

JMIR Research Protocols. 2022. Vol. 12. P. 1–41. URL: <https://doi.org/10.2196/40236>

8. Stallmann L., Tran M., Rudrauf D., Dukes, D., Samson, A. Simulating Social Emotion Regulation in Virtual Reality: Effect of Virtual Social Support Following Ostracism in a Cyberball Game. *Int. J. Emerg. Technol. Learn.* 2023. Vol. 18. P. 4–27. URL: <https://doi.org/10.3991/ijet.v18i07.29419>

9. Tennant M., Youssef G., McGillivray J., Clark, T., McMillan, L., McCarthy, M. Exploring the use of Immersive Virtual Reality to enhance Psychological Well-Being in Pediatric Oncology: A pilot randomized controlled trial. *European journal of oncology nursing : the official journal of European Oncology Nursing Society*. 2020. Vol. 48. P. 1–38. URL: <https://doi.org/10.31234/osf.io/hujgz>

10. Tian F., Wang X., Cheng W., Lee, M., Jin, Y. A Comparative Study on the Temporal Effects of 2D and VR Emotional Arousal. *Sensors (Basel, Switzerland)*. 2022. Vol. 22. P. 1–15. URL: <https://doi.org/10.3390/s22218491>

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-550-1-3>

KEY ASPECTS OF THE IMPORTANCE OF PSYCHOLOGICAL ENDURANCE FOR FUTURE RECONNAISSANCE OFFICERS

ОСНОВНІ АСПЕКТИ ЗНАЧУЩОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ-РОЗВІДНИКІВ

Borysenko V. Ye.

*Doctoral Student at the Department
of Psychology
The National University of Ostroh
Academy
Ostroh, Ukraine*

Борисенко В. Є.

*докторант кафедри психології
Національний університет
«Острозька академія»
м. Острог, Україна*

Сучасні військові конфлікти та динаміка бойових дій висувають підвищені вимоги до психологічної витривалості офіцерів-розвідників, чия професійна діяльність супроводжується значними стресорами. Серед чинників, які впливають на психологічну витривалість офіцерів-розвідників, виділяють високий рівень відповідальності, необхідність ухвалювати рішення в критичних ситуаціях, загроза здоров'ю та життю.

Психологічна витривалість як багатокомпонентне явище включає стресостійкість, адаптивність, саморегуляцію та здатність швидко відновлюватися після психоемоційного напруження. Основними аспектами значущості психологічної витривалості майбутніх офіцерів-розвідників є розгляд особливостей психологічної витривалості як ключового чинника їхньої професійної активності, використання ефективних методів її формування, а також врахування значення психологічної витривалості для виконання розвідувальних завдань.

Психологічна витривалість як ключовий чинник професійної ефективності передбачає необхідність володіння майбутніми офіцерами-розвідниками високим рівнем психологічної стійкості для ефективного виконання професійних завдань. Процес військової підготовки вимагає пошук можливих способів боротьби зі стресовими ситуаціями та різноманітних підходів до навчання з ними справлятися, адже від цього залежить ефективність, спроможність аналізувати ситуації та приймати раціональні рішення під час бойових дій [1; 2]. Вища психологічна витривалість сприяє забезпеченню врівноваженості, достатнього рівня розвитку емоційної лабільності та адекватності емоційних проявів, тобто здійсненню впливу на опірність до стресових чинників та ефективну саморегуляцію [1]. Навпаки, недостатня психологічна витривалість може спричинити емоційне вигорання, погіршення когнітивних функцій та ухвалення помилкових рішень [3].

До основних складових психологічної витривалості належать: **стресостійкість** як здатність ефективно діяти в умовах сильного психологічного напруження; **емоційна стабільність** як контроль над емоціями та збереження раціонального мислення; **гнучкість мислення** як уміння адаптуватися до обставин; **концентрація уваги** як здатність фокусуватися на виконанні завдань у складних умовах; **самоефективність** як віра у власні можливості подолання труднощів [1].

До ефективних методів формування психологічної витривалості майбутніх офіцерів-розвідників, що допомагають майбутнім офіцерам-розвідникам розвивати потрібні навички для роботи в екстремальних умовах, формуючи стійкість до стресу, належать: **тренування стресостійкості**, тобто застосування психологічних симуляцій, когнітивної рефлексії та контрольованого дихання; **фізична підготовка**, тобто підтримка психоемоційної рівноваги через регулярні фізичні вправи; **розвиток емоційного інтелекту**, тобто навчання усвідомлення та регулювання власних емоцій; **соціальна підтримка**, тобто формування згуртованості в підрозділах та підтримка зв'язку з близькими; **психологічні тренінги**, тобто підвищення рівня стресостійкості через когнітивно-поведінкову терапію та симуляцію кризових ситуацій [4].

Значення психологічної витривалості для виконання розвідувальних завдань є досить вагомим. Офіцери-розвідники працюють у середовищі постійного високого рівня стресу, інформаційного тиску та загрози життю. Їхня здатність ухвалювати рішення у складних умовах значною мірою залежить від рівня психологічної витривалості. Недостатня стійкість до стресу може призвести, зокрема, до паніки та втрати контролю над ситуацією, зниження бойової ефективності, погіршення морального стану підрозділу, а також прийняття помилкових рішень у критичних моментах. Іншими словами, психологічна витривалість є невід'ємною частиною ефективної діяльності офіцерів-розвідників та безпосередньо впливає на успішність виконання завдань [1; 5].

Таким чином, психологічна витривалість є ключовим компонентом професійної підготовки майбутніх офіцерів-розвідників. Її розвиток сприяє підвищенню стресостійкості, адаптивності та ефективності ухвалення рішень у бойових умовах. Для забезпечення високої готовності офіцерів-розвідників до виконання завдань в екстремальних ситуаціях необхідно вдосконалити програми військової підготовки. Зокрема, сприятливий вплив може мати розширення використання методів когнітивно-поведінкової терапії та психологічних симуляцій у тренуваннях, включення систематичних занять з емоційного інтелекту та стресостійкості до освітніх програм, розвиток командної згуртованості завдяки інтеграції соціально-психологічних тренінгів, забезпечення моніторингу психологічного стану майбутніх офіцерів-розвідників із залученням військових психологів тощо. Реалізація цих заходів сприятиме підвищенню рівня психологічної витривалості та ефективності виконання розвідувальних завдань у складних умовах бойових дій.

Література:

1. Витривалість військовослужбовців та методика її розвитку: навч.-метод. посіб. [автори-укладачі: Н. Б. Вербин, Н. Л. Височіна, С. Ф. Костів та ін.]. К. : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2020. 120 с.
2. Дяков С., Генік В., Кирильчук Ю. Особливості формування та структура готовності до професійної діяльності майбутніх офіцерів-розвідників. *Академічні студії. Серія «Педагогіка»*, 2023. Вип. 1. С. 122–129.
3. Збірник стандартів психологічної підготовки у Збройних Силах України : методичний посібник / за редакцією генерал-майора В. Клочкова. К. : НДЦ ГП ЗС України, 2023. 337 с.
4. Костів С. Ф. Психолого-педагогічний аналіз проблем психофізичної витривалості офіцерів у військово-професійній

діяльності в науковій літературі та військовій практиці. *Наукові записки*, 2019. Вип. 6, № 3. С. 62–66.

5. Чорний В. С., Романишин А. М., Остапчук О. П., Вавілова Н. В. Психологічна стійкість українських військово-службовців в ході російсько-української війни: соціальні чинники. *Збірник наукових праць Центру воєнно-стратегічних досліджень Національного університету оборони України*, 2024. Вип. 2, № 81. С. 139–145.

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-550-1-4>

PSYCHOLOGICAL INSIGHT AS A FACTOR OF EFFECTIVE SOCIAL INTERACTION

ПСИХОЛОГІЧНА ПРОНИКЛИВІСТЬ ЯК ФАКТОР ЕФЕКТИВНОЇ СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

Sorohenko O. V.

*PhD in Psychology, Deputy Director,
Regional Development Agency
of Odesa Region
Odesa, Ukraine*

Сороченко О. В.

*доктор філософії, заступник
директора
Агенція регіонального розвитку
Одеської області
м. Одеса, Україна*

Психологічна проникливість є ключовим фактором ефективної соціальної взаємодії, який визначає здатність індивіда розуміти внутрішній світ інших людей, аналізувати їхні емоції та передбачати поведінкові реакції. У сучасному суспільстві, де міжособистісні відносини стають дедалі складнішими, дослідження психологічної проникливості набуває особливої актуальності. Згідно з проведеними дослідженнями, ця здатність ґрунтується на особистісних детермінантах, серед яких провідну роль відіграють когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти.

Теоретичний аналіз феномену психологічної проникливості

Психологічна проникливість є багаторівневим психологічним феноменом, що базується на механізмах інтуїції, антиципації та соціального інтелекту [1, с. 81]. Інтуїція допомагає швидко оцінювати ситуації та приймати рішення, антиципація дозволяє прогнозувати можливі наслідки взаємодії, а соціальний інтелект сприяє розумінню