

УДК 159.94:355.233.2:796

DOI:[https://doi.org/10.17721/upj.2020.1\(13\).1](https://doi.org/10.17721/upj.2020.1(13).1)

**Александров Д. О.,**

доктор психологічних наук, доцент,  
професор кафедри соціальної роботи,  
Київський національний університет  
імені Тараса Шевченка  
E-mail: denisaleks73@gmail.com  
ORCID: 0000-0002-9307-2585

## **НЕРВОВО-ПСИХІЧНА СТІЙКІСТЬ ЯК ПЕРЕДУМОВА ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ ДО СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ БОЙОВОЇ ПІДГОТОВКИ**

У статті наведені результати авторського емпіричного дослідження нервово-психологічної стійкості як передумови готовності військовослужбовця до спеціальної фізичної бойової підготовки. Описано особливості особистісних рис військовослужбовців, які визначають формування нервово-психічної стійкості та психологічної готовності до службово-бойової та службово-навчальної діяльності. Дослідження включало психодіагностичне вивчення військовослужбовців у процесі їхньої спеціальної фізичної бойової підготовки. Встановлено, що в міру зростання нервово-психічної стійкості військовослужбовця, як передумови формування готовності до спеціальної фізичної бойової підготовки, відбувається зростання загального рівня його адаптивності, підвищується психоемоційна стійкість та самовладання, зростає наполегливість та рішучість у межах нормативної поведінки, підвищується сміливість та готовність до виправданого ризику. У міжособистісній взаємодії провідного значення набуває екстравертованість, довіра, розслабленість, високий самоконтроль, практичність, певна конформність та готовність до дотримання дисципліни й субординаційних відносин, що у сукупності вказує на покращення професійної комунікативності в міру набуття досвіду, розвитку нервово-психічної стійкості та професійної адаптивності загалом. Окрім того, спостерігається загальна гармонізація системи самоставлень та формування впевненості у власному потенціалі. Сформульовано висновок про те, що нервово-психічна стійкість, як одна з провідних складових професійно значущих якостей в структурі особистості військовослужбовця, безпосередньо пов'язана із формуванням психологічної готовності як до службово-бойової, так і службово-навчальної діяльності, яка реалі-

зується у процесі спеціальної фізичної бойової підготовки. Це дозволяє вдосконалити інструментарій професійно-психологічного відбору, що стане підґрунтям комплектування особового складу військовослужбовцями, наділеними задатками, необхідними для ефективного виконання службових обов'язків і професійного зростання у процесі діяльності.

**Ключові слова:** спеціальна фізична бойова підготовка, нервово-психічна стійкість, психологічна готовність, особистість військовослужбовця, індивідуально-психологічні якості, службово-навчальна та службово-бойова діяльність.

## Вступ

**Постановка проблеми.** Військова діяльність внаслідок екстремальності відбувається в умовах граничного напруження психічних та фізичних сил військовослужбовця. Екстремальні чинники викликають деструктивні психічні стани, які, за відсутності психологічної стійкості та готовності, призводять до ризику травматизації чи загибелі. Як зазначав Л. Чух (Чух, 2003), вплив на психіку таких стресогенних чинників зумовлює зниження ефективності діяльності через розсіювання уваги, або її мимовільного перенесення з зовнішніх об'єктів бойової обстановки на внутрішні процеси і стани, а також загальне зниження адаптивності й вольової готовності до швидких та адекватних ситуації дій.

Саме тому для формування готовності військовослужбовця до екстремальних умов службової діяльності особливого значення набуває організація спеціальної бойової фізичної підготовки. Адже, як зазначав В. М. Афонін (Афонін, Єна & Поцілуйко, 2015), метою спеціальної фізичної та бойової підготовки є не лише загартовування фізичних сил військовослужбовця, але й формування його психологічної витривалості та готовності до службової діяльності. У свою чергу, Ю. Фіногенов (Фіногенов & Глазунов, 2009) наголошує, що за своїм змістом спеціальна фізична підготовка військовослужбовців поєднує традиційні фізичні вправи із комплексом завдань, які моделюють специфічні умови бойової діяльності, що дозволяє адаптувати організм та психіку військовослужбовця до граничних фізичних навантажень, які виникають у ході виконання бойових завдань. Яскравим прикладом може бути програма спеціальної бойової фізичної підготовки, яка реалізується у військових навчальних закладах. Так, Національна академія Національної гвардії України ставить за мету спеціальної фізичної бойової підготовки: розвиток витривалості, сили, швидкості та спритності; ово-

лодіння навичками в пересуванні по пересіченій місцевості в пішому порядку, подоланні природних і штучних перешкод, метанні гранат, рукопашного бою; виховання психічної стійкості, впевненості у своїх силах, цілеспрямованості, сміливості і рішучості, ініціативи і винахідливості та наполегливості; зміцнення здоров'я, загартовування і підвищення стійкості організму до впливу несприятливих чинників бойової діяльності; згуртування військового колективу та формування готовності до командної діяльності; загартовування характеру та сили волі.

## Теоретичний аналіз

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Психологічна готовність до напружених умов спеціальної бойової фізичної підготовки безпосередньо пов'язана з нервово-психічною стійкістю особистості військовослужбовця. І, як зазначала І. Г. Малкіна-Пих (Малкіна-Пих, 2005), під психологічною стійкістю розуміється цілісна характеристика особистості, що забезпечує її резистентність до фруструючого та стресогенного впливу ситуацій. Ще на початку ХХ ст. Дж. Джонсон довів, що поки психічне напруження є мінімальним – продуктивність діяльності є досить низькою, але коли вона зростає до оптимального рівня змобілізованості, то ефективність суттєво збільшується. Проте, якщо напруження переходить межу корисності, то настає дистрес, що викликає погіршення якості діяльності.

Якщо ж звернутися до аналізу підходів до розуміння феномену психологічної готовності, то у наукових джерелах зустрічається тлумачення готовності і як стану, і як характеристики особистості. Так, В. М. Дружинін (Дружинін, 2007) визначав психологічну готовність як психічний стан, що характеризується мобілізацією ресурсів та здібностей людини на оперативне або довгострокове виконання конкретної діяльності. Цей стан визначає успішність виконання обов'язків, доцільність використання знань і досвіду, ефективність активації особистісних властивостей та якостей, а також можливість збереження здатності перебудовувати власну діяльність відповідно до зовнішніх обставин. З іншого боку, Д. М. Узнадзе (Узнадзе, 2001) зазначав, що феномен психологічної готовності тісно пов'язаний з поняттям установки, яка забезпечує стійкий, цілеспрямований характер перебігу успішної діяльності і є ширшим поняттям, аніж суто психологічна готовність, яка, на його думку, виступає лише суттєвою ознакою установки. Натомість, М. І. Дьяченко та Л. А. Кандибович (Дьяченко, Кандибович & Пономаренко, 2005) розводять ці поняття, вважаючи установку лише формою готовності, яка, у свою чергу, є особистісною характеристикою, що має складну психологічну структуру і є вира-

женням сукупності інтелектуальних, емоційних, мотиваційних та вольових сторін психіки у їх співвідношенні з зовнішніми умовами та завданнями, які вирішуються.

Натомість В. А. Крутецький (Крутецький, 1980) тлумачить готовність до діяльності значно ширше, – як цілісний комплекс особистісних характеристик, що виступають «ансамблем» відповідних властивостей особистості. Аналогічної позиції дотримувався К. К. Платонов (Платонов, 1986), який розглядав готовність, як структурний елемент, який включає моральну, психологічну та професійну готовність. Схожу думку висловлював й А. Ц. Пуні (Пуні, 1979), коли розкривав готовність через сукупність мотиваційних, пізнавальних, емоційних і вольових якостей особистості, як її психофізіологічний стан, що забезпечує актуалізацію можливостей при спрямованості особистості на виконання певних дій. На думку О. М. Столяренка (Столяренко, 2001), готовність включає в себе як завчасно сформовані конструкти, на кшталт властивостей особистості, якостей, знань, умінь та навичок, так і конструкти, які дозволяють ефективно функціонувати у певній конкретній ситуації. І якщо розглядати феномен готовності з точки зору ієрархічної моделі, то сучасні науковці виділяють такі її складові компоненти, як: мотиваційний, орієнтаційний, операційний, вольовий та оцінний.

Феномен психологічної готовності до спеціальної бойової фізичної підготовки має кілька ракурсів бачення: як певний регулятор цілеспрямованої діяльності при виконанні фізичних нормативів; як стан змобілізованості на цілеспрямовану активність під час спеціальної бойової фізичної підготовки; як певна психологічна установка, що налаштовує на ефективне виконання фізичних вправ; як комплекс властивостей та якостей особистості, що визначають ефективність засвоєння вмій та навичок виконання вправ та нормативів спеціальної фізичної бойової підготовки (Александров, 2019: 7–27).

Дослідження А. Д. Ганюшкіна (Ганюшкін, 2002) свідчать про наявність безпосереднього зв'язку психологічної готовності до дій у напружених умовах з рівнем нервово-психічної стійкості, самоконтролем, мобілізаційною та психологічною гнучкістю, сміливістю, оптимізмом, нейротизмом, напруженістю, депресією, тривожністю, педантизмом, підозрілістю, агресивністю тощо. Стає очевидним, що психологічна стійкість особистості до навантажень під час спеціальної бойової фізичної підготовки визначається здатністю протистояти впливам, які перешкоджають ефективному виконанню нормативів та вправ. М. Е. Lester з колегами (Lester, Knapik, Catrambone, Antczak, Sharp & Burrell, 2010), аналізуючи досвід бойових дій, зазначають, що психологічна стійкість

виступає певним імунітетом щодо негативних зовнішніх та внутрішніх впливів, і тому чим вона більша, тим успішніше людина діє в умовах великих фізичних та психологічних навантажень, краще зберігає самовладання і нейтралізує негативні зміни власної психіки.

Аналогічно й у працях Л. Д. Бітєхтіної (Бітєхтіна, 2005), присвячених аналізу психологічних детермінант поведінки військовослужбовців у складних умовах, доведено, що вона обумовлена особистісними рисами. На готовність до дій в екстремальних умовах впливають такі чинники, як: ступінь позитивності самооцінки, упевненість у собі, рівень суб'єктивного контролю, наявність позитивного мислення, вираженість мотивації досягнення успіху та ін.

Окрім того, як зазначають V. D. Hauschild, D. W. DeGroot та S. M. Hall (Hauschild, DeGroot & Hall, 2017), готовність до суттєвих фізичних навантажень також пов'язана із особливостями нервової системи й темпераменту військовослужбовця, які виступають основою його характерологічних особливостей, що й повинно враховуватися при організації занять зі спеціальної фізичної бойової підготовки.

Дослідження Р. Henning, В.-S. Park, J.-S. Kim (Henning, Park & Kim, 2011) доводять наявність зв'язку нервово-психічної стійкості з емоційно-вольовими компонентами психологічної готовності особистості, серед яких виокремлювали: відповідальність, самостійність та ініціативність; схильність до виправданого ризику; стійкість до невдач; наполегливість; самовладання за будь-яких несприятливих обставин. Відтак, зазначають J. Knapik, M. Sharp та R. A. Steelman (Knapik, Sharp & Steelman, 2017), готовність обумовлена сталими психічними особливостями, притаманними людині, а також конкретними умовами завдань спеціальної фізичної бойової підготовки. Тому завчасно сформована готовність визначає успішність діяльності у напружених умовах суттєвих фізичних навантажень.

З точки ж зору військової психології, психологічна готовність до умов спеціальної фізичної бойової підготовки включає компоненти, які пов'язані із нервово-психічною стійкістю і визначають успішність виконання вправ, завдань та нормативів, зокрема: чітке розуміння майбутніх дій та умов виконання; обґрунтований розрахунок способів подолання труднощів; швидке і чітке мислення; оптимальний рівень психічного напруження; впевненість у собі, усвідомлення можливих ризиків під час виконання фізичних вправ; змобілізованість, рішучість та самовладання; ініціативність, самостійність, витримка та сміливість; витривалість та достатній запас фізичних сил.

Отже, однією з базових якостей, яка лежить в основі психологічної готовності військовослужбовця до умов спеціальної фізичної бо-

йової підготовки, виступає нервово-психологічна стійкість, адже, як зазначав D. J. Edwards (Edwards, Edwards & Basson, 2004), вона визначає ефективність виконання вправ та нормативів. J. H. Wilmore та D. Costiill (Wilmore & Costiill, 2004) пояснюють це тим, що, з одного боку, вона обумовлена конституціональними характеристиками біопсихічного компоненту структури особистості, а з іншого – є результатом сформованих на її основі вольових компонентів. Тому, переходячи до емпіричного дослідження чинників психологічної готовності військовослужбовця, ми зосередимо увагу саме на нервово-психічній стійкості.

**Мета статті** полягає у аналізі індивідуально-психологічних чинників, що визначають нервово-психічну стійкість військовослужбовця у процесі спеціальної бойової та фізичної підготовки, як основи його професійно-психологічної готовності до навчальної та службово-бойової діяльності.

## Методологія та результати дослідження

Зважаючи на доведений вище широкий діапазон особистісних характеристик, які визначають нервово-психологічну стійкість як передумову професійної готовності військовослужбовця до спеціальної фізичної бойової підготовки, нами був підібраний відповідний психодіагностичний інструментарій, зокрема:

- для швидкого та всебічного дослідження індивідуально-психологічних особливостей військовослужбовців, які можуть виступати чинниками нервово-психічної стійкості, використовувався поліфакторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла (16-PF форма С);
- для визначення екстра-, інтроверсії та нейротизму застосовувався тест-опитувальник Г. Айзенка (ЕРІ);
- для визначення нервово-психічної стійкості та ризику дезадаптації у стресі використовувалась методика «Прогноз»;
- для діагностики особливостей соціальної адаптації використовувався багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) А. Г. Маклакова, С. В. Чермяніна;
- для дослідження ставлень до самого себе використовувався тест самоствалення (МИС) С. Р. Пантілеєва.

У дослідженні взяли участь 252 військовослужбовці з числа курсантів Національної академії Національної гвардії України, чоловічої статі, віком від 19 до 23 років. Обрання даної категорії визначається специфікою вікової періодизації військовослужбовців для занять з фізичною підготовкою (Романчук, Петрук & Балдецький, 2015).

Для дослідження зв'язків нервово-психічної стійкості, як передумови психологічної готовності до спеціальної фізичної бойової підготовки, з показниками професійно значущих якостей в структурі особистості військовослужбовця використовувався кореляційний аналіз. В процесі обробки наявні зв'язки визначались через підрахунок коефіцієнта рангової кореляції Ч. Спірмена. Це обумовлене тим, що одержані метричні дані не підпорядковуються закону нормального розподілу. Слід зазначити, що при обсязі вибірки ( $n=252$ ) мінімальне критичне значення  $r_s$  становить 0,124 при  $p \in 0,05$ .

Для дослідження зв'язків нервово-психічної стійкості з показниками професійно значущих якостей особистості військовослужбовця обрано показники нейротизму за методикою Айзенка, показники нервово-психічної стійкості за методикою МЛО-АМ та показник нервово-психічної стійкості за методикою «Прогноз», оскільки вони визначають лабільність нервової системи, що безпосередньо впливає на адаптаційний потенціал і готовність до спеціальної фізичної бойової підготовки. Але, перш ніж перейти до інтерпретації результатів кореляційного аналізу, слід нагадати, що показники цих шкал мають зворотні значення, коли зменшення балових показників вказують на збільшення нервово-психічної стійкості.

Доцільність обрання саме цих показників нервово-психічної стійкості підтверджується високими їхніми кореляційними зв'язками з показниками успішності курсантів у спеціальній фізичній підготовці: із показником нейротизму за методикою Айзенка ( $r_s = -0,5434$ ,  $p \in 0,05$ ), рівнем нервово-психічної стійкості за методикою МЛО-АМ ( $r_s = -0,6305$ ,  $p \in 0,05$ ) та показником методики «Прогноз» ( $r_s = -0,6527$ ,  $p \in 0,05$ ). Це підтверджує безпосередній зв'язок нервово-психічної стійкості з успішністю формування готовності до спеціальної фізичної бойової підготовки військовослужбовців.

Окрім того, готовність військовослужбовців до складних умов спеціальної фізичної бойової підготовки також варто проілюструвати й високими кореляційними зв'язками загального рівня адаптивних здібностей за методикою МЛО-АМ із показником нейротизму за методикою Айзенка ( $r_s = 0,4084$ ,  $p \in 0,05$ ), рівнем нервово-психічної стійкості за методикою МЛО-АМ ( $r_s = 0,8995$ ,  $p \in 0,05$ ) та показником методики «Прогноз» ( $r_s = 0,8267$ ,  $p \in 0,05$ ).

Разом із тим, обмежуватися лише одним з цих показників нервово-психічної стійкості не слід, бо вони розроблялися авторами з дещо іншою метою. Тому для надійності дослідження будемо використовувати підхід паралельних форм. Послідовність інтерпретації виявлених взаємозв'язків цих показників з іншими психологічни-

ми характеристиками особистості військовослужбовця здійснюватиметься відповідно до кількості значущих кореляційних зв'язків. Така послідовність викладення визначається тим, що чим з більшою кількістю із зазначених трьох показників нервово-психічної стійкості певна особистісна якість має вагомих кореляцій, тим більшу значущість вони мають для психологічної готовності до спеціальної фізичної бойової підготовки.

Однак, перш за все, слід визначити надійність взаємозв'язків між самими показниками нервово-психічної стійкості для впевненості в їх релевантності меті дослідження. Так, аналізуючи внутрішні зв'язки обраних показників нервово-психічної стійкості, з'ясовано, що показник нервово-психічної стійкості за методикою «Прогноз» має високі позитивні кореляції із показником нейротизму за Айзенком ( $r_s = 0,6325, p \in 0,05$ ) та нервово-психічної стійкості за методикою МЛО-АМ ( $r_s = 0,8148, p \in 0,05$ ). У свою чергу, показник нейротизму за Айзенком підкріплюється вагомими позитивними кореляційними зв'язками з показником нервово-психічної стійкості за методикою МЛО-АМ ( $r_s = 0,4734, p \in 0,05$ ), та відповідним показником за методикою «Прогноз» ( $r_s = 0,6325, p \in 0,05$ ). Так само й показник нервово-психічної стійкості за методикою МЛО-АМ визначається значущими позитивними кореляціями з показником нейротизму за Айзенком ( $r_s = 0,4734, p \in 0,05$ ) та нервово-психічної стійкості за методикою «Прогноз» ( $r_s = 0,8148, p \in 0,05$ ). З цього можна зробити висновок, що обрані показники є надійними та мають достатній рівень взаємного підкріплення, хоча показник за методикою «Прогноз» дає вагоміші зв'язки з іншими показниками, ніж показники нервово-психічної стійкості за методиками Айзенка та МЛО-АМ. Тому при виникненні окремих неспівпадінь, орієнтуватимемося на взаємопідтвержені результати математико-статистичного аналізу двох з трьох показників, а у разі неспівпадіння двох окремих показників нервово-психічної стійкості, будемо спиратися на показник за методикою «Прогноз».

Тепер перейдемо до аналізу провідних взаємозалежностей показників нервово-психічної стійкості з індивідуально-психологічними рисами військовослужбовця, які визначають його психологічну готовність до спеціальної фізичної бойової підготовки. Адже, як зазначає J. B. Allen (Allen & Hodge, 2006) та С. Bouchard (Bouchard, Blair & Haskell, 2007), якісна організація фізичної підготовки відбивається не тільки на рівні фізичного розвитку людського організму, але й на його особистісних рисах та характеристиках. Висока ж нервово-психічна стійкість сприяє розвитку розумових здібностей військовослужбовця, що, в свою чергу, прискорює набуття ним професійного досвіду, знань, вмінь та навичок,

що й визначає, кінець-кінцем, ефективність формування професійної готовності до спеціальної фізичної бойової підготовки.

При аналізі провідних індивідуально-психологічних рис особистості військовослужбовця за методикою Кеттелла, перш за все слід відзначити вагомі зворотні кореляційні зв'язки із показником шкали С: нервово-психічна стійкість за методикою «Прогноз» ( $r_s = -0,5842, p \in 0,05$ ), нервово-психічна стійкість за МЛО-АМ ( $r_s = -0,3886, p \in 0,05$ ) та нейротизм за Айзенком ( $r_s = -0,2550$ ). Це вказує на те, що в міру зростання нервово-психічної стійкості, відповідно збільшується й емоційна стійкість, витримка, самоконтроль та самовладання. Збільшується працездатність та витривалість до напружених умов спеціальної фізичної бойової підготовки, що підтверджується також й іноземними дослідженнями J. A. Avila, P. D. Lima Filho, M. A. Pascoa та L. S. Tessutti (Avila, Lima Filho, Pascoa & Tessutti, 2013).

Наступним за кількістю вагомих зв'язків є показник шкали О, який має позитивні кореляції з показником нервово-психічної стійкості за методикою «Прогноз» ( $r_s = 0,4370, p \in 0,05$ ), нервово-психічної стійкості за МЛО-АМ ( $r_s = 0,3645, p \in 0,05$ ) та нейротизму за Айзенком ( $r_s = 0,2546, p \in 0,05$ ). Такі прояви визначають, що в міру розвитку стійкості зростає й впевненість у собі та власних можливостях. Військовослужбовець швидше та рішучіше береться за виконання завдань спеціальної фізичної бойової підготовки. Він поступово впевнюється у власному професійному потенціалі, що також є показником формування професійно-психологічної готовності до умов підготовки.

Далі слід відзначити показник шкали А, яка також містить вагомі зворотні кореляції із провідними показниками нервово-психічної стійкості за методикою МЛО-АМ ( $r_s = -0,1812, p \in 0,05$ ), за методикою «Прогноз» ( $r_s = -0,1674, p \in 0,05$ ) та нейротизму за Айзенком ( $r_s = -0,1300, p \in 0,05$ ). Такі зв'язки свідчать, що зростання нервово-психічної стійкості сприяє розвитку комунікативного потенціалу, що є вкрай необхідною характеристикою в службовій діяльності. Тому здатність до продуктивного встановлення та підтримання контакту з колегами є ознакою професійного потенціалу та готовності до ефективної комунікації при виконанні завдань спеціальної фізичної бойової підготовки, які потребують злагодженої командної взаємодії.

Тепер перейдемо до характеристик, які підкріплюються двома з трьох можливих провідних характеристик нервово-психічної стійкості. Першою за значущістю вагомих зв'язків виступає шкала М, яка має позитивні кореляції з показниками нервово-психічної стійкості за методиками «Прогноз» ( $r_s = 0,3787, p \in 0,05$ ) та МЛО-АМ ( $r_s = 0,2648, p \in 0,05$ ). Зазначені тенденції зумовлюють зростання проявів прагма-

тичності в міру зростання нервово-психічної стійкості. Це підтверджує значущість практичної спрямованості військовослужбовця для виконання завдань спеціальної фізичної бойової підготовки, його зорієнтованість на реалістичне сприймання об'єктивних обставини, прагматичність та твердість при виконанні спортивних нормативів.

Наступною за кількістю вагомих кореляцій з провідними показниками нервово-психічної стійкості є шкала L, що має позитивні зв'язки із відповідними показниками за методиками «Прогноз» ( $r_s = 0,3330, p \in 0,05$ ) та МЛО-АМ ( $r_s = 0,2443, p \in 0,05$ ). Позитивний характер виявлених зв'язків визначає закономірне зростання довірливості залежно від розвитку нервово-психічної стійкості. Військовослужбовець із високим рівнем нервово-психічної стійкості відчуває більшу впевненість і може більше довіряти своїм колегам, що підвищує їхню згуртованість та колективну взаємодію під час виконання нормативів спеціальної фізичної бойової підготовки.

У контексті викладеного слід зупинитися на такій характеристиці особистості військовослужбовця, як здатність до виправданого ризику, яка також зумовлена рівнем нервово-психічної стійкості. Зокрема, шкала Н має високі зворотні кореляційні зв'язки із показниками нервово-психічної стійкості за методиками МЛО-АМ ( $r_s = -0,2975, p \in 0,05$ ) та «Прогноз» ( $r_s = -0,2815, p \in 0,05$ ). На підставі цього можна констатувати, що висока нервово-психічна стійкість сприяє розвитку такої професійно значущої якості, як психологічна готовність до дій у психологічно напружених та екстремальних умовах спеціальної фізичної бойової підготовки, які потребують рішучості та сміливості. Таким чином, висока нервово-психічна стійкість сприяє зниженню проявів тривожності та страху, полегшує самоконтроль психотравмуючих переживань, що дозволяє військовослужбовцю об'єктивніше оцінювати реальні обставини, за яких доводиться виконувати завдання спеціальної фізичної бойової підготовки. Оцінюючи рівень небезпеки, військовослужбовець здатен адекватно співвіднести їх із своїми можливостями та власним рівнем підготовленості, що дозволяє рішучіше діяти в ризиконебезпечних умовах спеціальної фізичної бойової підготовки.

Варто наголосити, що така риса не означає авантюризм чи ризик заради гострих відчуттів. Навпаки, нервово-психічна стійкість дозволяє військовослужбовцю чітко відмежовувати ситуації виправданого ризику від тих, які містять не виправданий рівень загрози. І, як зазначають J. J. Кнарік та М. А. Sharp (Кнарік, Sharp & Canham-Chervak, 2001), це також є проявом професійного досвіду, що відбиває адаптованість військовослужбовця до складних умов спеціальної фізичної бойової підготовки.

Що ж до такої психологічної ознаки службово-бойової діяльності як її жорсткий субординаційний характер, то вона визначається шкалою E, що має значущі кореляції з показниками нейротизму за Айзенком ( $r_s = 0,2696, p \in 0,05$ ) та нервово-психічної стійкості за методикою «Прогноз» ( $r_s = 0,2229, p \in 0,05$ ). Позитивна спрямованість виявлених зв'язків означає зростання готовності до дотримання дисципліни. Здатність до підтримання високого рівня виконавської дисципліни визначає можливість адаптувати власні життєві звички до умов як службово-бойової, так і службово-навчальної діяльності. Відтак, виявлена кореляція вказує на таку важливу здатність, що відбиває зрілість особистості військовослужбовця, як його готовність відповідати вимогам служби, а, отже, й його адаптованості до умов спеціальної фізичної бойової підготовки.

Слід зазначити, що з вищеописаними характеристиками шкал M та E безпосередньо пов'язаний і показник шкали Q1, яка також має дві значущі кореляції із рівнем нервово-психічної стійкості за методиками «Прогноз» ( $r_s = 0,3147, p \in 0,05$ ) та МЛО-АМ ( $r_s = 0,1665, p \in 0,05$ ). Виявлена тенденція до певного консерватизму зумовлює сталість поглядів та переконань. Зорієнтованість на практичні вимоги об'єктивних реалій проходження служби загалом та умов виконання конкретних службових завдань, у тому числі й спеціальної фізичної бойової підготовки. Нервово-психічна стійкість дозволяє дотримуватись встановлених вимог за будь-яких несприятливих обставин, адже вони співпадають із сформованим світоглядом військовослужбовця та його професійною зорієнтованістю. Особистісна зрілість підвищує його витривалість до напружених умов служби та сприяє подоланню труднощів і перешкод у процесі спеціальної фізичної бойової підготовки. Він не схильний до радикального новаторства при виконанні завдань спеціальної фізичної бойової підготовки, якщо це межує з авантюризмом та не підкріплено позитивною практикою чи власним досвідом.

Аналогічно й показник шкали Q2 також логічно поєднаний із показниками прагматичності, підпорядкованості та консерватизму. Ця шкала має значущі позитивні кореляційні зв'язки з показниками нервово-психічної стійкості за методиками «Прогноз» ( $r_s = 0,3030, p \in 0,05$ ) та МЛО-АМ ( $r_s = 0,1930, p \in 0,05$ ), що демонструє соціабельність військовослужбовця, його зорієнтованість на колектив, від злагодженої взаємодії з яким залежить успішність виконання завдань спеціальної фізичної бойової підготовки. Підпорядкування власних принципів та ціннісних орієнтацій відповідним устоям конкретного військового підрозділу дозволяє йому швидше адаптуватися до умов службово-бойової та службово-навчальної діяльності.

Далі слід зупинитись на взаємозв'язку нервово-психічної стійкості з показником шкали Q3, який містить вагомі кореляції з показниками стійкості за методикою «Прогноз» ( $r_s = -0,1584, p \in 0,05$ ) та нейротизму за Айзенком ( $r_s = -0,1465, p \in 0,05$ ). Відповідно до описаних раніше показників шкали С та шкали О, нервово-психічна стійкість визначає підвищення рівня самоконтролю військовослужбовця при виконанні завдань спеціальної фізичної бойової підготовки. Інтернальність дозволяє відповідальніше приймати рішення та самостійно дотримуватися їх належного виконання, із дотриманням необхідних вимог спеціальної фізичної бойової підготовки. Військовослужбовець чітко дотримується адекватного уявлення про себе та свої можливості, завдяки чому об'єктивно оцінює свій потенціал і використовує його на максимальному рівні у процесі фізичної підготовки. Високий самоконтроль полегшує емоційне та поведінкове самовладання при виконанні службових обов'язків, особливо за ускладнених обставин спеціальної фізичної бойової підготовки. Завдяки потенціалу вольових характеристик військовослужбовець здатен наполегливо та цілеспрямовано рухатись до поставленої мети, що виступає проявом інтегрованості його особистості. Таким чином, самоконтроль є проявом професійного розвитку та формування готовності до складних умов спеціальної фізичної бойової підготовки.

Разом із тим, слід звернути увагу на наступну характеристику, яка також підкріплена двома вагомими зв'язками з рівнем нервово-психічної стійкості, а саме, – показником шкали Q4. Виявлені значущі кореляції з показником нейротизму за Айзенком ( $r_s = 0,1411, p \in 0,05$ ) та нервово-психічної стійкості за методикою «Прогноз» ( $r_s = 0,1317, p \in 0,05$ ) вказують, що, незважаючи на високий рівень внутрішнього самоконтролю, він не зумовлює виснажливу напруженість. Така риса визначає здатність особистості протистояти фруструючим обставинам та не піддаватись надмірній тривожності. На тлі нервово-психічної стійкості це безперечно є позитивним показником психологічної готовності до спеціальної фізичної бойової підготовки, адже стресогенні та психологічно напружені умови службово-бойової та службово-навчальної діяльності за інших обставин призвели б до швидкого виснаження, невротизації та психоемоційного вигорання військовослужбовця.

Так само слід зважати й на показник шкали G, який має високу зворотну кореляцію з рівнем нервово-психічної стійкості за методикою «Прогноз» ( $r_s = -0,2920, p \in 0,05$ ). Але, на відміну від показника інтернальності за шкалою Q3, даний показник визначає «Супер-Его» військовослужбовця, як здатність та внутрішню готовність дотриму-

ватися норм та вимог як службово-бойової, так і службово-навчальної діяльності під час спеціальної фізичної бойової підготовки. Цей прояв зорієнтованості військовослужбовця на нормативність поведінки підтверджується також тенденцією до зростання показника моральної нормативності за методикою МЛО-АМ, яка визначається значущими прямими кореляційними зв'язками з показниками нервово-психічної стійкості за методиками «Прогноз» ( $r_s = 0,4197$ ) та МЛО-АМ ( $r_s = 0,3110$ ,  $p \in 0,05$ ).

Виявлена тенденція визначає наполегливість у досягненні професійно значущих цілей, точність та відповідальність, але зумовлена не лише внутрішніми вольовими якостями, але й зорієнтованістю на зовнішні вимоги спеціальної фізичної бойової підготовки. Таке поєднання інтернальності та «Супер-Его» з урахуванням нервово-психічної стійкості надають взаємодоповнення, що сприяє реалізації вольового компонента мотивації досягнення успіху у професійній підготовці військовослужбовця.

Зважаючи на психологічно напружений характер спеціальної фізичної бойової підготовки, слід звернути увагу на взаємозв'язок показника шкали І із рівнем нервово-психічної стійкості за методикою «Прогноз» ( $r_s = 0,1219$ ,  $p \in 0,05$ ), яка демонструє наявність у військовослужбовця чітко виражених рис маскулінності. Це підтверджує думку L. Rosendal (Rosendal, Langberg, Skov-Jensen, 2003), що за таких тенденцій військовослужбовець проявляє наполегливість у досягненні цілей, мужність та впевненість у собі. У вчинках наявна розсудливість та реалістичність, що сприяє об'єктивності та практичності підходів до виконання завдань спеціальної фізичної бойової підготовки.

Зазначене сприяє також і дотриманню жорсткої лінії обраної стратегії поведінки, адже показник шкали N має значущу позитивну кореляцію з проявом нервово-психічної стійкості за методикою МЛО-АМ ( $r_s = 0,1482$ ,  $p \in 0,05$ ). Це вказує на те, що стійкість визначає природність поведінки військовослужбовця. З урахуванням всього описаного вище профілю, можна вважати, що прямолінійна відкритість є більшою мірою елементом певної усвідомленої рольової поведінки, спрямованої на досягнення продуктивних результатів у процесі взаємодії під час службово-бойової та службово-навчальної діяльності. Відтак, можна вважати це також елементом набутого професійного досвіду та ознакою психологічної готовності до різноманітних умов спеціальної фізичної бойової підготовки, особливо при виконанні завдань у складі підрозділу.

Як впливає з описаного вище, готовність до спеціальної фізичної бойової підготовки безпосередньо залежить від нервово-психічної

стійкості, яка, у свою чергу, відбивається й на особистісних рисах. При цьому відбувається особистісне зростання військовослужбовця, набувається не лише досвід виконання складних фізичних вправ та нормативів, але й відбувається розвиток усвідомлення власного потенціалу, а, відтак, і формування впевненості у собі та своїх можливостях. Такий гармонізуючий вплив нервово-психічної стійкості на формування готовності до спеціальної фізичної бойової підготовки підтверджується значущими кореляційними зв'язками із показниками ставлення військовослужбовця до самого себе за методикою дослідження самоставлення С. Р. Пантілеєва.

Так, за результатами проведеного аналізу можна констатувати тенденцію до формування впевненості у собі, що підтверджується високими зворотними кореляційними зв'язками з рівнем нервово-психічної стійкості за методиками «Прогноз» ( $r_s = -0,5001, p \in 0,05$ ), МЛО-АМ ( $r_s = -0,4740, p \in 0,05$ ) та нейротизмом за Айзенком ( $r_s = -0,2385, p \in 0,05$ ). Відповідно до цього, зростає й показник самокерівництва, відповідно до рівня стійкості, що зумовлено відповідними значущими кореляціями з силою нервово-психічної стійкості за методиками «Прогноз» ( $r_s = -0,4684, p \in 0,05$ ), МЛО-АМ ( $r_s = -0,3415, p \in 0,05$ ) та нейротизмом за Айзенком ( $r_s = -0,2674, p \in 0,05$ ). Це підтверджує нашу думку про важливу роль нервово-психічної стійкості у формуванні внутрішньої адекватної самооцінки в міру набуття досвіду виконання завдань спеціальної фізичної бойової підготовки. Проте, впевненість у собі не набуває гіпертрофованого вигляду, адже її адекватний рівень регулюється внутрішнім контролем, який підтримує її на адекватному рівні.

У процесі формування досвіду проходження спеціальної фізичної бойової підготовки та відповідної впевненості у власному потенціалі у військовослужбовця формується усвідомлення власної самоцінності, що також зумовлене рівнем нервово-психічної стійкості, показники якої демонструють високі кореляційні зв'язки за методиками «Прогноз» ( $r_s = -0,3428, p \in 0,05$ ), МЛО-АМ ( $r_s = -0,1635, p \in 0,05$ ) та нейротизмом за Айзенком ( $r_s = -0,2133, p \in 0,05$ ). Таке усвідомлення потребує відповідного позиціонування власного самоставлення, яке демонструється назовні та має динаміку зростання відповідно до показників нервово-психічної стійкості за методиками «Прогноз» ( $r_s = -0,3752, p \in 0,05$ ), МЛО-АМ ( $r_s = -0,3440, p \in 0,05$ ) та нейротизму за Айзенком ( $r_s = -0,2089, p \in 0,05$ ). Зовнішнє позиціонування свого самоставлення дозволяє впевненіше взаємодіяти з колегами під час виконання завдань спеціальної фізичної бойової підготовки, впливаючи на них власним іміджем.

Аналогічно й прояв самоприв'язаності також поступово зростати-ме відповідно до рівня нервово-психічної стійкості, що підтверджується вагомими кореляціями з показниками стійкості за методиками «Прогноз» ( $r_s = -0,2232, p \in 0,05$ ), МЛО-АМ ( $r_s = -0,3289, p \in 0,05$ ) та нейротизму за Айзенком ( $r_s = -0,1053, p \in 0,05$ ). Нами вже раніше зазначалося, що адекватна самоприв'язаність є важливою рисою, яка дозволяє військовослужбовцю об'єктивніше оцінювати свої можливості та уникати ситуацій невинуватого ризику і авантюризму під час виконання завдань спеціальної фізичної бойової підготовки. Окрім того, ця риса визначає дбайливе ставлення до себе, що сприяє тривалому збереженню власного професійного потенціалу, гальмуючи негативні прояви вигорання та астенизації.

При цьому, нервово-психічна стійкість гальмує прояви таких деструктивних станів військовослужбовця, як конфліктність та схильність до самозвинувачень, які є формами непродуктивної захисної реакції при накопиченні високого рівня невирішених протиріч. І якщо конфліктність на внутрішньому рівні переноситься через проекцію у непродуктивну лінію міжособової взаємодії, то схильність до непродуктивних самозвинувачень є взагалі формою захисного ескапізму від вирішення наявних проблем через просту констатацію власної недосконалості. Так, тенденція зниження конфліктності визначається вагомими прямими кореляційними зв'язками з показниками нервово-психічної стійкості за методиками «Прогноз» ( $r_s = 0,5614, p \in 0,05$ ), МЛО-АМ ( $r_s = 0,6029, p \in 0,05$ ) та нейротизму за Айзенком ( $r_s = 0,3421, p \in 0,05$ ). У свою чергу, зменшення проявів непродуктивних самозвинувачень також підтверджується відповідними кореляціями з показниками стійкості за методиками «Прогноз» ( $r_s = 0,2705, p \in 0,05$ ), МЛО-АМ ( $r_s = 0,3767, p \in 0,05$ ) та нейротизму за Айзенком ( $r_s = 0,1023, p \in 0,05$ ).

## Дискусія

З наведеного випливає, що виявлені взаємозв'язки рівня нервово-психічної стійкості та показників внутрішнього ставлення військовослужбовця до самого себе відбивають зростання його впевненості та самоповаги в міру набуття ним професійного досвіду, у тому числі й завдяки засвоєнню спеціальної фізичної бойової підготовки. Також це сприяє гармонізації особистості, що є ознакою формування професійної готовності до умов як службово-навчальної, так і службово-бойової діяльності.

Отже, нервово-психічна стійкість, як детермінанта готовності до службової діяльності загалом, є результатом спеціальної фізичної бойової підготовки та професійно-психологічної підготовки військовос-

лужбовця. Зважаючи на важливу роль спеціальної фізичної бойової підготовки у формуванні готовності до службово-бойової та службово-навчальної діяльності військовослужбовця, слід суттєво розширити її інтенсивність, як у процесі навчання, так і в подальший період служби. Адже, як наголошують W. J. Kraemer та T. K. Szivak (Kraemer & Szivak, 2012), систематична та інтенсивна бойова підготовка впливає не лише на загартованість фізичного стану військовослужбовця, але й позитивно відбивається на його особистісному та професійному зростанні.

## Висновки

Проведений аналіз дозволяє стверджувати, що в міру зростання нервово-психічної стійкості військовослужбовця, як передумови формування готовності до спеціальної фізичної бойової підготовки, відбувається зростання загального рівня адаптивності; підвищується психоемоційна стійкість та самовладання; зростає наполегливість та рішучість; покращується нормативність поведінки; підвищується сміливість та готовність до виправданого ризику. У міжособистісній взаємодії провідного значення набуває екстравертованість, довіра, розслабленість, високий самоконтроль, практичність, певна конформність та готовність до дотримання дисципліни й субординаційних відносин, що у своїй сукупності вказує на покращення професійної комунікативності в процесі набуття досвіду, розвитку нервово-психічної стійкості та професійної адаптивності загалом. Окрім того, відбувається гармонізація системи ставлень до самого себе та формується впевненість у власному потенціалі. Нервово-психічна стійкість, як провідна професійно значуща складова біопсихічних якостей в структурі особистості військовослужбовця, безпосередньо пов'язана із формуванням психологічної готовності як до службово-бойової, так і службово-навчальної діяльності, яка реалізується у процесі спеціальної фізичної бойової підготовки.

**Перспективи подальших досліджень.** Виходячи з того, що на психологічну готовність військовослужбовця впливає рівень розвитку певних індивідуально-психологічних якостей, перспективним напрямом досліджень має стати розробка інструментарію професійно-психологічного відбору, що стане підґрунтям комплектації особового складу військовослужбовцями, які наділені задатками, необхідними для подальшого виконання службових обов'язків і професійного зростання в процесі діяльності.

**Декларація про конфлікт інтересів.** Автор заявляє про відсутність потенційного конфлікту інтересів стосовно дослідження, авторства та / або публікації цієї статті.

### Список використаних джерел

- Allen, J. B., & Hodge, K. (2006). Fostering a learning environment : Coaches and the motivation climate. *International Journal of Sport Science & Coaching*, 1, 261–276. <https://doi.org/10.1260/174795406778604564>
- Avila, J. A., Lima Filho, P. D., Pascoa, M. A., & Tessutti, L. S. (2013). Efeito de 13 semanas de treinamento físico militar sobre a composição corporal e o desempenho físico dos alunos da Escola Preparatória de Cadetes do Exército. *Rev Bras Med Esporte*, 19(5), 363–366. <https://doi.org/10.1590/S1517-86922013000500013>
- Bouchard, C., Blair, S. N., & Haskell, W. L. (2007). *Physical activity and health*. – Champaign : Human Kinetics.
- Edwards, D. J., Edwards, D. S., & Basson, J. C. (2004). Psychological well-being and physical self-esteem in sport and exercise. *International Journal of Mental Health Promotion*, 6(1), 25–32. <https://doi.org/10.1080/14623730.2004.9721921>
- Hauschild, V. D., DeGroot, D. W., & Hall, S. M. et al. (2017). Fitness tests and occupational tasks of military interest: a systematic review of correlations. *Occup Environ Med*, 74, 144–153. doi: 10.1136/oemed-2016-103684
- Henning, P., Park, B.-S., & Kim, J.-S. (2011). Physiological decrements during sustained military operational stress. *Military Medicine*, 176 (9), 991–997. doi: 10.7205/MILMED-D-11-00053
- Кнапик, J., Sharp, M., & Steelman, R. A. (2017). Secular trends in the physical fitness of United States Army recruits on entry to service, 1975–2013. *Strength Cond Res*, 31(7), 2030–2052. doi: 10.1519/JSC.0000000000001928
- Кнапик, J. J., Sharp, M. A., & Canham-Chervak, M. (2001). Risk factors for training-related injuries among men and women in basic combat training. *Med Sci Sports Exerc*, 33(6), 946–954. doi: 10.1097/00005768-200106000-00014
- Kraemer, W. J., & Szivak, T. K. (2012). Strength training for the warfighter. *J Strength Cond Res*, 26(2), 107–118. doi: 10.1519/JSC.0b013e31825d8263
- Lester, M. E., Кнапик, J. J., Catrambone, D., Antczak, A., Sharp, M. A., & Burrell, L., et al. (2010). Effect of a 13-month deployment to Iraq on physical fitness and body composition. *Military Medicine*, 175(6), 417–423. <https://doi.org/10.7205/MILMED-D-09-00192>
- Rosendal, L., Langberg, H., & Skov-Jensen, A., et al. (2003). Incidence of injury and physical performance adaptations during military training. *Clin J Sport Med*, 13(3), 157–163. doi:10.1097/00042752-200305000-00006
- Wilmore, J. H., & Costill, D. L. (2004). *Physiology of sport and exercise*. – Champaign, Illinois : Human Kinetics.
- Александров, Д. О. (2019). Вікові особливості особистісної піддатливості посттравматичним стресовим розладам осіб, постраждалих внаслідок бойових дій. *Український психологічний журнал*, 1(11), 7–27. doi: [https://doi.org/10.17721/urj.2019.1\(11\).1](https://doi.org/10.17721/urj.2019.1(11).1)
- Афонін, В. М., Єна, М. О., & Поцілуйко, П. В. (2015). Фізична підготовленість майбутніх офіцерів Збройних Сил України. *Молода спортивна наука України*, 20(2), 56–60.
- Битехтина, Л. Д. (2005). Готовность к действиям в экстремальных ситуациях среди военных. *Вопросы психологии*, 11, 41–47.
- Ганюшкин, А. Д. (2002). *Исследования состояния психической готовности человека к деятельности в экстремальных условиях*. Москва : Просвещение.

Дружинин, В. Н. (2007). *Психология общих способностей*. Санкт-Петербург: Питер : Техническая книга.

Дьяченко, М. И., Кандыбович, В. А., & Пономаренко, В. А. (2005). *Готовность к деятельности в напряженных ситуациях*. Минск : Университетское издательство.

Крутецкий, В. А. (1980). *Психология*. Москва : Просвещение.

Малкина-Пых, И. Г. (2005). *Экстремальные ситуации: справочник практического психолога*. Москва : Эскмо.

Платонов, К. К. (1986). *Структура и развитие личности*. Москва : Наука.

Пуно, А. П. (1979). *Процесс и система звеньев психологической подготовки к соревнованиям в спорте (психологические аспекты): избранные лекции*. Ленинград: Государственный институт физической культуры имени П. Ф. Лесгафта.

Романчук, С. В., Петрук, А. П., & Балдецкий, А. С. (2015). Обґрунтування вікової періодизації військовослужбовців для занять з фізичною підготовкою. Молода спортивна наука України, 19(2), 250–256. Режим доступу: <http://repository.lidufk.edu.ua/handle/34606048/3084>

Столяренко, А. М. (2001). *Прикладная юридическая психология*. Москва : ЮНИТИ-ДАНА.

Узнадзе, Д. Н. (2001). *Психология установки*. Санкт-Петербург : ПИТЕР.

Фіногенов, Ю., & Глазунов, С. (2009). Уточнення концептуальних основ функціонування та структури системи фізичної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*, 14, 255–260.

Чух, Л. (2003). Вплив екстремальних факторів службово-бойової діяльності на психофізичний стан військовослужбовців. *Матеріали відкритої науково-методологічної конференції «Фізична підготовка військовослужбовців» (м. Київ, 29–30 квітня 2003 р.)* (с. 185–189). Київ : НУФВСУ.

## References

Allen, J. B., & Hodge, K. (2006). Fostering a learning environment : Coaches and the motivation climate. *International Journal of Sport Science & Coaching*, 1, 261–276. <https://doi.org/10.1260/174795406778604564>

Avila, J. A., Lima Filho, P. D, Pascoa, M. A., & Tessutti, L. S. (2013). Efeito de 13 semanas de treinamento físico militar sobre a composição corporal e o desempenho físico do aluno da Escola Preparatória de Cadetes do Exército. *Rev Bras Med Esporte*, 19(5), 363–366. <https://doi.org/10.1590/S1517-86922013000500013>

Bouchard, C., Blair, S. N., & Haskell, W. L. (2007). *Physical activity and health*. – Champaign : Human Kinetics.

Edwards, D. J., Edwards, D. S., & Basson, J. C. (2004). Psychological well-being and physical self-esteem in sport and exercise. *International Journal of Mental Health Promotion*, 6(1), 25–32. <https://doi.org/10.1080/14623730.2004.9721921>

Hauschild, V. D., DeGroot, D. W., & Hall, S. M. et al. (2017). Fitness tests and occupational tasks of military interest: a systematic review of correlations. *Occup Environ Med*, 74, 144–153. doi: 10.1136/oemed-2016-103684

Henning, P., Park, B.-S., & Kim, J.-S. (2011). Physiological decrements during sustained military operational stress. *Military Medicine*, 176 (9), 991–997. doi: 10.7205/MILMED-D-11-00053

Knapik, J., Sharp, M., & Steelman, R. A. (2017). Secular trends in the physical fitness of United States Army recruits on entry to service, 1975–2013. *Strength Cond Res*, 31(7), 2030–2052. doi: 10.1519/JSC.0000000000001928

Knapik, J. J., Sharp, M. A., & Canham-Chervak, M. (2001). Risk factors for training-related injuries among men and women in basic combat training. *Med Sci Sports Exerc*, 33(6), 946–954. doi: 10.1097/00005768-200106000-00014

Kraemer, W. J., & Szivak, T. K. (2012). Strength training for the warfighter. *J Strength Cond Res*, 26(2), 107–118. doi: 10.1519/JSC.0b013e31825d8263

Lester, M. E., Knapik, J. J., Catrambone, D., Antczak, A., Sharp, M. A., & Burrell, L., et al. (2010). Effect of a 13-month deployment to Iraq on physical fitness and body composition. *Military Medicine*, 175(6), 417–423. <https://doi.org/10.7205/MILMED-D-09-00192>

Rosendal, L., Langberg, H., & Skov-Jensen, A., et al. (2003). Incidence of injury and physical performance adaptations during military training. *Clin J Sport Med*, 13(3), 157–163. doi:10.1097/00042752-200305000-00006

Wilmore, J. H., & Costill, D. L. (2004). *Physiology of sport and exercise*. – Champaign, Illinois : Human Kinetics.

Aleksandrov, D. O. (2019). Age-Related features of personal susceptibility to PTSD of people injured due to hostilities. *Ukrainian psychological journal*, 1 (11), 7–27. [in Ukrainian]. doi: [https://doi.org/10.17721/upj.2019.1\(11\).1](https://doi.org/10.17721/upj.2019.1(11).1)

Afonin, V. M., Yena, M. O., & Potsiluiko, P. V. (2015). Fizychna pidhotovlenist maibutnix ofitseriv Zbroinykh Syl Ukrainy [Physical training future officers of the Armed Forces of Ukraine]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy*, 20(2), 56–60. [in Ukrainian].

Bitehtina, L. D. (2005). Gotovnost' k dejstvijam v jekstremal'nyh situacijah sredi voennyh [Preparedness for action in extreme situations among the military]. *Voprosy psihologii*, 11, 41–47. [in Russian].

Ganjushkin, A. D. (2002). *Issledovanija sostojanija psihicheskoy gotovnosti cheloveka k dejatel'nosti v jekstremal'nyh uslovijah* [Research state of mental readiness of a person for activities in extreme conditions]. Moscow : Prosveshhenie. [in Russian].

Druzhinin, V. N. (2007). *Psihologija obshhix sposobnostej* [Psychology of General Abilities]. Sankt-Peterburg : Piter : Tehnicheskaja kniga. [in Russian].

D'jachenko, M. I., Kandybovich, V. A., & Ponomarenko, V. A. (2005). *Gotovnost' k dejatel'nosti v naprijazhennyh situacijah* [Willingness to activities in stressful situations]. Minsk : Universitetskoe izdatel'stvo. [in Russian].

Kruteckij, V. A. (1980). *Psihologija* [Psychology]. Moscow : Prosveshhenie. [in Russian].

Malkina-Pyh, I. G. (2005). *Jekstremal'nye situacii: spravochnik prakticheskogo psihologa* [Extreme Situations: A Practical Psychologist Handbook]. Moscow : Jeskmo. [in Russian].

Platonov, K. K. (1986). *Struktura i razvitie lichnosti* [The structure and development of personality]. Moscow : Nauka. [in Russian].

Puni, A. C. (1979). *Process i sistema zven'ev psihologicheskoy podgotovki k soreznovanijam v sporte (psihologicheskie aspekty): izbrannye lekcii* [The process and system of links for psychological preparation for competitions in sports (psychological aspects): selected lectures]. Leningrad : Gosudarstvennyj institut fizicheskij kul'tury imeni P. F. Lesgafta. [in Russian].

Romanchuk, S. V., Petruk, A. P., & Baldetskiy, A. S. (2015). Justification of servicemen age periodization for physical training classes. *Young sport science of Ukraine*, 19(2), 250–256. [in Ukrainian]. Retrieved from <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3084>.

*Sait Natsionalnoi akademii Natsionalnoi hvardii Ukrainy [The site of the National Academy of the National Guard of Ukraine]. [in Ukrainian].* Retrieved from [http://nangu.edu.ua/?page\\_id=7846](http://nangu.edu.ua/?page_id=7846)

Stoljarenko, A. M. (2001). *Prikladnaja juridicheskaja psihologija [Applied Legal Psychology]*. Moscow : JuNITI-DANA. [in Russian].

Uznadze, D. N. (2001). *Psihologija ustanovki [Psychology of attitudes]*. Sankt-Peterburg : PITER. [in Russian].

Finohenov, Yu., & Hlazunov, S. (2009). Utochnennia kontseptualnykh osnov funktsionuvannia ta struktury systemy fizychnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtsiv Zbroinykh Syl Ukrainy [Clarification of conceptual bases of functioning and structure of the system of physical training of military personnel of the Armed Forces of Ukraine]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 5. Pedahohichni nauky: realii ta perspektyvy*, 14, 255–260. [in Ukrainian].

Chukh, L. (2003). Vplyv ekstremalnykh faktoriv sluzhbovo-boiovoi diialnosti na psykhozofizychnyi stan viiskovosluzhbovtsiv [Influence of extreme factors of military service on the psychophysical state of military servicemen]. Proceedings from: *Materiali vidkrytoi naukovo-metodolohichnoi konferentsii «Fizychna pidhotovka viiskovosluzhbovtsiv» – Opening of the Scientific and Methodological Conference «Physical Training of Servicemen» (Kyiv, April 29-30, 2003)* (pp. 185–189). Kyiv : NUFVSU [in Ukrainian].

## Abstract

**Aleksandrov D. O.,**

Doctor of Psychology, Associate Professor,  
Professor of the Department of Social Work,  
Taras Shevchenko National University of Kyiv  
E-mail: denisaleks73@gmail.com

## NERVOUS-PSYCHIC STABILITY AS A PREREQUISITE OF MILITARY PERSONNEL'S READINESS TO SPECIAL PHYSICAL-COMBAT TRAINING

The article presents the results of the author's empirical study of nervous-psychological stability as a prerequisite for the military personnel's readiness for special physical-combat training. Military

personnel's personal factors that determine the formation of their nervous-psychological stability and psychological readiness for service-combat and service-training activities are described. The study included a psychological diagnostic study of military personnel in the course of their special physical-combat training. We determined that the increase in the overall level of service members adaptability, their emotional stability and self-control, insistence and determination within the normative behaviour limits, and courage and willingness to accept a justified risk is in line with the growth of their nervous-psychic stability, as a prerequisite of readiness to special physical-combat training. As for interpersonal interaction, extraversion, trust, easiness, high self-control, practicality, certain conformity and willingness to adhere to discipline and subordination become really important, which indicate the improved professional communicative skills with experience and development of mental and physical stability and professional adaptability, in general. In addition, the system of attitudes towards oneself is harmonized in a general and confidence in one's own potential becomes deeper.

Thus, nervous-psychic stability, as one of the leading professionally significant qualities in the structure of a service member's personality, influence directly psychological readiness for both service-combat and service-training activities, which is realized in the process of special physical-combat training. This help improve the tools of professional and psychological selection and can become the basis for military personnel staffing with people having necessary potential for the effective performance of their duties and professional growth.

**Key words:** *special physical combat training, neuro-psychological stability, psychological readiness, personality of the serviceman, individual-psychological qualities, service-training and service-combat activity.*

---

Отримано – 8 січня 2020  
Received – January 8, 2020

Рецензовано – 21 січня 2020  
Revision – January 21, 2020

Прийнято – 27 січня 2020  
Accepted – January 27, 2020