

КИРИЧЕНКО Андрій

старший викладач кафедри військової психології

підполковник

Національний університет оборони України

ДУДНИК Євген

здобувач другого (магістерського)

рівня вищої освіти

Національний університет оборони України

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ПІЛОТІВ БОЙОВОЇ АВІАЦІЇ ЯК КЛЮЧОВИЙ ЧИННИК ЕФЕКТИВНОГО ВИКОНАННЯ БОЙОВИХ ЗАВДАНЬ

*Психологічна готовність – це зброя, що веде пілота до
перемоги. Сильний пілот – це той, хто керує не лише машиною,
а й собою*

Андрій КИРИЧЕНКО

Сучасна російсько-українська війна докорінно змінила уявлення про характер бойових дій, роль авіації та вимоги до льотного складу. Високотехнологічне озброєння, стрімка зміна оперативної обстановки, інформаційне навантаження та постійний вплив факторів невизначеності створюють для пілотів бойової авіації унікальні психологічні виклики. У цих умовах ефективність виконання бойових завдань залежить не лише від технічної підготовки, професійної майстерності чи тактичного мислення, а й від рівня психологічної готовності льотчиків.

Психологічна готовність визначає здатність пілота зберігати концентрацію, ухвалювати швидкі та точні рішення, контролювати емоційний стан і діяти стабільно в умовах високого ризику та фізіологічних навантажень. У сучасній війні, де кожен виліт може супроводжуватися технологічним протиборством, загрозою з боку засобів ППО, інформаційним тиском і

необхідністю швидкої адаптації до нових тактик противника, саме внутрішня стійкість стає критично важливим елементом бойової ефективності.

Бойовий пілот – це військовослужбовець льотного складу, який керує бойовим літаком та виконує завдання з захисту країни, оборони повітряного простору, ураження визначених цілей, розвідки, прикриття військ та інших операцій у межах бойових дій. Бойовий пілот має високий рівень професійної, фізичної та психологічної підготовки, що дає змогу ефективно діяти в умовах ризику, невизначеності та бойового стресу.

До загроз життю пілоту бойової авіації можна врахувати:

Бойові загрози від противника: ураження засобами протиповітряної оборони (ракетні комплекси, ЗРК, переносні ПЗРК); атаки ворожих винищувачів; засоби радіоелектронної боротьби, що можуть порушувати навігацію та керування.

Технічні ризики: відмова авіаційного обладнання або систем керування; пошкодження літака під час виконання бойового завдання; критичний ресурс конструкції та навантаження на бортові системи.

Природні та середовищні фактори: складні метеорологічні умови (туман, грози, обледеніння); обмежена видимість; турбулентність, сильні вітри та інші атмосферні явища.

Фізіологічні загрози: високі перевантаження, що впливають на серцево-судинну та вестибулярну системи; гіпоксія на великих висотах; втома та сенсорне перевантаження, особливо під час тривалих або нічних вильотів.

Психологічні та когнітивні ризики: стрес бойової обстановки; висока ціна помилки у складних тактичних ситуаціях; ефект багатозадачності та перевантаження інформацією; емоційне та психічне виснаження під час тривалої участі у війні.

Організаційно-тактичні ризики: нестача розвідувальної інформації; зміна тактики противника; обмежені можливості евакуації чи порятунку у разі аварійної ситуації.

Психологічна готовність пілота бойової авіації – це результат системної роботи, яка поєднує професійні навички, саморегуляцію та підтримку з боку підрозділу. Для її підвищення пілоту необхідно:

1. *Розвивати навички стресостійкості*: практикувати методи подолання стресу (дихальні техніки, швидкі методи стабілізації стану); відпрацьовувати моделювання стресових ситуацій у тренажерах; поступово збільшувати рівень складності навчальних завдань.

2. *Підтримувати високий рівень фізичної підготовки*: регулярні тренування покращують витривалість, знижують вплив стресу та підвищують здатність переносити перевантаження; фізична активність допомагає регулювати нервову систему та запобігає емоційному вигоранню.

3. *Тренувати концентрацію та когнітивну гнучкість*: вправи на увагу, швидкість реакції, багатозадачність; симулятори, які моделюють інформаційне перевантаження; методики для покращення ситуаційної обізнаності (SA – situational awareness).

4. *Застосовувати техніки саморегуляції*: аутогенне тренування; ментальна візуалізація польоту та бойових сценаріїв; контроль дихання; техніки заземлення та швидкого зняття напруги.

5. *Підтримувати психологічний контакт із підрозділом*: регулярні бесіди з психологами; участь у групових обговореннях з іншими льотчиками; розбір польотів та аналіз помилок без емоційного тиску.

6. *Дотримуватися режиму відпочинку та сну*: відновлення – ключовий фактор, який впливає на увагу, реакцію та емоційну стабільність; дотримання режиму сну мінімізує ризик помилок у польоті.

7. *Підтримувати внутрішню мотивацію та моральну стійкість*: працювати з особистими цінностями та професійною ідентичністю; пам'ятати про важливість власної ролі у захисті держави; підтримувати зв'язок із родиною, що допомагає зберігати емоційну рівновагу.

8. *Уникати перевантаження інформацією та психоемоційних тригерів*: дозовано споживати новини; уникати надмірного аналізу бойових подій у вільний час; застосовувати інформаційну гігієну.

Таким чином, психологічна готовність пілотів бойової авіації є не просто важливою складовою їх професійної діяльності, а **критично визначальним чинником ефективності та безпеки виконання бойових завдань** у реаліях сучасної російсько-української війни. Високий рівень стресу, динамічність бойових операцій, технологічна складність авіаційної техніки та постійний ризик для життя вимагають від льотчиків не лише технічної майстерності, а й стійкої психіки, здатності швидко адаптуватися та приймати раціональні рішення у надзвичайно важких умовах.

Психологічна підготовка, системна саморегуляція, підтримка підрозділу, фізична витривалість та професійна мотивація формують той фундамент, на якому будується результативність пілота. Чим вищий рівень внутрішньої стійкості, тим більш упевнено та безпомилково пілот здатний діяти в умовах невизначеності та бойового стресу, а отже – забезпечувати успішне виконання завдань та збереження життя екіпажу.

Психологічно готовий пілот – це захисник, який керує не лише сучасною машиною, а й власним станом, залишаючись ефективним навіть тоді, коли ситуація вимагає максимальної концентрації, мужності та витримки.

Список використаних джерел

1. Агаєв Н. А., Дикун В. Г., Стасюк В. В. Особливості організації морально-психологічного супроводу в арміях зару біжних країн : навч. посіб. Київ: НДЦ ГП ЗС України, 2020. 134 с.

2. Дикун В. Г., Кириченко А. В., Стрілець В. В. Особистісна психологічна готовність військовослужбовців армій провідних країн НАТО. Збірник матеріалі науково-практичного семінару «Система морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України: уроки російсько-української війни». Київ: НУОУ, 2024. С. 26–29.

3. Дикун В. Г., Мороз В. М., Стасюк В. В. Методологія дослідження морально-психологічного стану особового складу військ (сил) : навч.-метод. посіб. Київ: 7БЦ, 2023. 383 с.

4. Кириченко А. В. Особливості психологічної готовності військовослужбовців Десантно-штурмових військ Збройних Сил України до виконання завдань за призначенням. Вісник Національного університету оборони України: зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2020. Вип. 2 (55). С. 50–58.

5. Кириченко А. В. Структура психологічної готовності військовослужбовців Десантно-штурмових військ Збройних Сил України до ведення бойових дій. Вісник Національного університету оборони України : зб. наук. пр. Київ : НУОУ, 2020. Вип. 5 (58). С. 80–89.

6. Кириченко А.В., Стасюк В.В., Дикун В.Г. (2025) Зміст та структура психологічної готовності військовослужбовців до наступальних дій. Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія. 2025. № 1. С 55 – 59. DOI: <https://doi.org/10.32782/psyspu/2025.1>

7. Кокурн О. М., Мороз В. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження : метод. посіб. К. : 7БЦ, 2021. 170 с.

8. Кокурн О. М. Зміст та структура психологічної готовності фахівців до екстремальних видів діяльності. Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць. Харків.: УЦЗУ, 2010. Вип. 7. С. 182–190.8.

9. Харук А. (2024) Бойовий сокіл. Історія F-16. Видавництво: Віхола, Київ. <https://www.vikhola.com/product-page/boiovyi-sokil-ebook>