

Чорний А.М.

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри прикордонного контролю, Національна академія Державної прикордонної служби України,

chorniart@gmail.com

<http://orcid.org/0000-0002-5541-1910>

Фільченко С.В.

курсант факультету безпеки державного кордону, Національна академія Державної прикордонної служби України, sofiafilcenko@gmail.com

<http://orcid.org/0009-0006-0644-6443>

ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ-ПРИКОРДОННИКІВ ЯК ОСНОВА ЇХНЬОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ УСПІШНОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ

Анотація. У статті розглянуто проблему емоційної стійкості майбутніх офіцерів-прикордонників як одного з визначальних чинників їхньої професійної успішності в умовах ведення бойових дій та повсякденного виконання службових завдань в умовах підвищеної небезпеки. Обґрунтовано актуальність теми, зумовлену збройною агресією російської федерації проти України та зростанням психоемоційного навантаження на особовий склад Державної прикордонної служби України (далі - ДПСУ). Проаналізовано наукові підходи вітчизняних і зарубіжних дослідників до трактування поняття «емоційна стійкість» та суміжних категорій «стресостійкість», «психологічна готовність», «резильєнтність». Визначено структуру емоційної стійкості майбутнього офіцера-прикордонника, яка включає: когнітивний, емоційно-вольовий, мотиваційний та операційно-поведінковий компоненти. Охарактеризовано специфічні чинники бойового та службового стресу, що впливають на курсантів і молодих офіцерів прикордонного відомства: невизначеність, загроза життю, необхідність швидкого прийняття рішень, тривала фізична й психологічна напруга. Розкрито взаємозв'язок між рівнем сформованості емоційної стійкості та успішністю виконання службово-бойових завдань, якістю прийняття управлінських рішень і збереженням психічного здоров'я особистості. Запропоновано напрями цілеспрямованого формування емоційної стійкості в освітньому процесі закладів вищої військової освіти, зокрема впровадження тренінгових програм психологічної саморегуляції, симуляційних вправ, що моделюють стресові ситуації служби, та системи психологічного супроводу курсантів. Наголошено на ролі командирів і науково-педагогічного складу у формуванні психологічної готовності майбутніх офіцерів прикордонників до дій в екстремальних умовах.

Результати дослідження можуть бути використані для вдосконалення програм психологічної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів.

Ключові слова: емоційна стійкість, офіцер-прикордонник, професійна успішність, стресостійкість, психологічна готовність, бойовий стрес, резильєнтність.

EMOTIONAL RESILIENCE OF THE FUTURE BORDER GUARD OFFICERS AS A BASIS FOR THEIR PROFESSIONAL SUCCESS IN WARTIME CONDITIONS

Chorny A. M.

Candidate of Psychological Sciences (PhD in Psychology), Associate Professor, Associate Professor at Border Checks Department, Bohdan Khmelnytskyi National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine
chorniart@gmail.com
<http://orcid.org/0000-0002-5541-1910>

Filchenko S. V.

Cadet at the Faculty of State Border Security, Bohdan Khmelnytskyi National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine
sofiafilchenko@gmail.com
<http://orcid.org/0009-0006-0644-6443>

Abstract. The article explores the problem of emotional resilience of the future border guard officers as one of the key factors of their professional success under combat conditions and the everyday performance of service tasks in circumstances of heightened danger. The relevance of the topic has been substantiated by the armed aggression of Russian Federation against Ukraine and the growing psychoemotional strain on the personnel of the State Border Guard Service of Ukraine (hereinafter - SBGSU). Scientific approaches of domestic and foreign researchers to the interpretation of the concept of "emotional resilience" and related categories such as "stress resistance", "psychological readiness" and "resilience" have been analysed. The structure of the emotional resilience of a future border guard officer has been defined, including cognitive, emotional-volitional, motivational and operational-behavioural components. Specific factors of combat and service-related stress affecting cadets and young officers of the border agency have been characterised: uncertainty, threat to life, the need for rapid decision-making, and prolonged physical and psychological tension. The interrelation between the level of emotional resilience formation and the success of performing service and combat tasks, the quality of managerial decision-making, and the preservation of mental health have been revealed. Directions for the purposeful development of emotional resilience in the training process of higher military educational institutions have been proposed, in particular the introduction of psychological self-regulation training programmes, simulation exercises modelling stressful service situations, and a system of

psychological support for cadets. The role of commanders and the scientific-pedagogical staff in shaping the psychological readiness of the future border guards to act under extreme conditions have been emphasised. The research results can be used to improve psychological training programmes for cadets of border guard higher military educational institutions.

Keywords: emotional resilience, border guard officer, professional success, stress resistance, psychological readiness, combat stress, resilience.

Постановка проблеми.

Повномасштабне вторгнення російської федерації проти України кардинально змінило умови несення служби ДПСУ, поставивши перед особовим складом завдання, що виконуються в умовах реальної загрози життю, невизначеності та тривалого психоемоційного напруження. Прикордонники першими зустрічають противника на кордоні, забезпечують охорону державного кордону в зонах бойових дій, здійснюють інженерне облаштування та несуть службу під постійним ризиком обстрілів, диверсій і провокацій. За таких умов емоційна стійкість перестає бути лише бажаною особистісною якістю офіцера й перетворюється на професійно необхідну компетентність, від рівня сформованості якої залежить не лише якість виконання службово-бойових завдань, а й життя та здоров'я особового складу. Водночас традиційна система професійної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів історично була зорієнтована переважно на формування тактичної, вогневої та фізичної підготовленості, тоді як психологічний компонент готовності до дій в екстремальних умовах довгий час залишався другорядним. Досвід бойових дій останніх років засвідчує, що саме недостатній рівень емоційної стійкості є однією з причин професійного вигорання, прийняття помилкових рішень у стресових ситуаціях та порушень психічного здоров'я серед молодих офіцерів. Це зумовлює необхідність наукового осмислення сутності емоційної стійкості майбутнього офіцера-прикордонника та пошуку ефективних шляхів її цілеспрямованого формування в освітньому процесі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблема емоційної стійкості особистості перебуває в полі зору психологічної науки протягом тривалого часу. Загальнотеоретичні засади вивчення стресостійкості та емоційної регуляції особистості закладено в дослідженнях представників психології діяльності та психології стресу, які розглядали емоційну стійкість як здатність особистості зберігати оптимальний рівень функціонування психіки в умовах дії стресогенних чинників. У межах військової та екстремальної психології емоційну стійкість тлумачать як інтегративну якість особистості, що забезпечує успішність професійної діяльності в умовах небезпеки, дефіциту часу та інформації. Окремий напрям становлять праці, присвячені феномену резильєнтності - здатності особистості не лише витримувати травматичний вплив, а й відновлюватися й розвиватися після пережитого стресу. Дослідники психологічної підготовки

правоохоронців і військовослужбовців наголошують на важливості формування навичок психологічної саморегуляції, копінг-стратегій та стресостійкості ще на етапі фахової підготовки в закладах вищої освіти ДПСУ. Водночас проблема емоційної стійкості саме майбутніх офіцерів-прикордонників, із урахуванням специфіки їхньої службово-бойової діяльності в умовах повномасштабної війни, залишається недостатньо розробленою, що й зумовлює доцільність подальших наукових розвідок у цьому напрямі.

Мета статті

Теоретично обґрунтувати сутність і структуру емоційної стійкості майбутніх офіцерів-прикордонників, охарактеризувати чинники, що впливають на її формування в умовах війни, та визначити напрями її цілеспрямованого розвитку в освітньому процесі закладів вищої військової освіти із специфічними умовами навчання.

Виклад основного матеріалу.

Емоційну стійкість майбутнього офіцера-прикордонника доцільно розглядати як інтегративну особистісну якість, що виявляється у здатності зберігати адекватність сприйняття ситуації, контроль над власними емоційними реакціями та ефективність прийняття рішень в умовах дії стресогенних чинників службово-бойової діяльності. На відміну від ситуативного емоційного самоконтролю, емоційна стійкість формується як стала властивість особистості протягом тривалого періоду професійної підготовки та практичної діяльності [4, 700 с].

У структурі емоційної стійкості майбутнього офіцера-прикордонника доцільно виокремити чотири взаємопов'язані компоненти. Когнітивний компонент передбачає адекватну оцінку загрози, розуміння закономірностей перебігу стресових реакцій та володіння знаннями про способи психологічної саморегуляції. Емоційно-вольовий компонент охоплює здатність до довільної регуляції емоційних станів, самовладання, витримку та здатність діяти всупереч страху. Мотиваційний компонент відображає стійкість професійної мотивації, усвідомлення значущості служби та готовність виконувати обов'язок навіть в умовах небезпеки. Операційно-поведінковий компонент виявляється в наявності сформованих навичок дій в екстремальних ситуаціях, автоматизованих алгоритмів поведінки та вміння швидко відновлювати працездатність після впливу стрес-факторів [1, 240 с].

Специфіка службово-бойової діяльності прикордонників в умовах війни зумовлює дію низки чинників підвищеного стресогенного навантаження. До них належать: безпосередня загроза життю під час несення служби на ділянках, що зазнають обстрілів і диверсійних дій; невизначеність оперативної обстановки та дефіцит часу для прийняття рішень; тривале перебування в умовах підвищеної пильності без можливості повноцінного відпочинку; необхідність одночасного виконання завдань охорони кордону та бойових завдань; психологічне навантаження, пов'язане з відповідальністю за життя підлеглих і цивільного населення прикордоння. Систематична дія цих чинників за відсутності сформованої емоційної стійкості призводить до

розвитку гострих стресових реакцій, зниження ефективності оперативно-службової діяльності, а в подальшому - до симптомів професійного вигорання та посттравматичних стресових розладів [2, 336 с].

Аналіз взаємозв'язку емоційної стійкості та професійної успішності офіцера-прикордонника засвідчує, що саме здатність зберігати самоконтроль у критичних ситуаціях визначає якість виконання низки ключових професійних функцій: адекватність оцінки оперативної обстановки, швидкість і обґрунтованість прийняття рішень, ефективність процесу управління підлеглими в умовах паніки чи хаосу, здатність до конструктивної взаємодії в команді. Офіцери з високим рівнем сформованості емоційної стійкості демонструють вищий рівень стресостійкості, вони менш є схильними до імпульсивних і помилкових дій, швидше адаптуються до умов обстановки, що змінюється та зберігають працездатність протягом тривалого часу[5, 420 с].

З огляду на це цілеспрямоване формування емоційної стійкості має стати невід'ємною складовою освітнього процесу вищих військових навчальних закладів, що здійснюють підготовку майбутніх офіцерів-прикордонників. Ефективними напрямками такої роботи є запровадження спеціалізованих психологічних тренінгів, спрямованих на розвиток навичок довільної саморегуляції емоційних станів (дихальні техніки, методи релаксації, техніки когнітивного переструктурування). Використання симуляційних та тренажерних вправ, що моделюють реальні стресові ситуації службово-бойової діяльності та дають змогу курсантам напрацьовувати алгоритми поведінки в безпечних, контрольованих умовах. Організація системного психологічного супроводу курсантів упродовж усього періоду навчання, що передбачає діагностику рівня стресостійкості, індивідуальне консультування та своєчасну психологічну допомогу. Підготовку науково-педагогічного та командного складу до виконання функцій психологічної підтримки підлеглих, формування у командирів компетентностей щодо розпізнавання ознак дезадаптації та організації взаємодопомоги в підрозділах. Важливим є також залучення до освітнього процесу досвіду офіцерів-практиків, які безпосередньо виконували завдання в умовах ведення бойових дій, що сприяє формуванню у курсантів реалістичних уявлень про специфіку майбутньої професійної діяльності та підвищує усвідомленість підготовки до подолання стресогенних чинників [3, 580 с].

Висновки.

Емоційна стійкість є професійно значущою інтегративною якістю майбутнього офіцера-прикордонника, що охоплює когнітивний, емоційно-вольовий, мотиваційний та операційно-поведінковий компоненти й забезпечує ефективність виконання службово-бойових завдань в умовах підвищеної небезпеки та невизначеності, характерних для сучасних умов війни. Специфічні чинники бойового й службового стресу - загроза життю, дефіцит часу, тривала психофізіологічна напруга зумовлюють необхідність цілеспрямованого формування емоційної стійкості вже на етапі фахової підготовки курсантів. Установлено, що рівень сформованості емоційної стійкості безпосередньо пов'язаний із професійною успішністю офіцера -

прикордонника, якістю прийняття рішень і збереженням психічного здоров'я особового складу. Перспективними напрямками подальшого формування емоційної стійкості майбутніх офіцерів-прикордонників визначено: впровадження тренінгових і симуляційних програм психологічної підготовки, організацію системного психологічного супроводу курсантів та підвищення психологічної компетентності науково-педагогічного й командного складу. Перспективи подальших наукових розвідок убачаємо в розробленні та експериментальній перевірці комплексної програми психологічного тренінгу з формування емоційної стійкості курсантів вищих військових навчальних закладів.

Список використаних джерел

1. Тімченко О. В. Психологічна стійкість особистості в екстремальних умовах діяльності : монографія. Харків : ХНУВС, 2019. 240 с.
2. Приходько І. І. Психологічні основи негативних психічних станів військовослужбовців : монографія. Харків : НА НГУ, 2018. 336 с.
3. Корольчук М. С., Крайнюк В. М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах : навч. посіб. Київ : Ніка-Центр, 2020. 580 с.
4. Блінов О. А. Психологія бойової психічної травми : монографія. Київ : Талком, 2019. 700 с.
5. Чорний А. М. Психологічні особливості проектування професійної компетентності майбутніх офіцерів-прикордонників : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. Хмельницький, 2021. 420 с.

ДЕКЛАРАЦІЯ

про використання систем штучного інтелекту

У процесі підготовки цієї статті автором використано інструмент генеративного штучного інтелекту моделі ШІ Gemini для генерування первинного варіанта тексту на основі опрацьованих джерел, систематизації матеріалу та перевірки стилістики й граматики викладу. Автор ознайомлений із результатами, отриманими за допомогою штучного інтелекту, критично опрацював їх та несе повну відповідальність за зміст, достовірність фактів і висновки статті