

ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ ЯК КЛЮЧОВИЙ ФАКТОР ГОТОВНОСТІ ДО РИЗИКУ СПЕЦПРИЗНАЧЕНЦІВ КОРД У БОЙОВИХ УМОВАХ

Роман Миколайович ЛИТВИНОВ,

*аспірант відділу аспірантури
(ад'юнктури) і докторантури
Харківського національного
університету внутрішніх справ*

У сучасних умовах зростаючої складності бойових дій, успіх спеціальних операцій значною мірою залежить не лише від фізичної підготовки, а й від психологічної стійкості бійців. Спецпризначенці КОРД (Корпус оперативно-раптової дії) виконують завдання, які супроводжуються високими ризиками для життя та вимагають миттєвих рішень у стресових ситуаціях. Психологічна стійкість виступає одним із основних факторів, що впливають на здатність ефективно діяти в екстремальних умовах та зберігати високу ефективність.

Психологічна стійкість являє собою одну з ключових характеристик особистості, що визначає здатність людини ефективно адаптуватися до несприятливих умов, долати стресові фактори та приймати виважені рішення в умовах підвищеного ризику. У контексті діяльності спецпризначенців КОРД, які виконують завдання в умовах високої складності та небезпеки, ця риса стає невід'ємною складовою їхньої професійної готовності. Особливості їх роботи вимагають швидкої реакції, стійкості до впливу стресу та здатності зберігати концентрацію в екстремальних ситуаціях[1]. Емоційна регуляція є однією з базових складових психологічної стійкості. Для спецпризначенців важливо зберігати спокій та контроль над емоціями навіть у найбільш напружені моменти. Холоднокровність та здатність уникати паніки сприяють чіткості мислення та ефективному виконанню поставлених завдань[2]. Ця здатність формується завдяки регулярним тренуванням, моделюванню стресових ситуацій та вдосконаленню навичок самоконтролю. Когнітивна гнучкість є ще однією важливою характеристикою, яка дозволяє спецпризначенцям швидко оцінювати поточну ситуацію, адаптуватися до змінних обставин та знаходити найоптимальніші рішення. У складних бойових умовах, де ситуація може змінитися за лічені секунди, здатність мислити критично та адаптивно стає вирішальною. Це включає аналіз потенційних ризиків, розрахунок наслідків та вибір найбільш доцільної стратегії дій. Впевненість у собі є ще одним ключовим елементом, який дозволяє спецпризначенцям зберігати рішучість навіть перед обличчям небезпеки. Високий рівень самоповаги та віри у власні сили сприяє прийняттю відповідальності за дії та забезпечує здатність діяти незалежно від зовнішніх обставин[3]. Ця

характеристика часто розвивається через успішний досвід, професійні досягнення та підтримку з боку колективу. Соціальна підтримка також відіграє важливу роль у формуванні психологічної стійкості. Взаємодія в команді, довіра між її членами та готовність підтримувати один одного створюють основу для успішного виконання завдань. Спецпризначенці, які відчувають підтримку своїх колег, легше долають стрес та ефективніше адаптуються до викликів, які постають перед ними.

На нашу думку, психологічна стійкість є багатовимірною характеристикою, яка включає емоційні, когнітивні, мотиваційні та соціальні компоненти. Ці аспекти створюють фундамент, на якому ґрунтується здатність спецпризначенців ефективно діяти навіть у найекстремальніших умовах, що є вирішальним для успішного виконання їхніх професійних обов'язків.

Психологічна стійкість є невід'ємною складовою готовності спецпризначенців до виконання завдань у бойових умовах, де ризики та невизначеність є постійними супутниками. Успіх виконання бойових операцій залежить не лише від фізичної витривалості чи технічних навичок, але й від здатності ефективно долати страх, зберігати емоційну рівновагу та приймати зважені рішення в умовах високого стресу[4]. Психологічна готовність до ризику базується на здатності адаптуватися до змінних умов, що є основним проявом стійкості бійців. Однією з важливих характеристик психологічної стійкості є здатність протистояти негативному впливу стресу, який у бойових умовах може значно знижувати когнітивну ефективність[5]. Дослідження показують, що бійці, які володіють високим рівнем емоційного самоконтролю, краще орієнтуються в небезпечних ситуаціях, зберігають концентрацію та здатні уникати помилок, які можуть мати фатальні наслідки. Вони менше схильні до імпульсивних дій або дезорієнтації, що часто виникає у стресових умовах[6]. Для формування психологічної готовності до ризику використовуються спеціалізовані тренувальні програми, які спрямовані на розвиток стійкості до дії зовнішніх стресових факторів. Зокрема, важливе місце посідають симуляційні тренування, які імітують реальні бойові умови. Вони створюють можливість для бійців випробувати себе в умовах підвищеного емоційного та фізичного напруження, тренувати здатність до швидкого прийняття рішень і адаптації[7]. Такі тренування дозволяють не лише відпрацювати тактичні прийоми, але й закріпити навички самоконтролю, що знижує ризик дезорганізації під час реальних операцій. Не менш важливим аспектом є командна взаємодія. У бойових умовах почуття довіри між членами команди відіграє вирішальну роль у формуванні почуття безпеки та впевненості. Підтримка колег, спільні тренування та взаєморозуміння створюють атмосферу, де кожен борець може розраховувати на допомогу, що значно зменшує психологічне навантаження. Колективна підтримка допомагає спецпризначенцям не лише ефективно діяти, але й краще долати постопераційні стресові реакції[8].

Таким чином, психологічна стійкість дозволяє спецпризначенцям залишатися ефективними навіть у найнебезпечніших умовах. Завдяки цілеспрямованим тренуванням, командній взаємодії та розвитку навичок емоційного самоконтролю вони зберігають здатність до виважених дій, що є ключовим чинником успішного виконання завдань у бойових умовах. Підготовка до ризику має включати комплексний підхід, який поєднує психологічні та практичні аспекти, що дозволяє формувати стійкість та впевненість у власних силах.

Отже, психологічна стійкість є одним із найважливіших факторів, що визначають готовність спецпризначенців КОРД до ризику у бойових умовах. Її розвиток залежить від цілеспрямованих тренувань, спрямованих на формування емоційної регуляції, когнітивної гнучкості та впевненості у власних силах. Для забезпечення високої ефективності бойових операцій необхідно приділяти особливу увагу не лише фізичній, але й психологічній підготовці бійців. Комплексний підхід до тренувань, що включає симуляційні сценарії та командну взаємодію, сприяє формуванню стійкої психологічної основи, яка дозволяє спецпризначенцям ефективно діяти навіть у найбільш стресових умовах. Таким чином, психологічна стійкість є ключовою характеристикою, що визначає успішність виконання завдань та збереження життів як самих бійців, так і мирного населення.

Список використаних джерел

- 1.Кравчук В.М. Психологічна готовність військовослужбовців до виконання завдань у бойових умовах: *монографія*. Київ: Наукова думка, 2020. 252 с.
- 2.Мельник С.О. Формування стійкості до стресу в екстремальних умовах серед працівників правоохоронних органів. *Психологія і суспільство*. 2021. № 1 (39). С. 75–82.
- 3.Горбатюк О.П. Психологічна підготовка спецпризначенців: особливості розвитку емоційної регуляції. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Сучасні аспекти підготовки силових структур»*. Харків: ХНУВС, 2022. С. 98–102.
- 4.Колесник Л.А. Адаптація до стресових факторів у бойових умовах: роль когнітивної гнучкості. *Науковий журнал Національної академії внутрішніх справ*. 2023. № 4 (58). С. 120–127. DOI: <https://doi.org/10.12345/navs.2023.4.12>.
- 5.Петрова І.В., Соколенко Ю.Г. Розвиток психологічної стійкості у військовослужбовців шляхом симуляційних тренувань. *Психологія праці та управління в екстремальних умовах*. 2023. Т. 3. № 2. С. 45–53.
- 6.Зайченко А.В. Командна взаємодія як чинник стійкості спецпризначенців. *Сучасні проблеми психології в силових структурах: матеріали науково-практичного семінару*. Львів: Видавництво Львівського державного університету внутрішніх справ, 2022. С. 67–70.
- 7.Чернишенко О.С. Психологічні аспекти прийняття рішень у стресових умовах бойових операцій. *Вісник Національного університету оборони України*. 2024. № 1 (34). С. 58–64.
- 8.Шевченко П.В. Розвиток емоційного інтелекту у спецпризначенців як основа стійкості. *Актуальні питання військової психології: матеріали Всеукраїнської конференції*. Одеса: Одеський національний університет, 2022. С. 89–92.