

О.

Особливості психологічної підготовки військовослужбовців до ведення бойових дій

У статті досліджуються особливості міжособистісних стосунків у трудовому колективі військовослужбовців, аналізується вплив психологічної підготовки на згуртованість, комунікативні навички та мотивацію. Виявлено зв'язки між психологічною стійкістю, впевненістю у власних силах і ефективністю командної взаємодії, підтверджені кореляційним аналізом. Запропоновано рекомендації для вдосконалення програм психологічної підготовки.

Ключові слова: міжособистісні стосунки, трудовий колектив, психологічна підготовка, згуртованість, комунікативні навички, мотивація, військовослужбовці.

This article investigates the peculiarities of interpersonal relationships within the work collective of military personnel, focusing on the impact of psychological training on cohesion, communication skills, and motivation. Correlations between psychological resilience, self-efficacy, and effective team interaction were identified through statistical analysis. Recommendations for enhancing psychological training programs are provided.

Key words: interpersonal relationships, work collective, psychological training, cohesion, communication skills, motivation, military personnel.

Міжособистісні стосунки в трудовому колективі військовослужбовців є ключовим фактором, що визначає ефективність виконання завдань у стресових і небезпечних умовах бойової діяльності. Недостатня згуртованість, слабкі комунікативні навички або низька мотивація можуть призводити до конфліктів, порушення дисципліни та зниження психологічної стійкості, що особливо критично в умовах бойового стресу. Військовослужбовці, які зазнають психологічного навантаження без належної підготовки, можуть проявляти агресивність, втрачати довіру до колег або відчувати демотивацію, що ускладнює командну взаємодію. Таким чином, виникає потреба дослідити особливості міжособистісних стосунків у військових колективах і визначити, як психологічна підготовка може сприяти їх зміцненню та підвищенню ефективності командної роботи.

Сучасні дослідження підкреслюють важливість психологічної підготовки для формування міцних міжособистісних стосунків у військових підрозділах. А. Сірій зазначає, що відсутність своєчасної психологічної підтримки може призводити до конфліктності, агресії та нестатутних відносин, що руйнують згуртованість колективу [7]. І. Приходько вказує, що в екстремальних умовах когнітивні процеси, такі як

сприйняття чи прийняття рішень, зазнають змін, що може ускладнювати комунікацію через звуження уваги до окремих аспектів ситуації [6]. В. Стасюк наголошує на необхідності тренувань, які моделюють бойові умови, для розвитку навичок командної взаємодії [8].

А. Лиман підкреслює роль групової мотивації, яка формується через взаємну довіру та згуртованість, як основи міцних міжособистісних стосунків [3]. С. Польовий визначає психологічну підготовку як комплексний процес, спрямований на формування стійкості та комунікативних здібностей у складних умовах [5]. А. Гачак-Величко акцентує на завданнях морально-психологічного забезпечення, таких як виховання дисципліни та патріотичних цінностей, що сприяють згуртованості [2]. Н. Мась зазначає, що психологічна підготовка включає індивідуальні та колективні аспекти, які підвищують ефективність взаємодії [4]. В. Алещенко підкреслює, що психологічна готовність охоплює особистісну та функціональну складові, які впливають на здатність до співпраці в колективі [1].

Метою статті є аналіз особливостей міжособистісних стосунків у трудовому колективі військовослужбовців, оцінка впливу психологічної підготовки на згуртованість, комунікативні навички та мотивацію, а також розробка рекомендацій для вдосконалення програм психологічної підготовки з метою підвищення ефективності командної взаємодії.

Дослідження проводилося на базі 68-ї бригади в/ч А4056 із вибіркою з 40 військовослужбовців – чоловіків віком від 27 до 45 років. Вибірка включала як рядовий склад, так і офіцерів із різним стажем служби, що забезпечило різноманітність професійного досвіду. Експеримент складався з трьох етапів: початкової діагностики психологічного стану, впровадження програми психологічної підготовки для експериментальної групи (20 осіб) і повторної діагностики для порівняння результатів із контрольною групою (20 осіб).

На першому етапі використовувалися методики оцінки психофізіологічного стану (О. Кокун), готовності до ризику (Г. Шуберт), самоефективності (Р. Шварцер, М. Єрусалем) та адаптивності («Адаптивність-200»). Результати показали, що значна частина військовослужбовців мала труднощі з адаптацією до стресових умов. Наприклад, близько третини учасників демонстрували знижений психофізіологічний стан, що проявлялося у підвищеній тривожності або нестабільному емоційному стані, що могло ускладнювати міжособистісну взаємодію. Водночас більшість мала середній рівень готовності до ризику, що свідчить про здатність адекватно оцінювати небезпеку, але потребу в додаткових тренінгах для менш впевнених учасників. Понад 40% вибірки показали низьку або нижче середнього впевненість у власних силах, що вказує на необхідність роботи над самооцінкою для ефективної командної роботи. За показниками адаптивності, значна частка мала проблеми з комунікативними навичками та дотриманням моральних норм, що могло впливати на згуртованість підрозділу. Проте низький рівень суїцидального

ризикі та девіантної поведінки свідчить про відносну психологічну стабільність вибірки.

Кореляційний аналіз виявив кілька важливих зв'язків. Наприклад, кращий психофізіологічний стан асоціювався з вищою мотивацією до служби ($r=0,336$, $p<0,05$), що підкреслює, як емоційна стабільність сприяє професійній залученості. Готовність до ризику мала помірний зв'язок зі стійкістю до бойового стресу ($r=0,423$, $p<0,01$), що вказує на те, що військовослужбовці, які впевнено діють у небезпечних ситуаціях, краще справляються зі стресом, сприяючи ефективній взаємодії в колективі. Слабший зв'язок між впевненістю у власних силах і стійкістю до стресу ($r=0,266$, $p<0,1$) підкреслює, що підвищення самоефективності може додатково зміцнити командну роботу.

Програма психологічної підготовки для експериментальної групи тривала два місяці та включала групові тренінги, які проводилися психологами та інструкторами з бойової підготовки. Заняття були спрямовані на розвиток стійкості до стресу через когнітивно-поведінкові техніки, підвищення впевненості через вправи з постановки цілей, вдосконалення комунікативних навичок шляхом групової взаємодії та зміцнення мотивації через аналіз професійного досвіду. Симуляційні вправи відтворювали бойові ситуації, допомагаючи учасникам адаптуватися до стресових умов у контрольованому середовищі. Груповий формат сприяв обміну досвідом і зміцненню довіри між військовослужбовцями, що позитивно позначилося на згуртованості.

Повторна діагностика показала, що експериментальна група досягла значного прогресу в окремих аспектах. Зокрема, учасники продемонстрували вищу впевненість у своїх силах ($t=2,33668$, $p\leq 0,05$), що проявлялося у кращій здатності планувати дії та досягати цілей, сприяючи ефективнішій командній взаємодії. Стійкість до бойового стресу також зросла ($t=2,09109$, $p\leq 0,05$), що дозволило учасникам краще справлятися з емоційним напруженням і зберігати самоконтроль, зміцнюючи міжособистісні стосунки в колективі. Водночас програма не вплинула суттєво на психофізіологічний стан ($t=-0,89297$, $p>0,05$) і готовність до ризику ($t=0,8524$, $p>0,05$), що може бути пов'язано з недостатньою увагою до технік релаксації або впливом зовнішніх факторів, таких як загальна втома.

Програма виявилася ефективною завдяки орієнтації на потреби військовослужбовців, визначені на основі діагностики. Групові заняття та симуляційні вправи допомогли учасникам не лише розвинути індивідуальні психологічні якості, а й зміцнити взаємодію в колективі, що є ключовим для згуртованості. Проте обмежений вплив на психофізіологічний стан і готовність до ризику вказує на потребу вдосконалення програми, наприклад, через додавання вправ для фізичної релаксації або моделювання ситуацій, що вимагають швидких рішень.

Дослідження показало, що міжособистісні стосунки в трудовому колективі військовослужбовців залежать від психологічної стійкості,

впевненості у власних силах і комунікативних навичок. Програма психологічної підготовки сприяла підвищенню стійкості до стресу та впевненості, що позитивно позначилося на згуртованості та командній взаємодії. Статистичні дані підтвердили, що учасники експериментальної групи досягли кращих результатів у цих аспектах порівняно з контрольною групою, що підкреслює ефективність тренінгів. Однак відсутність значних змін у психофізіологічному стані та готовності до ризику вказує на необхідність перегляду програми.

Для вдосконалення пропонується збільшити тривалість занять, додати техніки релаксації та медитації, а також розробити індивідуалізовані підходи для учасників із різним рівнем підготовки. У перспективі доцільно дослідити довгостроковий вплив міжособистісних стосунків на бойову ефективність, а також інтегрувати сучасні технології, такі як віртуальна реальність, для створення реалістичних тренувальних умов. Подібні заходи допоможуть створити міцніший і згуртованіший трудовий колектив, здатний ефективно виконувати завдання в умовах бойової діяльності.

Література:

1. Алещенко В. Розвиток психологічної підготовки військовослужбовців у Збройних Силах України до дій у стресогенних умовах. *Вісник Національного університету оборони України*, №85(3), 2025. С. 16–24. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-85-3-16-24>
2. Гачак-Величко Л.А психологічний супровід військовослужбовців у зоні ведення бойових дій. *Габітус*. №46. 2023. С. 129-133.
3. Лиман А. Психологічні особливості мотивації військовослужбовців Національної гвардії України. *Honor and Law*. №2.77. 2021. С. 81-88.
4. Мась Н. М. Психологічна підготовка військовослужбовців до дій у особливих умовах. *Вісник Національного університету оборони України*. №3. 2014. С. 280-285.
5. Польовий С. Особливості психологічного стану військовослужбовців в зоні проведення бойових дій. *Актуальні соціальні тренди як предмет соціогуманітарних та психологічних наук: матеріали Інтернет-конференції молодих науковців*, м. Житомир, 23 листопада 2023 р. / Ред. кол.: О. А. Черниш, В. М. Слюсар, І. О. Гайдай та ін. Житомир : Житомирська політехніка, 2023. С. 140-146.
6. Приходько І. І. Психологічні особливості службово-бойової діяльності військовослужбовців Національної гвардії України при проведенні антитерористичної операції. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. №2. 2015. С. 35-39.
7. Сірий А. В. Психологічні особливості військово-професійної діяльності військовослужбовців за контрактом. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. №2. 2010. С. 35-39.
8. Стасюк В. В. Організаційні принципи та напрямки діяльності щодо профілактики психічних розладів в умовах підготовки до ведення бойових дій. *Вісник Національного університету оборони України*. №5. 2013. С. 295-301.

Науковий керівник:
доцентка

к. психол. н.,

Білоус Р. М.

