що перебували у полоні й продовжують проходити військову службу або осіб, які звільнилися з військової служби й були захоплені противником в ході виконання бойового

завдання. На даному етапі психологічної підготовки слід надати особовому складу ті переконання що супротивник усіма методами намагатися переконати військовослужбовця, що про нього усі забули й керівництву як підрозділу так і ЗС немає до нього жодного значення. Розуміння мети даного психологічного впливу дасть військовополоненому зберегти своє психічне здоров'я й зберегти спокій. Вагомим фактор зазначеного є і те, що військовослужбовець повинен сформувати для себе стратегію - “прийняття та пристосування”. Військовослужбовець повинен примиритися з тим, що він перебуває під повною владою терористів (представників незаконних збройних формувань – далі НЗФ), які завжди можуть його убити. Щоб зламати його волю, деморалізувати й принизити, вони застосовуватимуть різноманітні тактики – від фізичних страждань (нестача їжі, води, сну, погані умови утримання) до техніки “промивання мізків”. У даній ситуації головною метою військовослужбовця повинно бути– вижити і зберегти фізичне й душевне здоров'я, а девізом – “Не допускати як боягузтва, так і нерозумної бравади”.

Спеціальна психологічна підготовка проводиться за умовами стандарту з метою досягнення необхідної дієздатності системи військових знань особового складу, навиків, умінь, навичок поведінки в екстремальних ситуаціях. З погляду психологічних механізмів йдеться про розвиток специфічних військово-професійних якостей особового складу, які мають забезпечити психологічну готовність та стійкість військовослужбовців у бойових умовах з урахуванням виду, роду військ та особливостей їх бойової діяльності.

Під час спеціальної психологічної підготовки особовий склад навчається:

- прийомам екстреної емоційно-вольової мобілізації;
- методам зняття негативних психічних станів;
- прийомам немедикаментозного знеболювання;

➤ методам надання собі та товаришам першої психологічної допомоги (само- та взаємодопомоги; способам виживання в екстремальних умовах – в полоні, лісі, горах);

➤ умінню вводити противника в оману.

Корисним є створення в ході занять проблемних ситуацій, що спонукають військовослужбовців до прийняття самостійного рішення в складних умовах. Ефективним є також демонстрація військовослужбовцям тих воєнно-професійних якостей та навичок, які якнайбільше забезпечують успіх дій окремого військовослужбовця та військових колективів. Цілком зрозуміло, що цю роботу доцільно проводити диференційовано, цілеспрямовано та конкретно з військовослужбовцями окремої спеціальності, у кожному окремому підрозділі, екіпажі, розрахунку, окремій групі. Під час цього важливо, щоб завдання спеціальної психологічної підготовки вирішувались ще у пункті постійної дислокації [21, 213].

Перебування у полоні приносить цілу низку травм - життя у негуманних, тісних, негігієнічних умовах, нестача харчування, води, сну, виснаження, яке може бути, в тому числі, наслідком тортур. Тортири - як засіб вибивання інформації у полонених - в сучасних умовах змінилися лише в бік того, що сьогоденні кати намагаються не залишати видимих слідів тортур (наприклад, імітація відчуття утоплення), що свідчить лише про еволюцію методології тортур, а не свідомості щодо необхідності гуманного поводження з полоненими. Незважаючи на добру натренованість, фізичну витривалість і ментальну стабільність, неможливо повністю опанувати стійкість до тортур.

Іншими словами, кожна людина має свою точку зламу, тому полоненому не потрібно давати можливість катам мучити себе, шукаючи її.

Полоненим рекомендують співпрацювати з тими, хто їх допитує, та розказувати їм інформацію, яку попередньо дозволено розповідати ворожій стороні. Вироблення такого сценарію мало б стати складовою частиною підготовки спецпідрозділів безпосередньо перед бойовими діями. Звичайно,

важливо, щоб всі військові ознайомилися з деталями такого сценарію і щоб всі його дотримувалися у разі взяття в полон. Той військовий, котрий не витримає та відійде від сценарію, якого дотримуються решта полонених, може лише викликати додаткову підозру щодо своєї відвертості та спровокувати ще більші тортури.

У зв'язку із зазначеною обставиною рекомендовано розділити проведення спеціальної підготовки в залежності від виду та роду військ до яких належить військовослужбовець щодо набуття ним навичок перебування в полоні адже ймовірність потрапляння в полон бійця спецпризначення значно вища ніж військовослужбовця військ зв'язку чи польового вузла зв'язку бригади (полку).

В даному контексті буде доречним звернутися до досвіду провідних країн світу, членів НАТО щодо проведення психологічної підготовки так у США принципами психологічної підготовки військовослужбовців є: активний вплив на всі сфери психіки солдата; реалізм у навчанні; поступове та безперервне підвищення психічних і фізичних навантажень; диференційований підхід до військовослужбовця залежно від роду військ, спеціальності, кліматичних та географічних умов ведення бойових дій.

Вимоги до психологічної підготовки:

а) вона має бути всебічною, що припускає використання максимуму можливостей для формування необхідних бойових якостей;

б) натуральність, відтворення умов, що реально відповідають бойовим;

в) системність, досягнення логічності і послідовності в організації і проведенні спеціальних заходів. Імпровізація допускається тільки на окремих заняттях;

г) ефективність. Необхідно домагатися усвідомлення, які саме якості мають бути сформовані;

д) психологічна підготовка повинна носити індивідуальний характер. Відповідність умов психологічної підготовки і рівня якостей, що формуються, можливостям використання сучасної військової техніки і озброєння.

Оскільки у ЗС України спеціальна психологічна підготовка проводиться з метою формування і удосконалення єдиних для військовослужбовців психологічних якостей згідно з вимогами сучасної війни. Заняття з спеціальної психологічної підготовки необхідно проводити під час колективно підготовки злагодження відділень, взводів, спеціальних та тактико-спеціальних занять. Так, як колективна підготовка – це цілеспрямований та організований процес послідовних заходів підготовки органів військового управління (штабів), військових частин (підрозділів) за військово-організаційною структурою та створених на тимчасовій основі тактичних груп, які проводять відповідно до покладених на них завдань для досягнення такого рівня польового вишколу і спроможностей, що забезпечить (гарантуватиме) ефективне виконання покладених на них завдань як у мирний час, так і в особливий період.

Оскільки за умовами стандарту І-СТ-4 передбачено відпрацювання питання щодо дій під час захоплення в полон тобто в ході зазначених занять настає друга фаза психологічної підготовки воїна до виконання завдань за призначенням слід планувати та проводити дані заняття на полігонах та навчальних полях військових частин. Прикладом такого заняття може бути організовано в ході відпрацювання тактико-спеціальної (тактичної) підготовки оборони або наступу. Оскільки після нанесення противником удару із ЗМУ, задимлення місцевості настає елемент несподіванки що дасть можливість досягти елементу несподіванки на підрозділ (відділення, взвод), який обороняється або наступає й провести захоплення військовослужбовців в полон. Відпрацювання зазначеного питання спеціальної психологічної підготовки можливе лише за вчасного та точного планування й роз'яснення мети відпрацювання дій військовослужбовцям підрозділу, які захоплюватимуть в полон. При відпрацюванні зазначеного питання можливе моделювання питання отримання поранення одного із військовослужбовців підрозділу або групи осіб (2-3) внаслідок нанесення ударів ЗМУ. На етапі захоплення відпрацювати питання обеззброєння тих кого захоплюють в полон,

обшуку, зав'язування очей та транспортування до місця вимушеної ізоляції. Після виконання зазначеного завдання провести обговорення відчуття кожного із військовослужбовців кого захоплювали в полон. При формуванні розуміння ситуації, яка склалася й пережиття відповідних стресових ситуацій захоплення, що досягатиметься раптовістю, той хто навчається зможе уявити який саме стан стресу опанує його у разі потрапляння в полон й в ході проведення аналізу проведених дій інструктор зможе надати оцінку діям кожного військовослужбовця щодо поведінки на етапі захоплення.

В. Ягупов в ряді своїх праць відмічає, що психологічна підготовка військовослужбовців повинна відбуватися в умовах максимального психічного напруження. Напруженість, на його думку, в процесі бойової підготовки повинна досягатися збільшенням фізичних і нервовопсихічних навантажень шляхом створення обстановки з наявністю різного роду складнощів [23]. Серед яких:

- ✓ світлові і звукові подразники різної інтенсивності, які характерні для бойової діяльності;
- ✓ відсутність достатньої інформації і часу;
- ✓ виконання складних обов'язків у важких погодних і кліматичних умовах;
- ✓ тривала активна діяльність в засобах захисту;
- ✓ безперервність денних і нічних дій;
- ✓ проведення занять і стрільб в нічних умовах;
- ✓ постійна дія противника;
- ✓ наявність «втрат» у живій силі і техніці;
- ✓ наглядність зовнішньої картини бойових дій (втрати, жертви, зруйнування, пожежі);
- ✓ тривале виконання обов'язків в умовах ізоляції від колективу, в

Складовою частиною всіх тортур полонених була спланована нестерпна нудьга, яка вбиває так само, як і невідомість, напруга, страх (щоб не перераховувати всі форми тортур), та нескінченно сприяє депресії" [19, 53].

У дослідженні різних способів того, як впоратися з нудьгою та пристосуватися до тривалого перебування в самотній камері, яку використовували американські військові пілоти у В'єтнамі виявили чотири різних стратегії:

1. Взаємодія між полоненими та охороною (комунікація з охоронцями, фізичні вправи, спостереження за поведінкою охоронців, гумор, вигадкування різних історій, планування втечі);

2. відтворення минулого (згадування подій з минулого, сімейних подій);

3. повторювані дії (відпочинок у камері, ментальні вправи, запам'ятовування фактів, фантазування, спостереження за комахами, розмови із самим собою);

4. саморозвиваючі дії (роздуми про майбутнє, вигадкування різних предметів, приладів, отримання нових знань та навиків, запам'ятовування історій, ігор та ін.).

Дослідження засвідчили, що перша стратегія була найбільш ефективною, а третя - найменш ефективною. Другу стратегію більшість полонених використовували протягом перших декількох тижнів полону, а четверту - після довгого періоду перебування у неволі. З продовженням тривалості полону значно зростала значимість усіх чотирьох стратегій.

Встановлення певних відносин з охоронцями може допомогти пережити полон та полегшити страждання, за умови, що ця взаємодія відбувається раціонально і полонений має над нею контроль (наприклад, намагається пробудити в охоронців співчуття і готовність йти на поступки, у той же час з іншими полоненими жартує на рахунок охоронців, дає їм смішні прізвиська та ін.). Дещо іншим є випадок справжнього щирого зближення з охоронцями, у фаховій літературі відомий як "стокгольмський синдром", який стосується

феномена повної втрати відчуття ворожості і навіть відвертого співчуття до тюремників. Цей феномен отримав таку назву після подій у Стокгольмі у 1973 р.: під час пограбування одного з банків заручники демонстрували ознаки сильного емоційного зв'язку зі злочинцями. Це пояснюється дією захисного механізму, який розвивається в ситуаціях, небезпечних для життя, та характеризується (підсвідомою) спробою викликати симпатію у злочинця та таким чином врятувати собі життя.

Після допитів тюремна адміністрація намагається забезпечити повну покору полонених, щоб не допустити втечі, а в окремих випадках намагаються настільки їх зламати, що полонені відмовляються від своїх ідеалів і цінностей на користь цінностей противника. З цією метою тюремники можуть використовувати такі методи:

ізоляція - недопущення будь-якої соціальної підтримки для опору та розвиток залежності від тюремника;

монополізація перцепції – насильницьке звуження уваги полоненого до безпосередньої ситуації всі можливі стимули обмежуються та караються будь які порушення цієї схеми;

індуковані унеможливлення та виснаження - підрив ментальних та тілесних здатностей до чинення опору, наприклад, тривале позбавлення сну, води, їжі;

погрози - підтримка атмосфери тривоги та відчаю;

періодичні винагороди - обумовлення, мотивування до взаємодії з гнобителями;

демонстрація "всемогутності" і "всезнання" - запевнення в безглуздості опору;

деградація - дії полонених звужуються лише до потрібних для виживання, спроба розвинути у полонених відчуття, що для збереження самоповаги буде кориснішим підкоритися, ніж опиратися;

часті і тривіальні вимоги - спроба перетворити покору полонених у звичку.

Під час психологічної підготовки до можливої ситуації полону слід ознайомити військових з цими методами та їх метою, а в окремих підрозділах навіть організувати тренування, під час яких військові потраплятимуть у деякі з подібних ситуацій, але при цьому слід мати на увазі ризик отримання психічної травми. Тому такі вправи роблять лише з військовими, які виявили добровільну готовність на участь, за умов попередньої психологічної оцінки їх психофізичних особливостей.

Протягом цільової психологічної підготовки до ситуації полону військові опановують також деякі практичні навички саморегуляції психофізичного стану, на кшталт дихальних вправ, вправ з креативної візуалізації та ізометричних вправ. Цінність цих технік ґрунтується на припущенні, що зниження шкідливого впливу стресу можна забезпечити не лише нейтралізацією чинників стресу (у неволі це практично не можливо), а й полегшенням емоційних реакцій на стрес. У будь-якому випадку, ці техніки довели свою ефективність у покращенні окремих періодів життя у полоні [19, 54-55].

Психологічні дослідження показали, що окремі риси особистості можуть полегшити перебування в полоні, що слід враховувати при психологічному відборі кандидатів у спецпідрозділи та інші види діяльності з високим ступенем можливості опинитися в полоні. Так, з'ясовано, що екстраверти краще витримують біль, тоді як інтроверти легше витримують перебування в одиночній камері. Також, велика кількість досліджень підтвердила, що особам з розвиненим самоконтролем важче "промивати "мізки", а особам з почуттям гумору легше переносити ситуацію фрустрації. Такі особи мають менше проблем після звільнення з полону з відчуттям провини та зменшенням самоповаги.

Тверді переконання, оптимізм, віра та пошук сенсу життя також допомагають витримати полон. Говорячи про значення сенсу життя як визначального чинника для виживання полоненого у нацистських концтаборах, відомий психотерапевт та колишній в'язень Віктор Франкл зазначив: "Хто має заради кого жити, той може витримати все" [19, 56].

Отже проведення занять з цільової психологічної підготовки щодо набуття навичок перебування в полоні особовим складом підрозділу слід організовувати й проводити виключно серед військовослужбовців підрозділів, які мають найбільшу вірогідність потрапляння в полон: розвідувальних підрозділів, підрозділів десантно-штурмових військ, підрозділів спеціального призначення, особи льотного складу, десантно-штурмові війська, морська піхота, причиною потрапляння в полон може бути збиття літака чи вертольоту й вимушене десантування на ворожій території. Окрім відпрацювання питань загально та спеціальної підготовки для зазначених підрозділів необхідно проводити тренування з моделюванням умов перебування в полоні після отримання конкретного завдання. Тобто при виконанні завдань в тилу ворога військовослужбовці розвідувальних підрозділів чи сил спеціальних операцій мають усвідомлювати, що допомога при їхньому викритті швидко надійти не зможе й при потраплянні в полон особовий склад повинен бути готовий до виживання в умовах вимушеної ізоляції. Для набуття навик виживання у нелюдських умовах необхідно проводити навчання військовослужбовців щодо перебування у вологих, темних приміщеннях, кімнатах без людей мобільного телефону, книг.

Оскільки цільова психологічна підготовка проводиться з метою 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). Цільову психологічну підготовку здійснюють для:

формування у особового складу установок на якісне виконання конкретного завдання;

активізації та налаштування психіки, вироблення психологічної готовності у особового складу (групи військовослужбовців і конкретно у певної особистості) зробити це якісно.

Дана теорія підкріплюється тим, що основними завданнями цільової психологічної підготовки є: доцільний відбір (добір), розподіл (перерозподіл) особового складу за підрозділами, командами, бойовими групами з урахуванням вимог бойового завдання, психологічних можливостей військовослужбовців, їх бойового досвіду та тієї функції, яку вони виконуватимуть у колективі. Кажучи іншими словами командир підрозділу для підготовки групи спеціального призначення, яка виконає бойове завдання в тилу ворога щодо зібрання належної розвідувальної інформації чи знищення одного із ватажків противника необхідно здійснити належну підготовку особового складу з урахуванням можливого потрапляння в полон.

Для цього в ході занять з цільової психологічної підготовки можна використовувати досвід провідних країн світу, членів НАТО й створити відповідні умови для навчання тренування з імітацією наближених до перебування у вимушеній ізоляції.

Як наслідок слід зазначити, що цільова психологічна підготовка - спрямована на підготовку людини для виконання певного завдання, переважно одноактного. Вона включає такі складові елементи:

- мотивацію особистості;
- задання певної установки;
- психологічну корекцію.

Висновки:

Аналіз вимог та настанов психологічної підготовки особового складу з набуттям навичок перебування в полоні дозволив дійти висновку, що питання полону має суттєве упущення у вимогах стандарту з психологічної

підготовки на сьогоднішній день. Під час спеціальної психологічної підготовки наведено тільки відпрацювання питання дій військовослужбовця під час захоплення в полон (заручником) проте не визначено чого саме має набути військовослужбовець й яких навичок навчитися та яким критерієм являється оцінка особового складу щодо виконання умов стандарту.

Проводячи заняття з загальної психологічної підготовки зазначено, що їхньою метою являється усвідомлення особовим складом проблемного питання щодо наявності факторів негативного впливу на психіку військовослужбовців. Основним методом навчання являється словесно-наочний. Тобто військовослужбовець повинен опанувати знання щодо впливу на його морально-психологічний стан, фізичну здатність виконувати бойове завдання факторів бою й навчитися долати страх, ступор, паніку й оволодіти методами допомоги (самодопомоги) з метою нейтралізації негативного впливу факторів бою на психіку, саморегуляції поведінки в екстремальних умовах.

Із викладеного матеріалу випливає, що цільова психологічна підготовка щодо набуття перебування в полоні являється основним елементом підготовки особового складу та не є обов'язковою для підготовки всього особового складу ЗС України так, як її метою є формування необхідних якостей військовослужбовця для виконання певного завдання.

Психологічна підготовка, як ніколи, стає ключовим елементом у всьому комплексі бойової підготовки військ. Вміння та навички військовослужбовця щодо дій при озброєнні можуть виявитись неефективними, якщо він втратить змогу адекватно сприймати реальність внаслідок відсутності психологічної стійкості. Заняття з психологічної підготовки з набуттям навичок перебування в полоні мають плануватись та проводитись поряд із заняттями з інших предметів бойової підготовки з чітким розмежуванням відповідно до виду та роду ЗС України в яких проходить службу військовослужбовець.

ВИСНОВКИ:

Отже в даній роботі проведено історико-правовий огляд військового полону, як складного соціального феномену в історії людства. Здійснено аналіз сутності та змісту психологічної підготовка особового складу військ та її основні характеристики. Доведено, що психологічна підготовка проводиться з метою набуття особовим складом навичок діяти в складних умовах бойової обстановки, набуття навичок подолання стрес-факторів бою й навчання методам допомоги (самодопомоги) в екстремальних умовах.

Здійснено аналіз чинників, що впливають на морально-психологічний стан військовослужбовців під час перебування в полоні, реакцію психіки військовослужбовців на потрапляння в полон та фази реабілітації до умов полону. Слід зазначити, що без належної підготовки особового складу до умов вимушеної ізоляції впливає на хід відновлення військовослужбовців після звільнення й має негативні наслідки до реабілітації в умовах цивільного життя.

В умовах розвитку й сучасного прогресу гібридного способу ведення війни свою актуальність втрачає Женевська конвенція з питань поводження з військовополоненими оскільки без оголошення війни особи, які потрапили в полон не можуть називатися військовополоненими, а стають заручниками й не можуть після звільнення апелювати до вищих європейських інституцій щодо притягнення винних осіб у знущаннях та тримання у вимушеній ізоляцію не людських для життя умовах до відповідальності.

Аналізуючи проведення психологічної підготовки в роботі зазначено, що у ЗС України відповідно до наказу начальника Генерального штабу – Головнокомандувача ЗС України №240 від 16.11.2012 року заняття з психологічної підготовки проводяться з 2013 року. Психологічна підготовка ділиться на загальну, спеціальну та цільову. Основними завданнями психологічної підготовки є:

формування у військовослужбовців психологічної стійкості до психотравмуючих факторів сучасних бойових дій;

створення передумов високої бойової активності особового складу;
адаптацію військовослужбовців до бойових умов, їх навчання основним способам самозахисту;
навчання особового складу методам попередження психотравмування, саморегуляції, виявленню ознак отримання психологічних травм;
надання першої психологічної допомоги.

Під час проведення аналізу стандарту з психологічної підготовки І-СТ-4 встановлено, що питання набуття навичок перебування в полоні не має значного значення й рекомендовано щодо проведення в ході другої фази підготовки – спеціальної психологічної підготовки щодо відпрацювання дій під час захоплення в полон (заручником). Дана обставина зумовлена ненаданням військового керівництву доцільності підготовки особового складу питання набуття навичок можливого перебування в полоні й подоланню стрес-факторів для виживання в умовах вимушеної ізоляції.

Аналізуючи наукові дослідження слід зазначити, що тривалість перебування в полоні значною мірою відображається як на фізичному так і на психічному здоров'ї особистості тому неналежна оцінка питання підготовки й надання теоретичних знань та навичок щодо поведінки на етапі захоплення в полон, під час вимушеної ізоляції призводить не незнання та невміння діяти військовослужбовців при захопленні в полон для збереження свого життя. Оскільки наукові дослідження стверджують що етап захоплення та первинного допиту являється вирішальним так як саме у цей час противник вирішує чи житиме військовополонений чи ні.

З наукових праць та досвіду провідних країн світу, членів НАТО встановлено, що психологічна підготовка особового складу з набуттям навичок перебування в полоні займає вагоме місце у структурі загальної підготовки військовослужбовців. З цією метою у магістерській роботі запропоновано проведення психологічної підготовки особового складу за набуттям навичок перебування в полоні у три етапи:

Перший етап - в ході занять із загальної психологічної підготовки (індивідуальної підготовки) надавати військовослужбовцям теоретичні знання щодо факторів, які впливають на морально-психологічний стан під час перебування в полоні з набуттям навичок поведінки під час захоплення в полон та на етапі транспортування, первинного допиту. Як саме інформацію військовослужбовець може повідомити противнику і яких дій не потрібно вчиняти для збереження свого життя та життя побратимів. Загальну психологічну підготовку військовослужбовців з набуттям навичок перебування в полоні проводити з усіма категоріями особового складу не залежно від роду чи виду ЗС України в якому проходить службу військовослужбовець.

Другий етап – під час занять із спеціальної психологічної підготовки проводити тренування щодо захоплення військовослужбовців в полон з моделювання сучасних умов бойової обстановки. Дані заняття проводити для особового складу, який має більшу вірогідність потрапляння в полон в залежності від специфіки виконання бойових завдань.

Третій етап – в ході занять з цільової психологічної підготовки для виконання конкретно поставлено завдання в ході занять проводити тренування навичок перебування у вимушеній ізоляції (одинокій камері, приміщення без світла й вологому із неприємними запахами та імітацією криків інших полонених).

При організації зазначених занять слід використовувати досвід провідних країн світу, членів НАТО та досвід набутий українськими воїнами під час виконання бойових завдань в (АТО) ООС та за час повномасштабної війни, що дасть можливість зменшити психічні розлади військовослужбовців через наслідки перебування в полоні після звільнення.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Савчук К. О. Військовополонені. Енциклопедія міжнародного права : у 3-х т. / К. О. Савчук ; редкол.: Ю. С. Шемшученко, В. Н. Денисов (співголови) та ін. ; Інститут держави і права ім. В. М. Корецького НАН України. - К. : Академперіодика, 2014. - Т. 1. А-Д. - С. 508.
2. Романишин А.М., Бойко О.В., Богородицький Д.В., Мацевко Т.М., Кожевніков В.М., Капінус О.С., Грицевич Т.Л., Гузенко І.М., Смага І.Т., Пазина В.І.: Психологія бою: діяльність командира підрозділу щодо підтримання морально-психологічного стану особового складу в ході бойових дій: Навчально-методичний посібник: Львів: НАСВ, 2015. - 322 с.
3. Наказ Генерального штабу Збройних Сил України «Про затвердження Настанови з морально-психологічного забезпечення підготовки та застосування Збройних Сил України» від 27 квітня 2018 року №173.
4. Наказ начальника Генерального штабу – Головнокомандувача Збройних Сил України від 04.12.2014 року №317 «Про затвердження положення про психологічну службу Збройних Сил України».
5. Наказ начальника Генерального штабу – Головнокомандувача Збройних Сил України від 10.07.2014 року №178 «Про створення та організацію виконання завдань позаштатних груп психологічного забезпечення».
6. Ягупов В.В. Морально-психологічне забезпечення: Курс лекцій. – К.: Видавничо-поліграфічний центр “Київський університет”, 2002. – 349 с.
7. Макаревич О.П. Психологічна підготовка особистості до поведінки в складних ситуаціях. Навч. посіб. – К.: ВГІ НАОУ, 2000. – 188 с.
8. Стасюк В.В. Психологія локальних війн та збройних конфліктів: Підручник. – К.: НАОУ, 2006. – 570 с.

9. Стандарт підготовки І – СТ – 4 Індивідуальна підготовка військовослужбовця з психологічної підготовки. МОУ 2012.-29.

10. Наказ начальника Генерального штабу – Головнокомандувача Збройних Сил України від 16.11.2012 року №240 "Про впровадження психологічної підготовки особового складу в навчальний процес підготовки органів управління та військ (сил)".

11. Курс психологічної підготовки особового складу військ (сил) Збройних Сил України (КРС 01.313.004-2013 (01)) затверджений заступником начальника Генерального штабу Збройних Сил України 10.07.2013 року.

12. Настанова з психологічної підготовки особового складу підрозділів сухопутних військ: Навчально-методичний посібник / За ред. Г.П.Воробйова. – Львів: АСВ, 2012. – 430 с.

13. Хміляр О. Ф., Психологічна підготовка офіцера солдата, наукова стаття Вісник Національного університету оборони України 1 (32) / 2013

14. Морально-психологічне забезпечення підрозділів Збройних Сил України : підручник / [А. О. Кобзар, В. Т. Марценківський, П. М. Слюсаренко та ін.]. – К. : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2018. – 496 с.

15. Сунь-Дзи Мистецтво війни. – СПб.: Изд. Евразия, 1998. – 336 с.

16. Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України : підручник : у 2 ч. Ч. І. / [В. М. Вилко, В. М. Грицюк, В. Г. Дикун та ін.} ; за заг. ред. В. В. Стасюка. - К.: НУОУ, 2012. - 464 с.

17. Психологія бою: Посібник / Грицевич Т. Л., Гузенко І. М., Капінус О. С., Мацевко Т. М., Романишин А. М.; за ред. А. М. Романишина. - Львів: Видавництво «Астролябія», 2017. — 352 с.

18. «Психологічна стійкість воїна» підручник для військових психологів/З.Комар/ Київ – 2017. – 184.

19. Наказом Міністра оборони України від 22.02.2016 №95 "Про затвердження Концепції підготовки ЗС України"

20. Морально-психологічне забезпечення підрозділів Збройних Сил України : підручник / [А. О. Кобзар, В. Т. Марценківський, П. М. Слюсаренко та ін.]. – К. : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2018. – 496 с.

21. Коупленд Н. Психология и солдат / Н. Коупленд. – М.: Воениздат, 1991. – 91 с.

22. Яковенко С.І., Яковенко Т.М. Психічна стійкість військовослужбовців до впливу екстремальних чинників // Метод. рек. – К.: КВГІ, 1997. – 44 с.

23. Пам'ятка щодо поведження військовослужбовців ЗС України, яких незаконно захоплених та протиправно утримують представники НЗФ, затверджена Начальником Генерального штабу ЗС України 19.01.2017 року

24. Волков В. А. Войны и дружины древней Руси: монография Москва, 2016. 464 с.

25. Соціальний аспект військового полону в умовах Першої та Другої світових воєн / В. Полуда // Українознавство. - 2015. - № 1. - С. 114-123. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ukr_2015_1_14

26. Еволюція статусу військовополонених у міжнародному праві в роки Першої світової війни / Т. Мінаєва // Історична панорама. Спеціальність : Історія. - 2015. - Вип. 21. - С. 48-71. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Istp_2015_21_6

27. Срібняк І.В. Полонені українці в Австро-Угорщині та Німеччині (1914– 1920 рр.). – Київ: Київський державний лінгвістичний університет, 1999. – 296 с.

28. Соціальний аспект військового полону в умовах Першої та Другої світових воєн / В. Полуда // Українознавство. - 2015. - № 1. - С. 114-123. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ukr_2015_1_14

29. Офіційний сайт міністерства з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій – режим доступу:

<https://minre.gov.ua/2023/11/17/komisiya-z-pytan-vstanovlennya-faktu-polonu-promizhni-pidsumky-roboty/#Text> (дата звернення 02.12.2023).

30. Варій М.Й. Психологія: навч. пос. [для студ. вищ. навч. закл.] – [2-ге вид.]. – Київ: Центр навчальної літератури, 2009. – 288 с.

32. Романишин А.М., Бойко О.В., Богородицький Д.В., Мацевко Т.М., Кожевніков В.М., Капінус О.С., Смага І.Т., Пазина В.І., Грицевич Т.Л., Гузенко І.М. Психологія бою: діяльність командира підрозділу щодо підтримання морально-психологічного стану особового складу в ході бойових дій: навчально-методичний посібник – Львів: НАСВ, 2015. – 322 с.

33. Фоменко А.Г., Колєва Г.М., Сябренко Г.П. Тренінги для психологічної підготовки та адаптації військових до бойових дій. Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2015. — 108 с.

34. Швець А. В., Єщенко В. І, Коваль О. В., Дорошенко М. М., Іванцова Г. В., Лук'янчук І. А., Мальцев О. В. Прогнозування адекватності поведінки військовослужбовців в екстремальних умовах: Метод. реком. – Київ: УВМА, 2016. – 64 с.

35. Ліфтон Д.Р. Технологія “промивки мізків” : психологія тоталітаризму — Харків : 2015. – 415 с.

36. Калкутіна Н.В. Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія : Історичні науки. – 2014.

—

Вип. 3.37. — с. 63–67. — Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/jpdf/Nvmdu_2014_3.37_13.pdf.

37. Психологічна підготовка військовослужбовців ЗСУ до перебування в умовах різкої зміни бойової обстановки та умовах примусової ізоляції. Методичні рекомендації. — Київ: «Центр учбової літератури», 2022. — 108 с.

38. IV Конвенція про закони і звичаї війни на суходолі та додаток до неї: Положення про закони і звичаї війни на суходолі. Гаага, 18 жовтня 1907 року.

Дата набрання чинності для України: 24 серп. 1991. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_222#Text (дата звернення 27.11.2023).

39. Додатковий протокол до Женевських конвенцій від 12 серпня 1949 року, що стосується захисту жертв міжнародних збройних конфліктів (Протокол I), від 8 червня 1977 року. Набуття чинності для України: 25 лип. 1990 р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_199#Text (дата звернення 27.11.2023).

40. Женевська конвенція про поводження з військовополоненими від 12 серп. 1949 року. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_153#Text (дата звернення 27.11.2023).

41. Женевська конвенція про поводження з військовополоненими. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_153#Text (дата звернення 28.11.2023).

42. Загальна Декларація прав людини. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_015#Text (дата звернення 15.11.2023).

43. Конвенція про захист цивільного населення під час війни. 12 серп. 1949 року. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_154#Text (дата звернення 10.11.2023).

44. Конвенція ООН проти катувань та інших жорстоких, нелюдських або таких, що принижують гідність, видів поводження і покарання. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_085#Text (дата звернення 14.11.2023).

45. Постанова Кабмін України «Про затвердження Порядку тримання військовополонених» від 05.04.2022 № 413. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/413-2022-%D0%BF#Text> (дата звернення 14.11.2023).

46. Резолюція ООН щодо захисту прав людини в умовах протидії тероризму. URL: <https://digitallibrary.un.org/record/780316> (дата звернення 10.04.2023).

47. Статут Міжнародного Комітету Червоного Хреста. URL: <https://redcross.org.ua/wpcontent/uploads/2021/10/%D1%80%D1%96%D0%BA.pdf> (дата звернення 10.04.2023).

48. Вакуленко А.О. Порухення РФ норм міжнародного права щодо військовополонених уході російсько-української війни 2022. Національний авіаційний університет. Київ, 2022. 72 с.

49. Левикін В. Правовий режим військового полону в Радянському Союзі у 40- 50-х роках ХХ століття / В. Левикін // Університет. – 2006. – № 6. – С. 70-76.

50. Задорожній О. В. Сепаратистські утворення як загроза суверенітету і територіальній цілісності України / О. В. Задорожній, Т. Р. Короткий, Н. В. Хендель // Українська Революція гідності, агресія РФ і міжнародне право. – К. : К.І.С., 2014. – С. 655-679.

51. Дяченко В. І. Ефективність дії норм міжнародного гуманітарного права в їх еволюційному розвитку : автореф. дис. ... канд. юрид. наук : 12.00.11 / Дяченко Валерій Іванович ; НАН України. Ін-т держави і права ім. В. М. Корецького. – К., 2003. – 16 с.

52. Дмитрієв А. І. Міжнародне гуманітарне право: філософсько-правова доктрина регулювання збройних конфліктів: Словник-довідник основних термінів і понять / А. І. Дмитрієв, В. І. Дяченко, М. В. Цюрупа ; передм. Ю. С. Шемшученка. – К. : Сфера, 1999. – 138 с.

53. Гнатовський М. М. п. 3.2.4. Крим: чи застосовується міжнародне право військової окупації до анексованої території? / М. М. Гнатовський, Л. Р. Кузьменко, С. А. Старосвіт // Українська Революція гідності, агресія РФ і міжнародне право. – К. : К.І.С., 2014. - С. 550-560.

54. Лисик В. Вплив Міжнародного комітету Червоного Хреста на розвиток гуманітарного права / В. Лисик // Український часопис міжнародного права. – 2006. – № 2. – С. 74-81.

55. Попович В. П. Імплементація норм міжнародного гуманітарного права у кримінальне законодавство України : дис. ... канд. юрид. наук : 12.00.08 / Попович Віталія Петрівна. - Львів, 2010. - 322 с.

56. Конасов В. Б. Проблема правовой защиты военнопленных в исторической ретроспективе / В. Б. Конасов // Воинский подвиг защитников Отечества: традиции, преемственность, новации : матер. межрегион. науч.-практ. конф. - Вологда, 2000. – Ч. 1. – С. 38-62.

57. Грищенко К. Міжнародний кримінальний суд – універсальний механізм міжнародного карного правосуддя / К. Грищенко // Український часопис міжнародного права. – 2003. – № 4. – С. 9–13.

58. Кокун О.М., Мороз В.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження : метод. посіб. К. : 7БЦ, 2021. 170 с.

Додаток 1

Опитувальник військово-професійної життєстійкості (О. Кокун)

Опитувальник надає можливість визначити загальний рівень військово-професійної життєстійкості, а також ступінь вираженості його трьох складових та чотирьох компонентів.

Інструкція: “Будь ласка, дайте відповіді на нижченаведені запитання, обвівши кружечком відповідне твердження (тільки одне із запропонованих, що найбільше підходить за кожним запитанням)”.

Рєєстраційний бланк

П.І.Б. (повністю) _____

Дата обстеження _____ Вік _____ Стать _____

Посада (підрозділ) _____

Спеціальність _____ Військове звання _____

№ з/п	Запитання	Варіанти відповіді				
		взагалі не отримую	іноді	періодично	часто	постійно
1	Як часто Ви отримуєте задоволення саме від процесу своєї службової діяльності?					
2	Чи подобається Вам постійно бути в курсі своїх службових справ?	ні	скоріше ні	коли як	скоріше так	так
3	Чи виникає у Вас стан певного піднесення, коли доводиться братися за нестандартні службові справи?	ніколи	іноді	періодично	часто	завжди
4	Якою мірою у Вас виражений потяг постійно бути в курсі всіх своїх службових справ?	відсутній	невисокий	середній	достатньо виражений	високий
5	Чи потрібне, на Вашу думку, чітке планування службової діяльності?	ні	скоріше ні	коли як	майже завжди	завжди

6	Якою мірою виникнення нестандартної ситуації підвищує Вашу службову відповідальність?	ніяк	неістотно	певною мірою	істотно	дуже сильно
7	Наскільки Вас захоплює взаємодія з співслужбовцями при розв'язанні поставлених завдань?	зовсім ні	незначно	певною мірою	значно	дуже сильно
8	Чи вважаєте Ви, що постійний взаємний контроль за діяльністю співслужбовців (в розумних межах) йде на користь справі?	ні	скоріше ні	коли як	скоріше так	так
9	Якою, на Вашу думку, має бути природна реакція групи співслужбовців, що спільно працюють, на виникнення нештатних ситуацій?	розгубленість	цілковитий спокій	залежно від обставин	мобілізованість	повна мобілізованість
10	Як часто у своїх думках Ви повертаєтесь до службових справ поза службою?	ніколи	іноді	періодично	часто	постійно
11	Як часто Ви перевіряєте відповідність поставлених на службі завдань тому, як вони виконуються?	ніколи	іноді	періодично	часто	постійно
12	Чи згодні Ви з тим, що ефективне службове зростання військового неможливе без постійного розв'язання ним нестандартних та відповідальних завдань?	не згодний	більше не згодний, ніж згодний	не завжди згодний	здебільшого згодний	повністю згодний

13	Як часто Ви стикаєтесь у процесі своєї служби з чимось цікавим та (чи) вартим уваги?	ніколи	іноді	періодично	часто	завжди
14	Як часто у Вас виникає занепокоєння, коли з якихось причин стає неможливим передбачити особливості своєї служби наперед?	ніколи	іноді	періодично	часто	завжди
15	Чи сильно псується у Вас настрій, коли на службі доводиться вирішувати непередбачувані ситуації?	дуже сильно	істотно	певною мірою	неістотно	зовсім не псується
16	Як часто обставини Вашої служби складаються так, що доводиться постійно тримати у фокусі уваги свої службові справи?	дуже рідко	рідко	періодично	часто	постійно
17	Чи потрібний, на Вашу думку, постійний моніторинг ходу службової діяльності (своєї, співслужбовців, військової частини)?	ні	скоріше ні	коли як	скоріше так	так
18	Чи помічали Ви у себе зменшення бажання працювати у разі підвищення відповідальності за кінцевий результат роботи?	постійно	часто	коли як	рідко	ніколи
19	Чи перебуваєте Ви в курсі службових та позаслужбових справ своїх співслужбовців?	ні	скоріше ні	іноколи	скоріше так	так

20	Наскільки легко Вам працювати зі співслужбовцями, які не зовсім відкриті щодо ходу та результатів своєї або спільної роботи?	завжди легко	частіше легко	коли як	важко	дуже важко
21	Як змінюється Ваша взаємодія зі співслужбовцями, коли доводиться розв'язувати незвичні завдання?	погіршується	частіше погіршується	ніяк не змінюється	частіше поліпшується	поліпшується
22	Чи легко Ви відволікаєтесь під час служби на позаслужбові питання?	завжди легко	частіше легко	коли як	важко	дуже важко
23	На Вашу думку, перевірка зайвий раз того, що робиш, піде тільки на користь кінцевому результату?	ні	скоріше ні	коли як	скоріше так	так
24	Чи згодні Ви з тим, що діяти в умовах невизначеності має вміти кожний військовослужбовець?	ні	скоріше ні	інколи	скоріше так	так

Ключ

№	Показники	№№ питань
1	Загальний рівень військово-професійної життєстійкості	1 – 24
2	Рівень військово-професійної включеності	1,4,7,10,13,16,19,22
3	Рівень військово-професійного контролю	2,5,8,11,14,17,20,23
4	Рівень військово-професійного прийняття виклику	3,6,9,12,15,18,21,24
5	Рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості	1,2,3,13,14,15
6	Рівень мотиваційного компонента військово-професійної життєстійкості	4,5,6,16,17,18

7	Рівень соціального компонента військово-професійної життєстійкості	7,8,9,19,20,21
8	Рівень професійного компонента військово-професійної життєстійкості	10,11,12,22,23,24

Обробка та інтерпретація результатів

На кожне з 24 запитань пропонується 5 варіантів відповіді, розташованих за порядковою шкалою зростання вираженості ознаки зліва направо (відповідно, вибір крайньої лівої відповіді дорівнює 0 балам, другої зліва – 1 балу, третьої – 2 балам, четвертої – 3 балам, п'ятої – 4 балам).

Кількісні результати опитувальника військово-професійної життєстійкості підраховуються згідно з ключем. Нормативні дані показники загального рівня професійної життєстійкості (у балах) подано в таблиці:

№	Рівень професійної життєстійкості	Бали
1	Низький	0 – 53
2	Нижчий за середній	54 – 59
3	Середній	60 – 63
4	Вищий за середній	64 – 69
5	Високий	70 – 96

Додаток 2

Опитувальник “Стратегії долаття стресових ситуацій” (Strategic Approach to Coping Scale, SACS; S. Hobfoll, адаптація Н. Водоп'янової та О. Старченкової)

Опитувальник дозволяє визначити основні поведінкові стратегії подолання стресових ситуацій і моделей копінг-поведінки досліджуваних.

Інструкція: “Уважно прочитайте твердження та обведіть кружечком **один** із запропонованих варіантів відповідей, який найбільше Вам підходить”.

Регістраційний бланк

П.І.Б. (повністю) _____
Дата обстеження _____ Вік _____ Стать _____
Посада (підрозділ) _____
Спеціальність _____ Військове звання _____

№ з/п	Твердження	Варіанти відповідей				
		Зовсім не вірно 1	Навряд чи це так 2	Важко відпо- вісти 3	Мабуть це так 4	Цілком вірно 5
1	У будь-яких складних ситуаціях Ви не здаєтеся	1	2	3	4	5
2	Ви об'єднуєтеся з іншими людьми, щоб разом вирішити ситуацію	1	2	3	4	5
3	Ви радитеся з друзями або близькими про те, що б вони зробили, опинившись у Вашому становищі	1	2	3	4	5
4	Ви завжди дуже ретельно зважуєте можливі варіанти рішень (краще бути обережним, ніж піддавати себе ризику)	1	2	3	4	5
5	Ви покладаєтеся на свою інтуїцію	1	2	3	4	5
6	Як правило, Ви відкладаєте вирішення проблеми, яка виникла, в надії, що вона розв'яжеться сама	1	2	3	4	5
7	Чи намагаєтеся тримати все під контролем, хоча і не показуєте цього іншим	1	2	3	4	5

8	Ви думаєте, що іноді необхідно діяти настільки швидко і рішуче, щоб застати інших зненацька	1	2	3	4	5
9	Вирішуючи неприємні проблеми, Ви часто виходите із себе й можете “наламати чимало дрів”	1	2	3	4	5
10	Коли хто-небудь із близьких поводить з Вами несправедливо, Ви намагаєтеся вести себе так, щоб вони не відчули, що Ви засмучені	1	2	3	4	5
11	Ви намагаєтеся допомагати іншим при вирішенні ваших спільних проблем	1	2	3	4	5
12	Ви не соромитеся, за необхідності, звертатися до інших людей за допомогою або підтримкою	1	2	3	4	5
13	Без необхідності Ви не “викладаєтеся” повністю, воліючи заощаджувати свої сили	1	2	3	4	5
14	Ви часто дивуєтеся тому, що найбільш правильним є саме те рішення, що першим прийшло Вам у голову	1	2	3	4	5
15	Іноді Ви волієте зайнятися чим завгодно, аби тільки забути про неприємну справу, яку потрібно робити	1	2	3	4	5
16	Для досягнення своїх цілей Вам часто доводиться “підігравати” іншим або підлаштовуватися під інших людей (трохи “кривити душею”)	1	2	3	4	5
17	У певних ситуаціях Ви ставите свої особисті інтереси вище всього, навіть якщо це зашкодить іншим	1	2	3	4	5
18	Як правило, перешкоди для вирішення Ваших проблем або досягнення бажаного, сильно виводять Вас із себе, можна сказати, що вони просто бісять Вас	1	2	3	4	5
19	Ви вважаєте, що в складній ситуації краще діяти самому, ніж чекати, коли її будуть вирішувати інші	1	2	3	4	5
20	Перебуваючи у важкій ситуації, Ви роздумуєте про те, як діяли б у цьому випадку інші люди	1	2	3	4	5

21	У важкі хвилини для Вас дуже важлива емоційна підтримка близьких людей	1	2	3	4	5
22	Ви вважаєте, що у всіх випадках краще “сім разів відміряти, перш ніж відрізати”	1	2	3	4	5
23	Ви часто програєте через те, що не покладаетесь на свої передчуття	1	2	3	4	5
24	Ви не витрачаєте свою енергію на розв’язання того, що, можливо, саме по собі вирішиться	1	2	3	4	5
25	Ви дозволяєте іншим людям думати, що вони можуть вплинути на Вас, але насправді Ви – “міцний горішок”, і нікому не дозволяєте маніпулювати собою	1	2	3	4	5
26	Ви вважаєте, що корисно демонструвати свою владу й зверхність для зміцнення власного авторитету	1	2	3	4	5
27	Вас можна назвати запальною людиною	1	2	3	4	5
28	Вам буває досить важко відповісти відмовою на вимоги або прохання	1	2	3	4	5
29	Ви думаєте, що в критичних ситуаціях краще діяти спільно з іншими	1	2	3	4	5
30	Ви вважаєте, що на душі може полегшати, якщо поділитися з іншими своїми переживаннями	1	2	3	4	5
31	Ви нічого не приймаєте на віру, тому що думаєте, що в будь-якій ситуації можуть бути “підводні камені”	1	2	3	4	5
32	Ваша інтуїція Вас ніколи не підводить	1	2	3	4	5
33	У конфліктній ситуації Ви переконуєте себе й інших, що проблема “не варта й виїденого яйця”	1	2	3	4	5
34	Іноді Вам доводиться трохи маніпулювати людьми (вирішувати свої проблеми, незважаючи на інтереси інших)	1	2	3	4	5

35	Буває дуже вигідно поставити іншу людину в незручне й залежне становище	1	2	3	4	5
36	Ви вважаєте, що краще рішуче й швидко дати відсіч тим, хто не згодний з Вашою думкою, ніж “тягнути kota за хвіст”	1	2	3	4	5
37	Ви легко й спокійно можете захистити себе від несправедливих дій з боку інших, при необхідності – сказати “ні” в ситуації емоційного тиску	1	2	3	4	5
38	Ви вважаєте, що спілкування з іншими людьми збагатить Ваш життєвий досвід	1	2	3	4	5
39	Ви думаєте, що підтримка інших людей дуже допомагає Вам у важких ситуаціях	1	2	3	4	5
40	У важких ситуаціях Ви довго готуєтеся і волієте спочатку заспокоїтися, а потім уже діяти	1	2	3	4	5
41	У складних ситуаціях краще слідувати першому імпульсу, аніж довго зважувати всі можливі варіанти	1	2	3	4	5
42	Ви по можливості уникаєте рішучих дій, що вимагають великої напруженості й відповідальності за наслідки	1	2	3	4	5
43	Для досягнення своїх заповітних цілей не гріх і трохи злукавити	1	2	3	4	5
44	Ви шукаєте “слабкості” інших людей і використовуєте їх з вигодою для себе	1	2	3	4	5
45	Брутальність і дурість інших людей часто викликають у Вас лютю (виводять Вас із себе)	1	2	3	4	5
46	Ви відчуваєте незручність, коли Вас хвалять або говорять компліменти	1	2	3	4	5
47	Ви вважаєте, що спільні зусилля з іншими принесуть більше користі в будь-яких ситуаціях (при вирішенні будь-яких завдань)	1	2	3	4	5

48	Ви впевнені, що у важких ситуаціях Ви завжди знайдете розуміння й співчуття з боку близьких людей	1	2	3	4	5
49	Ви думаєте, що у всіх випадках потрібно додержуватися принципу "тихіше їдеш – далі будеш"	1	2	3	4	5
50	Дія під впливом першого пориву завжди гірше, ніж тверезий розрахунок	1	2	3	4	5
51	У конфліктних ситуаціях Ви волієте знайти які-небудь важливі й невідкладні справи, дозволяючи іншим зайнятися рішенням проблеми або сподіваючись, що час все розставить на свої місця	1	2	3	4	5
52	Ви думаєте, що хитрістю можна домогтися інколи більше, ніж діючи прямо	1	2	3	4	5
53	Ви дотримуєтеся точки зору, що ціль виправдовує засоби	1	2	3	4	5
54	У значущих і конфліктних ситуаціях Ви буваєте агресивним	1	2	3	4	5

Ключ

Субшкала	Номери тверджень
Асертивні дії	1, 10, 19, 28*, 37, 46*
Вступ до соціального контакту	2, 11, 20, 29, 38, 47
Пошук соціальної підтримки	3, 12, 21, 30, 39, 48
Обережні дії	4, 13, 22, 31, 40, 49
Імпульсивні дії	5, 14, 23, 32, 41, 50*
Уникнення	6, 15, 24, 33, 42, 51
Непрямі дії	7, 16, 25, 34, 43, 52
Асоціальні дії	8, 17, 26, 35, 44, 53
Агресивні дії	9, 18, 27, 36, 45, 54

Примітка: * підраховуються у зворотному порядку.

Обробка та інтерпретація результатів

Аналіз результатів проводиться на підставі зіставлення даних конкретної людини по кожній з субшкал із середніми значеннями моделей подолання в досліджуваний (професійній, віковій і т.і.) групі. В результаті порівняння індивідуальних і середньо-групових показників робиться висновок про подібність або відмінність поведінки (стратегії подолання стресових ситуацій) даного індивіда відносно досліджуваної категорії людей. Для інтерпретації індивідуальних особливостей подолання стресових ситуацій дані конкретного досліджуваного можуть бути співставлені з даними, представленими в таблиці.

Показники стратегій подолання у представників комунікативних професій

№	Стратегії подолання	Модель поведінки (дії)	Ступінь вираженості моделей подолання		
			Низька	Середня	Висока
1	Активна	Асертивні дії	6-17	18-22	23 -30
2	Просоціальна	Вступ до соціального контакту	6 -21	22 -25	26 -30
3	Просоціальна	Пошук соціальної підтримки	6 -20	21 -24	25-30
4	Пасивна	Обережні дії	6 -17	18 -23	24- 30
5	Пряма	Імпульсивні дії	6 -15	16–19	20-30
6	Пасивна	Уникнення	6–13	14–17	18-30
7	Непряма	Маніпулятивні дії	6–17	18–23	24-30
8	Асоціальна	Асоціальні дії	6–14	15–19	20-30
9	Асоціальна	Агресивні дії	6–13	14–18	19-30