

The image shows four people seated around a dark wooden table in a room with brown leather armchairs. Three of the individuals are men in olive-green military uniforms with red and yellow patches on their sleeves. They are looking down at papers on the table, with one holding a pen as if writing. The fourth person is a woman with short brown hair, wearing a maroon patterned jacket over a light-colored collared shirt. She is also looking at the papers. The background features a window with patterned curtains and a wooden cabinet.

**Тема 1: «Особенности
психологической подготовки
личного состава в частях
постоянной боевой
готовности»**

**Учебный вопрос №1. Сущность,
содержание и задачи
психологической подготовки и
требования предъявляемые к
ней.**



Понятие **психологическая подготовка** включает в себя формирование у личного состава психологической устойчивости, т. е. таких психологических качеств, которые позволяют выполнять боевые задачи в сложных условиях, сопровождающихся опасностью для жизни и фактором внезапности.



При употреблении понятия **«психологическая подготовка»**, имеется в виду непосредственное формирование психологической устойчивости к воздействиям боевой обстановки. Понятие **«морально-психологическая подготовка»** подразумевает усиление поведенческого, нравственно-этического аспекта. Понятие **«морально-политическая и психологическая подготовка»** обозначает всестороннее воздействие на идейный, поведенческий и непосредственно психологический компоненты, т.е. правомерно употребление всех этих понятий, так как они обозначают различные объекты работы с личным составом.



Психологическая подготовка личного состава организуется и проводится с целью достижения военнослужащими, воинскими коллективами способности выдерживать высокие нервно-психические, психологические и физические нагрузки и действовать по предназначению в условиях непосредственной опасности.



При этом решаются задачи:

- выработки устойчивых навыков владения оружием, боевой техникой, обучения личного состава умелым, решительным и инициативным действиям в боевой обстановке;
- формирования у воинов представлений о предстоящих боевых действиях, возможных действиях противника и изменениях обстановки;
- формирования психологической способности преодолеть страх и выносливости в боевой обстановке.



Цели и задачи психологической подготовки
военнослужащих достигаются путем
максимального приближения
содержания учебно-боевой
деятельности к условиям боевой



В ходе обучения и воспитания любого специалиста военнослужащего предусмотрено формирование широкого спектра необходимых для выполнения профессиональной деятельности качеств. Однако опыт боевых действий показывает, что не каждое качество ранее сформированное может проявиться у военнослужащего при изменении условий деятельности (погоды, рельефа местности, видимости, огневого воздействия и др.), особенно при переходе к ведению реального



Чем большее количество предстоящих психических образов максимально соответствующих боевой обстановке мы сформируем у военнослужащего, тем меньше вероятность его попадания в ситуацию неопределенности, неизвестности, которая как правило влечет за собой срабатывание у человека пассивно-оборонительного рефлекса, а следовательно неадекватные действия.



Психический образ представляет собой психологическую модель действия (боя) в сознании воина. Это не снимок, на котором запечатлена какая либо ситуация, а значительно большее. Это достаточно сложный во времени процесс отражения не только объективной действительности, но и воссоздание ранее пережитых, увиденных и т.д. образов, с целью построения будущей деятельности воина, адекватной реально сложившейся ситуации.



Регулятором такой деятельности выступают мотивы и потребности военнослужащего, его установка, а операциональной структурой - профессиональные действия. При этом очень важно учитывать, что образ выполнения того или иного действия определяется как его предметным содержанием (куда, как, с кем идти, что взять с собой), так и его значимостью для военнослужащего (а надо ли туда идти).



Можно прекрасно быть подготовленным в профессиональном отношении с точки зрения умения водить, летать, осуществлять походы и т.д., иметь достаточно развитые профессиональные качества, но если не будут развита понятийная основа модели предстоящих действий, являющаяся первоосновой смысловой установки на поведение в бою, с большой достоверностью можно утверждать, что с должной эффективностью задание выполнено не буд



Успешность действий воина во многом зависит от того, насколько сформированные у него психические образы соответствуют реальной действительности. Для этого воин должен чувственно наполнить психический образ модели боевой работы: выполнять практически действия в ходе тренировок, учений, стрельб, пусков ракет днем и ночью. В этих условиях можно широко использовать методы позволяющие закрепить образную основу модели боя посредством закалки необходимых профессионала



Они могут включать в себя:

- упражнения и тренировки на специальных тренажерах, имитаторах, учебных полях, на аэродромах;
 - физические и спортивные упражнения по преодолению специальных полос препятствий, заграждений, завалов, водных рубежей;
 - специальные соревнования и
- состязания;



- психологические упражнения для целенаправленного развития познавательных, эмоциональных и волевых качеств;
- психологический тренинг по сколачиванию коллектива, формированию совместимости, коллективизма, взаимозаменяемости и др.













**HIGHEST
QUALITY
GUARANTEE**
3d_moller





МОСТ
РЕСПУБЛИКАНСКОЕ УЧЕБНОЕ
ЦЕНТРАЛЬНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ











В науке сформировалось значительное число различных подходов к пониманию организации и проведению психологической подготовки. Психологическая подготовка осуществляется в ходе воспитания (воспитательными структурами), обучения (органами боевой подготовки) и при проведении мероприятий собственно психологической подготовки.



Наряду с обучением и воспитанием, в процессе которых частично осуществляется психологическая подготовка, решается ряд задач, позволяющих нам сделать вывод, что она является самостоятельной, имеет свои пути, средства, формы и методы (аутотренинг, накопление представлений о ситуациях боя и адаптация к ним, психокоррекция, психореабилитация и др.). Именно данное обстоятельство зачастую вносит некоторую неопределенность в вопросы, касающиеся организации п

и.



Основными направлениями психологической подготовки военнослужащих являются:

- формирование у воинов научно- обоснованных знаний о боевых действиях, представлений о будущей войне, убеждений, готовности к подвигу, совершению самоотверженных поступков во имя победы над врагом;
- повышение уровня психологической устойчивости и выносливости военнослужащих, выработка непритязательности, неприхотливости, умеренности



- привитие доверия к командирам и начальникам, установки на беспрекословное повиновение и послушание, благонадежности и лояльности к политике государства;
- снижение психических травм, повышение уровня профессиональных и боевых навыков и умений, физиологической и психологической выносливости военнослужащих.



Эффективность проводимой работы будет во многом зависеть от того, насколько пунктуально будут соблюдаться принципы психологического моделирования противоборства с противником; профессионально-тактической обусловленности содержания психологической подготовки решаемым задачам в различных видах ВС и родах войск, обеспечения безопасности действий в ходе выполнения упражнений и тренировок. Кроме того, очень **важно соблюдать** психологическое соответствие учебных и боевых задач; проблемность создаваемых учебно-боевых ситуаций; психологическое противоборство моделирующее адекватность психических состояний и действий условиям боя.



Результативность деятельности офицеров-психологов органов боевой подготовки выше там, где основное их внимание сосредотачивается на осуществлении психологического анализа видов боевой деятельности; выработке рекомендаций по формированию необходимых профессионально-важных качеств в процессе боевой учебы; разработке психологических моделей занятий, учений, маневров и выработке предложений командирам по созданию оптимальных уровней психической напряженности личного состава средствами имитации психологических факторов боя, созданию в частях учебно-материальной базы психологической подготовки тренажеров, учебных мест, полигонов, стрельбищ и др. Изложенный опыт работы позволяет целенаправленно и эффективно решать задачи психологической подготовки.

Передовой опыт в войсках показывает, что психологическая модель современного боя создается путем:

1. Использования различных средств имитации (учебные взрывчатые вещества, имитаторы ядерного взрыва, учебные рецептуры отравляющих веществ, имитационные гранаты и фугасы, взрывпакеты, дымовые шашки, ракеты (сигнальные), огнесмеси, холостые патроны и т.д.).
2. Трансляции записей шумовых эффектов боя (выстрелы танков, орудий, разрывы снарядов, мин, звуковых низколетающих самолетов и т.д.).
3. Создание пожаров, макетов поврежденной техники, всевозможных инженерных заграждений и препятствий, применяемых внезапно (имитационные минные поля, проволочные и мало заметные ограждения, рвы, ловушки, завалы, баррикады, разрушенные участки дорог и мостов).
4. Организация реального противодействия противника (подготовленная группа личного состава, двухсторонняя игра силами двух взводов и др.).



254-2-04







7C2M
ШИРАС-М
254-10-83

7C2M
ШИРАС-М
254-10-83

7C2M
ШИРАС-М
254-10-83

7C2M
ШИРАС-М
254-10-83

7C2M
ШИРАС-М
254-10-83

Осуществляя различные композиции вышеперечисленных средств, в зависимости от решаемых задач, вида вооружения и рода войск, психолог, совместно с офицерами органов боевой подготовки, командирами и штабами может осознанно вводить в процесс учебно-боевой деятельности различные психологические факторы, способные вызывать как позитивную активность воина, так и отрицательные психические явления. Так создание угрозы для жизни личного состава сопровождается действием фактора опасности, реальное огневое воздействие - внезапности, дефицит информации - неопределенности, осуществление незапланированных действий - новизной обстановки и др. Умелое продуманное введение в учебный процесс указанных факторов позволяет реально смоделировать отдельные элементы современного боя, а следовательно решать задачи психологической подготовки.

Психологическая подготовка личного состава в процессе повседневной боевой учебы осуществляется посредством отработки на каждом занятии определенных элементов психологической закалки воинов. Их развитие в обязательном порядке включается в план проведения занятий.



Так, например, для формирования понятийной основы модели предстоящих действий (боя) в ходе занятий по тактической подготовке целесообразно поставить следующие цели: в процессе обучения ознакомление личного состава с боевой техникой части; наглядный показ превосходства нашей техники над техникой противника, возможностей вооружения и боевой техники по защите от оружия массового поражения



На данном занятии цели психологической подготовки можно достичь путем: оформления стенда сравнительных тактико-технических характеристик нашей техники и вооружения и аналогичной техники противника; реальными действиями подготовленных экипажей, расчетов и личного состава в условиях применения учебных рецептур; показательными стрельбами из штатного вооружения: выполнением индивидуальной стрельбы, стрельбы в составе отделения и взвода.

Аналогично продумывают элементы психологической закалки личного состава на каждом занятии по всем учебным дисциплинам.

Основная тяжесть решения задач психологической подготовки, в частности по формированию образной основы модели боя, ложится на занятия по тактической и огневой подготовке. В ходе боевой учебы в план проведения занятий необходимо включать отработку элементов психологической закалки личного состава, посредством формирования понятийной и образной основы модели.



Психологу, совместно с командирами и офицерами, отвечающими за организацию боевой подготовки, необходимо постоянно помнить, что практическая реализация принципов психологической подготовки достигается, если будут обеспечены:

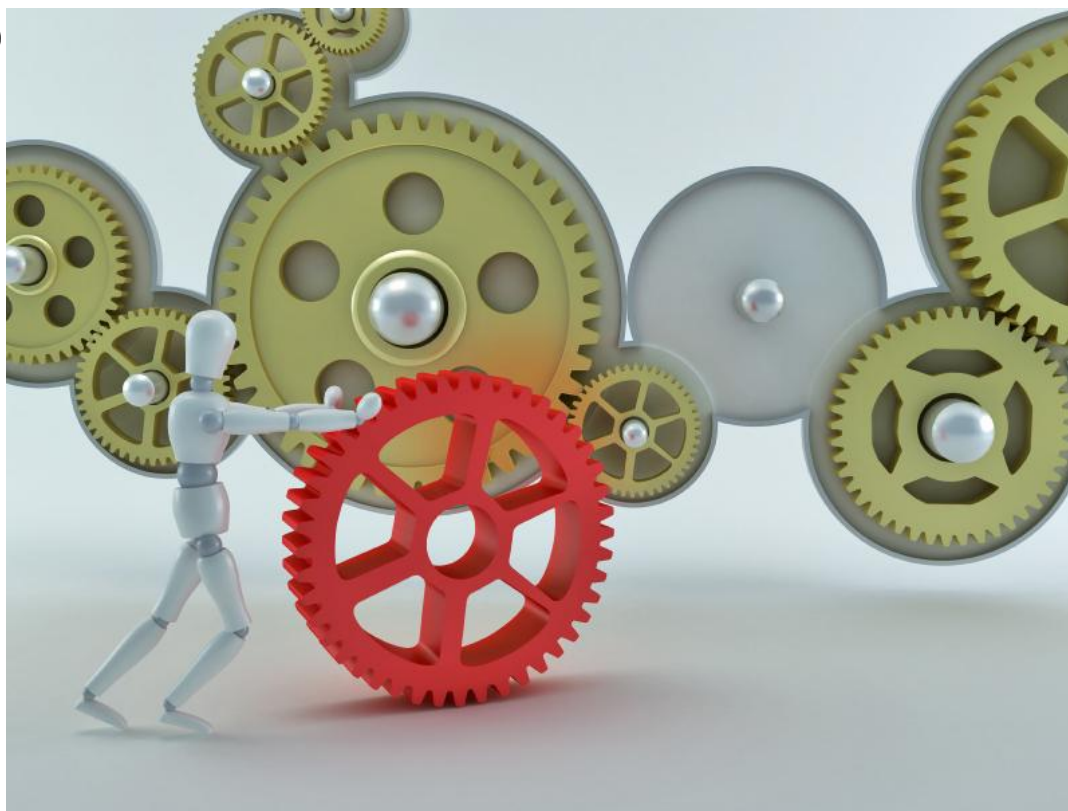
- высокий темп действий днем и ночью в сложных погодных условиях (дождь, туман, снегопад, гололед, песчаные бури);
- быстрая и резкая смена тактической обстановки в ходе занятий;
- стрельба из всех видов стрелкового оружия;



- обкатка танками и БМП, форсирование водных преград, преодоление зон заражений, борьба с пожарами; длительное пребывание в средствах защиты от ОМП;
- ведение борьбы с танками, с низколетающими воздушными целями, с десантами и диверсионными группами противника.



Изложенный подход к организации и проведению психологической подготовки военнослужащих не является окончательным. Могут быть различные методические приемы, которые существенно обогатят содержание проводимой работы по подготовке психики воина к б



Кроме того, при организации психологической подготовки военнослужащих следует учитывать наиболее существенные характеристики психики, от которых зависит поведение человека в бою, с тем, чтобы предусмотреть возможные психические нарушения в экстремальной обстановке.

Свойствами психики, способствующими эффективному осуществлению боевой деятельности, являются:

- 1)сформированность системы мотивов;
- 2)надёжность функционирования психических процессов;
- 3)контролируемая реакция на факторы боя;
- 4)возможность саморегуляции психических состояний.

Для достижения победы военнослужащему недостаточно уметь пользоваться оружием и боевой техникой и знать тактику боя, он должен быть готов к применению своих навыков в любых условиях, которые могут сложиться в боевой обстановке, в чем и состоит цель психологической подготовки.



При этом основными психологическими факторами боя являются:

- 1) опасность - осознание угрозы своему здоровью и жизни;
- 2) внезапность- неожиданные изменения обстановки в ходе выполнения задачи;
- 3) неопределенность- отсутствие, недостаток или противоречивость информации об условиях выполнения задачи или о противнике;
- 4) увеличение темпа действий- сокращение времени на выполнение действий;
- 5) дефицит времени- условия, в которых успешное выполнение задачи невозможно за счет простого увеличения темпа действий, необходимо изменение содержания структуры деятельности.

Основным фактором, определяющим психологическую специфику боевых ситуаций, принято считать опасность. Степень других воздействий зависит от степени опасности. При этом реакция человека на опасность может быть различной: сознательной, опосредованной или же импульсной, непосредственной, укладывающейся в схему «стимул - реакция». От характера реакции на опасность зависит и характер поведения: в первом случае оно сознательно контролируется, во втором является ситуативным, импульсивным, целиком зависит от ситуации. Следовательно, задачей психологической подготовки служит формирование контролируемой реакции на факторы боя.

В опасной ситуации неизбежно возникает такая эмоция, как страх, бесстрашных людей не существует. Однако смелого человека отличает то, что он в состоянии контролировать свой страх, поэтому формирование устойчивости к страху направляется не на избавление от него, а на выработку умения владеть собой при его появлении. Достичь этого можно с помощью специальных методов саморегуляции.



В ходе психологической подготовки военнослужащих подробно информируют об особенностях и условиях предстоящей боевой деятельности, о трудностях выполнения боевой задачи, о путях их преодоления. В ходе занятий и учений моделируются внешняя картина боевых действий и психологическая модель боевой деятельности воина со всеми условиями боевой обстановки, которые, отражаясь в сознании, способны вызвать психические реакции, подобные возникающим в реальном бою. Насыщенность занятий и учений элементами опасности и риска, неожиданности и новизны первоначально вызывает у личного состава психическую напряженность, но разъяснение значимости преодоления трудностей и выполнения поставленной задачи, как правило, формирует устойчивую мотивацию к достижению успеха в учебном бою. Такая мотивация, в свою очередь, способствует выработке навыков преодоления психической напряженности и других негативных состояний.

В ходе многократного повторения упражнений в постоянно усложняющихся условиях контроль военнослужащего над своими психическими состояниями и действиями улучшается. Постепенно формируется психологический механизм устойчивого подавления неуверенности и страха.

В результате дальнейшего упрочения эмоционально-волевого контроля военнослужащего за счет привыкания к опасности и другим факторам боевой обстановки психическая напряженность ослабевает и стабилизируется на оптимальном для него уровне.

С улучшением эмоционально-волевого контроля у личного состава возрастает уверенность в своих способностях преодолевать трудности и достигать поставленной цели. Уверенность в себе, своем оружии, командирах и товарищах помогает точнее оценивать боевую ситуацию, эффективнее использовать на практике свои знания, навыки и умения. Это свидетельствует о **психологической подготовленности** к выполнению боевой задачи.

С началом боевых действий у психологически подготовленного военнослужащего происходят изменения в психическом состоянии, актуализируются необходимые психические качества, повышается психическая активность, конкретизируется нацеленность на преодоление трудностей предстоящего боя.

В психологической структуре готовности к боевой деятельности выделяются две взаимосвязанные системы компонентов психики:

- устойчивые компоненты;
- динамические компоненты.

К устойчивым компонентам психики
относятся особенности психических по-
знавательных процессов (ощущения,
восприятия, представления, памяти, внимания,
мышления), свойственные данной военной
профессии, психические свойства личности
(военно-профессиональная направленность,
черты характера, необходимые для данной
специальности), профессиональное
мастерство, физическая выносливость и
психологическая устойчивость.

К динамическим компонентам психики относятся ситуативные чувства (уверенность, гордость, ненависть, горе, страдание и др.) и психические состояния (эмоциональный подъем, энтузиазм, подавленность). Эти факторы способны как стимулировать поведение индивида, мобилизовать его силы, так и дезорганизовать его деятельность. От них зависит готовность к выполнению конкретной боевой задачи.

На завершающем этапе психологической подготовки достигается мобилизация психики военнослужащих, направленная на активную деятельность с высоким коэффициентом надежности. Командир подразделения должен оценить **степень психологической готовности**, как отдельных воинов, так и всего коллектива



Анализ литературных источников и повседневной практики войск позволяет выделить следующие **формы психологической подготовки** военнослужащих к боевым действиям:

- 1) психологическое просвещение;
- 2) занятия по предметам боевой подготовки, ориентирование на развитие необходимых психологических качеств и состояний;
- 3) специальные формы: психотренинги, приемы психической саморегуляции, настрой и др.

Психологическое просвещение, как форма психологической работы представляет собой систематическое и организованное распространение среди военнослужащих психологической информации с целью формирования у них понимания закономерностей функционирования человеческой психики и поведения людей в экстремальных условиях боевой обстановки, знания путей и способов управления возможностями собственной психики и оказания психологической помощи сослуживцам.

Практика показывает, что, зачастую, **простое знание тех психологических явлений**, с которыми может столкнуться военнослужащий в сложных условиях, позволяет психологически **подготовиться к встрече с неблагоприятными событиями.**

Ознакомление людей с типами возможных реакций на боевые стресс-факторы выполняет функцию своеобразной «прививки».

Психологическая информация может доводиться в устной (лекции, доклады, беседы, выступления участников и очевидцев событий), в печатной (памятки, листовки, боевые листки, военная печать) формах, путем просмотра и обсуждения кинофильмов и других формах.

Эффективность психологического просвещения повышается в том случае, если распространяемая **информация конкретизирована** в связи со спецификой **предстоящей деятельности**, отвечает уровню подготовки военнослужащих и их настроениям, не запугивает людей, а даст ключ к пониманию происходящего.

В настоящее время не представляется возможным объективно оценить психологическую готовность воина и коллектива к выполнению боевой задачи. На практике командиры выносят заключение о степени психологической готовности военнослужащих по следующим показателям:

- насколько военнослужащие осознают поставленную задачу и внутренне принимают ее;
- насколько сформированы навыки действий в подобных ситуациях;

- насколько развито чувство коллективизма, какова степень психологической совместимости;
- какова степень положительных психических состояний (подъема, боевого возбуждения, решительности) и мера беспокойства, тревоги, неуверенности;
- каков характер реакций на информацию о предстоящих действиях.

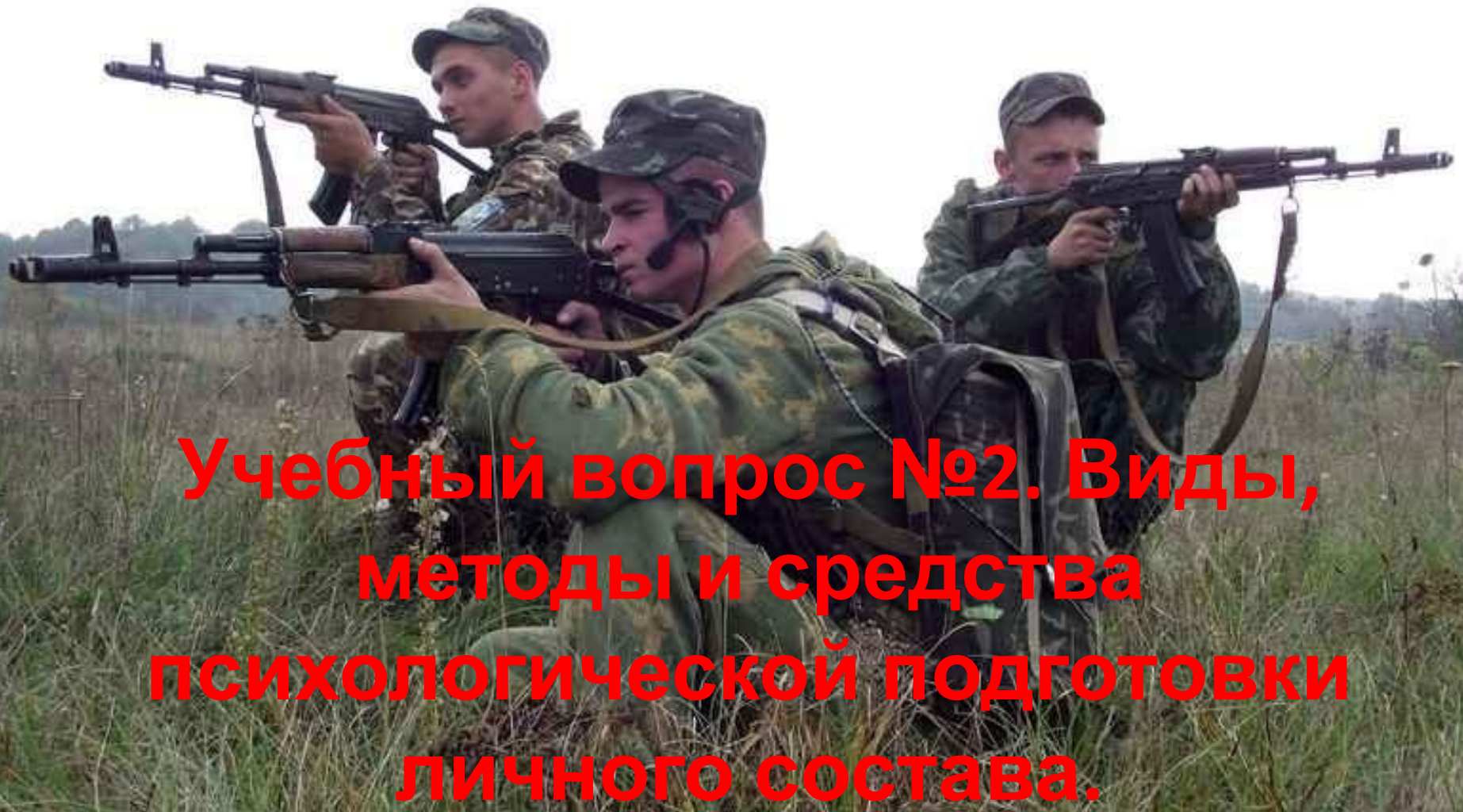
Оценка этих показателей осуществляется в ходе контрольных занятий и учений, моделирующих психологические условия боя. Чтобы достичь уровня боевых психических нагрузок, рекомендуется использовать **не менее трех приемов моделирования для каждого испытуемого.** На основе оценки каждого норматива выставляется единая оценка, свидетельствующая о боевой готовности.

В процессе учебно-боевой деятельности необходимо формировать надежность функционирования психических процессов. Данное явление принято называть **помехоустойчивостью**. Факторы боя могут оказывать такое воздействие, что человек теряет способность адекватно воспринимать действительность.

Нарушаются процессы мышления, внимания, даже речи. Поэтому в процессе учебно-боевой подготовки целесообразно проводить мероприятия, направленные на повышение функционирования психики военнослужащего.

Функциональная надежность психики повышается за счет:

- выработки высокой чувствительности органов чувств и их устойчивости;
- развития способности правильно оценивать в бою расстояние, время, скорость, выработка способности сохранить большой объем внимания, его устойчивость, концентрацию, переключаемость и т. д.;
- создания и закрепления всесторонних представлений, охватывающих область боя;
- повышения способности сохранять в бою продуктивность памяти, гибкость, мобильность, быстроту мышления.



**Учебный вопрос №2. Виды,
методы и средства
психологической подготовки
личного состава.**

Психологическая подготовка
военнослужащих осуществляется в
процессе обучения и службы. Все виды
подготовки – огневая, тактическая,
физическая, строевая, специальная, весь
процесс обучения должен содержать в себе
элементы морально-психологии



Выработка **психологической устойчивости** ведется как при одиночной подготовке **солдат**, так и на учениях с участием высшего командного состава и **большого количества войск**. Эффективность психологической подготовки во многом определяет достижение успеха в бою, операции, в войне в целом.



В войсках сложилась система психологической подготовки, которая подразделяется на общую, специальную и целевую, а также включает мероприятия по их обеспечению.



Общая психологическая подготовка

предполагает закалку личного состава в соответствии с требованиями современного общевойскового боя. В её основе лежит сознательное отношение военнослужащих к тем испытаниям, с которыми они столкнутся в реальной обстановке. При этом непременным условием является знание морально-психологического облика, боевых возможностей подразделений вероятного противника и способов вооруженной борьбы с ним.

Специальная – предусматривает выработку высокой боевой активности и психологической устойчивости у военнослужащих применительно к тем или иным видам боевых действий, теоретическую и практическую их подготовку в конкретных опасных ситуациях, вызывающих эмоциональный стресс. Многие задачи здесь связаны с обучением конкретных специалистов, а решаются они в процессе боевой учебы с использованием вооружения и военной техники в условиях, максимально приближенных к боевым.

Целевая – направлена на выработку четкой внутренней установки на выполнение конкретной задачи в определенном виде боя, на боевом дежурстве, при несении караульной службы.

Психологическое обеспечение сводится к специальной деятельности, нацеленной на поддержание высокой психологической активности военнослужащих в ходе боевых действий или выполнения учебно-боевых задач.

В частности, различными приемами снимается излишнее напряжение и устраняются отрицательные психологические последствия неудач, аварий, происшествий. Кроме того, принимаются меры к быстрейшему восстановлению психического равновесия, самоконтроля.



В процессе психологической подготовки у военнослужащих формируются и совершенствуются психические познавательные процессы (ощущения, восприятия, представления, внимание, память, воображение, мышление и речь), интеллектуальные качества (широта, глубина, логичность и мобильность ума, находчивость, интуиция и др.), волевые качества (целеустремленность, решительность, дисциплинированность, мужество, стойкость и др.), качества психологической надежности (эмоционально-волевая устойчивость, готовность к максимальному напряжению сил, способность сохранять оптимизм и др.), социально-психологические качества (коллективизм, войсковое товарищество, дружба, соучастие и др.), а также психологическая готовность к действиям в бою и психологическая устойчивость в его ходе. В конечном итоге надо добиться такого положения, **чтобы каждый военнослужащий отчетливо понимал, что любая опасность в ходе боевой подготовки, вызывающая состояние внутренней напряженности, обязательно скажется на его последующих действиях.**

Методы подготовки военнослужащих к деятельности в боевых условиях и в других экстремальных ситуациях. Для воссоздания психологических факторов боя используются различные приемы моделирования боевой обстановки. Их принято классифицировать по следующим признакам:

- по средствам моделирования боя;
- по модальность воздействия (на зрительное, слуховое, тактильное или иное восприятие);
- по механизмам воздействия на военнослужащих.

По средствам моделирования факторов боя выделяют следующие приемы психологической подготовки:



словесно-знаковые: при словесно-знаковом моделировании воздействие на военнослужащих осуществляется через вторую сигнальную систему посредством слов, знаков, информативных жестов. Это может быть рассказ о предстоящем бое, возможности получить травм



наглядные. При наглядном моделировании воздействие осуществляется путем показа различных предметов, например, после воздействия на них стрелкового и других видов оружия. Сильное воздействие оказывает вид убитого военнослужащего или труп человека, простреленный автоматной очередью. очевидцы свидетельствуют, что при показе военнослужащим, не участвовавшим в боевых действиях, двух трупов расстрелянных в Афганистане душманов у многих обнаружилось различного рода психические отклонения (из 64 военнослужащих у 17 наблюдалось расстройство, их трясло, чувствовалась подавленность, некоторых тошнило);



компьютерные. Воздействие на военнослужащих осуществляется путем моделирования факторов боя в ходе решения задач и игр при работе на ЭВМ;



тренажерные.

осуществляется путем
факторов боя с
технических средств,
выработке тех или иных навыков и умений;

Воздействие
моделирования
использованием
способствующих



имитационные. Воздействие на
военнослужащих осуществляется с
использованием средств имитации внешних
признаков боевой обстановки;



боевые. Воздействие осуществляется путем моделирования факторов боя с использованием боевой техники, вооружения и подручных средств, применяемых для организации и ведения



По модальности воздействия выделяют следующие приемы психологической подготовки:

1. Воздействие на психику военнослужащих через слух:

крики и стоны. Такое воздействие применяется в наиболее напряженные моменты учений: заранее подготовленные военнослужащие неожиданно для остальных имитируют раненых, издающих стоны и крики. Повысить напряженность можно с помощью провокационных выкриков, например, «это газы!», «танк задавил Петрова» и т. п.;

гонги, звонки, сирены, колокола. Это воздействие лучше применять в небольшом пространстве - в помещениях, укрытиях, что повышает напряженность;

звукозаписывающие и радиотрансляционные средства. В этом случае воспроизводятся звуки боя и различные необычные звуки (шум, грохот, свист);

взрывчатые вещества. Здесь эффективность достигается продолжительностью воздействия, а не его силой.

2. Воздействие на психику военнослужащих через зрение:

световые эффекты (вспышки взрывов, ламп, прожекторов). Ослепление, отвлечение внимания с помощью световых эффектов в соединении с необходимостью выполнения поставленной задачи приводит к повышению психологической напряженности;

разрушения, развалины, чучела. Вызывая с их помощью чувства отвращения, страха, подавленности и требуя при этом выполнения задачи, можно научить военнослужащих преодолевать отрицательные эмоции;

демонстрация воздействия оружия и техники на предметы. Непосредственно наблюдая воздействие оружия и техники на предметы, военнослужащие вырабатывают у себя устойчивость к психологическим факторам боевой обстановки.

3. Воздействие на психику военнослужащих через обоняние. Создавая участки имитации заражения местности учебными рецептурами отравляющих веществ (например, аммиачной водой), другие участки с преобладанием резких, тошнотворных запахов, гари, на которых военнослужащие в средствах защиты и без них будут отрабатывать вопросы боевой подготовки, можно приблизить условия их деятельности к реальным, возникающим в боевой обстановке.

4. Воздействие на психику военнослужащих через тактильные ощущения. Кроме того, что воин слышит, видит, для формирования у него новых психических образов большое значение имеют тактильные ощущения. Когда воин имеет возможность подержать в руках пулю, осколки мин, снарядов, ощутить воздействие ударной волны, действовать в очагах пожаров, заражения, у него формируется более полное представление о реальной картине боя.

5. Воздействие на психику военнослужащих через вестибулярный аппарат. Многочисленные быстрые перемещения, высокая степень напряженности действия в ночных условиях, небольшие, закрытые пространства боевых машин, трудности ориентации, характерные для боевой обстановки, предъявляют повышенные требования к вестибулярному аппарату. Различные физические упражнения (кувырки, упражнения на брусьях, перекладине, действия на ограниченных площадях, расположенных на высоте, передвижения в темноте) укрепляют вестибулярный аппарат, а также формируют уверенность в собственных силах.

По механизмам воздействия на военнослужащих методы психологической подготовки подразделяются на:

1. **Методы убеждения.** Это методы преимущественно интеллектуального воздействия с помощью логических обоснований.
2. **Методы принуждения** . Воздействие направляется на мотивационную сферу человека помимо его желаний и воли.
3. **Методы внушения** . Осуществляется преимущественно эмоционально-волевое воздействие, рассчитанное на некритическое восприятие готовых выводов и решений.

4. Методы подражания. Эти методы представляют собой принятие и воспроизведение поведения и состояния другого человека. Они могут носить мотивационный характер или же характер слепого копирования.

5. Методы заражения. Это бессознательная, невольная подверженность личности определенным психическим состояниям.

6. Методы привыкания. Такие методы направлены на формирование устойчивости к тем или иным воздействиям путем их многократного повторения.

7. Методы самовнушения. Эти методы предполагают обучение военнослужащих навыкам произвольного целенаправленного самовнушения посредством вербальных (словесных) самоинструкций или мысленного воспроизведения определенных образцов и ситуаций, связанных с искомым изменением психического или физического состояния.

В целях психологической подготовки к действиям в боевых и других экстремальных условиях могут использоваться психофармакологические и некоторые другие методы воздействия на человеческую психику. Существуют социальные методы психологической подготовки, основанные на технике самовнушения.

Для успешного решения задач психологической подготовки недостаточно лишь знания методов моделирования психологических факторов боя и воздействия па военнослужащих. Необходима умелая организаторская работа командиров, штабов и органов воспитательной работы, которые должны активно внедрять обоснованные и проверенные на практике приемы психологической подготовки, помогать офицерскому составу в разработке новых методов воздействия на подчиненных, проявлять заботу о совершенствовании материальной базы с учетом требований психологической подготовки. При этом обязательно должна учитываться специфика боевой деятельности различных специалистов.

Психологическую подготовку организуют и проводят командиры (начальники) в едином комплексе мероприятий по выполнению плана боевой подготовки и повседневной жизнедеятельности части с учетом рекомендаций психолога. При этом:

Командир воинской части:

- принимает решение и утверждает план мероприятий психологической работы по обеспечению боевой подготовки;
- ставит задачи своим заместителям, начальникам служб и родов войск, командирам подразделений по организации психологической подготовки личного состава;
- контролирует и анализирует ход боевой учебы подразделений полка, сформированность профессиональной и психологической готовности личного состава, физической выносливости и психологической устойчивости;
- проводит подведение итогов занятий по боевой подготовке за месяц с учетом уровня профессиональной и психологической подготовленности военнослужащих к выполнению боевых задач;
- ставит задачи по совершенствованию психологической подготовки.

Заместитель командира воинской части:

- формулирует методический замысел каждого занятия по боевой подготовке;
- определяет, совместно с психологом воинской части, степень психологической нагрузки на личный состав;
- организует методическую подготовку командиров подразделений, начальников служб и родов войск по вопросам психологической подготовки;
- осуществляет анализ и оценку методического обеспечения занятий по боевой подготовке;
- осуществляет контроль за уровнем профессионального мастерства, физической выносливости и психологической устойчивости военнослужащих.

Начальник штаба:

- организует взаимодействие офицеров штаба, заместителя командира, психолога, других должностных лиц воинской части при планировании основных мероприятий психологической работы по обеспечению боевой подготовки;
- планирует проведение мероприятий (с учетом рекомендаций психолога) по обучению командиров подразделений, их заместителей по воспитательной работе управлению психическими состояниями военнослужащих в боевой обстановке.

В ходе занятий штаб воинской части совместно с заместителем командира, офицерами органов воспитательной работы, осуществляет контроль, анализ и коррекцию организации и методики проведения занятий по боевой подготовке.

Психолог воинской части:

- участвует в формулировании методического замысла занятий по боевой подготовке в интересах формирования у воинов профессионального мастерства, психологической устойчивости и готовности;
- вырабатывает рекомендации и осуществляет контроль по использованию приемов, способов и средств психологической подготовки в ходе занятий по боевой подготовке;
- прогнозирует уровень психической напряженности у военнослужащих в ходе выполнения заданий, а также объем необходимой им психологической помощи;
- разрабатывает мероприятия по обучению командиров подразделений, заместителей по воспитательной работе по управлению психическими состояниями военнослужащих при воздействии на них психотравмирующих факторов боя;

- разрабатывает мероприятия по обучению командиров подразделений, заместителей по воспитательной работе по управлению психическими состояниями военнослужащих при воздействии на них психотравмирующих факторов боя;
- проводит занятия по обучению военнослужащих воинской части методам психической саморегуляции;
- обучает должностных лиц полка выявлению признаков боевых психических травм, методам психологической помощи военнослужащим;
- оценивает степень психологической устойчивости личного состава к воздействию психотравмирующих факторов;

- прогнозирует уровни профессиональной и психологической подготовленности военнослужащих после завершения учебных занятий;
- формирует банк трудных ситуаций в учебно-боевой деятельности специалистов и использует его в дальнейшем в системе психологической подготовки личного состава;
- вырабатывает рекомендации командирам по повышению эффективности боевой учебы.