

або на балках, що буде корисним, наприклад, при подоланні косогорів. У підсумку варто відзначити, що торсіонна підвіска має просту конструкцію, складається з невеликої кількості деталей, що робить її відносно простою у виготовленні, монтажі та обслуговуванні.

Двовісні причепа мають більшу стабільність та вантажопідйомність, адже вага розподіляється на дві осі, тобто на дві пари коліс. Подовжена прямокутна опорна рама містить пару горизонтально розташованих торсіонних стержнів, що простягаються в поперечному напрямку, зовнішні кінці яких закріплені на кожній стороні опорної рами вниз і протилежно назовні руховими важелями до коліс. Посередині вздовж своєї довжини торсіони надійно прикріплені до рами що забезпечує по суті незалежну торсіонну підвіску для кожного з підтримуваних коліс уздовж його безпосередньо пов'язаної половини торсіону.

Суттєва перевага запропонованої для причепа двовісної торсіонної підвіски: низька вартість пристрою; легкість установки; просте обслуговування; незалежність коліс одна від одної. При впровадженні буде вирішене питання підвищення технологічності і надійності конструкції та більш швидкої і безпечної евакуації пораненого з важкодоступних ділянок виконання завдань підрозділами НГУ.

*Андрусенко Сергій,
старший викладач кафедри бойового та
логістичного забезпечення,
Київський інститут Національної гвардії України*

МІСЦЕ ТА РОЛЬ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВИХ ВОДІЇВ ДЛЯ ЗМЕНШЕННЯ СТРЕС-ФАКТОРІВ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ

Сучасні збройні конфлікти характеризуються високою динамікою, непередбачуваністю та інтенсивністю бойових дій, що створює безпрецедентний рівень стресу для військовослужбовців, зокрема водіїв.

Військові водії виконують критично важливі завдання: перевезення особового складу, боєприпасів, медикаментів, евакуація поранених, часто під вогнем противника, в умовах обмеженої видимості, пошкоджених доріг та постійної загрози. Хронічний стрес, переживання травматичних подій можуть призводити до посттравматичного стресового розладу (ПТСР), емоційного вигорання, депресії, що негативно впливає на боєздатність військових та їхнє подальше цивільне життя. Недостатня психологічна стійкість водія в екстремальній ситуації може мати катастрофічні наслідки: втрата орієнтації, помилкові дії, паніка, що призводить до невиконання бойового завдання, пошкодження техніки, травмування або загибелі особового складу.

Дослідження показують, що психологічна готовність є одним із ключових факторів успішного виконання бойових завдань, поряд з фізичною підготовкою та головна мета: Сформувати у військових водіїв комплекс психологічних

якостей, знань, умінь та навичок, необхідних для ефективного виконання професійних обов'язків в умовах екстремальних стресових ситуацій зі збереженням психологічного здоров'я. Психологічна просвіта: Надання знань про природу стресу, його фізіологічні та психологічні прояви, індивідуальні реакції на стрес, методи саморегуляції та звернення за психологічною допомогою. Розвиток стресостійкості: Формування здатності протистояти впливу стресових факторів, зберігати емоційну стабільність та працездатність в складних умовах. Формування навичок саморегуляції: Навчання ефективним методам управління емоційним станом, зняття напруги, відновлення психологічної рівноваги (дихальні вправи, аутотренінг, медитація тощо).

Розвиток когнітивних функцій: Тренування уваги, пам'яті, мислення, швидкості реакції, здатності до прийняття рішень в умовах дефіциту часу та інформації. Моделювання екстремальних ситуацій: Створення навчальних сценаріїв, максимально наближених до реальних бойових умов, для відпрацювання практичних навичок поведінки в стресових ситуаціях.

Формування командної взаємодії: Розвиток навичок ефективної комунікації, взаємодопомоги та підтримки в складі екіпажу та підрозділу в кризових ситуаціях. Профілактика негативних психологічних наслідків: Забезпечення психологічної підтримки до, під час та після виконання бойових завдань, виявлення та корекція ознак ПТСР та інших психологічних розладів.

Ключові аспекти та методи професійно-психологічної підготовки:

Теоретична підготовка: Лекції, семінари, дискусії з питань психології стресу, екстремальної психології, психології бойового стресу, методів само- та взаємодопомоги. Вивчення особливостей психологічного стану військовослужбовців в умовах бойових дій, впливу бойової обстановки на психіку водія. Практична підготовка (моделювання): Використання спеціалізованих тренажерів, що імітують різні екстремальні умови керування (обстріли, задимлення, погана видимість, нерівна місцевість). Організація тактико-стройових занять з елементами психологічного впливу (раптові звукові та світлові ефекти, імітація поранень, необхідність швидкого прийняття рішень). Проведення психологічних смуг перешкод, спрямованих на розвиток стресостійкості, витримки, рішучості та впевненості в собі. Психологічні тренінги: Тренінги з управління емоціями (розпізнавання емоцій, контроль над імпульсивними реакціями, методи релаксації). Тренінги з розвитку когнітивних навичок (уваги, концентрації, швидкості реакції, прийняття рішень). Тренінги з комунікативної компетентності (ефективна взаємодія в команді, підтримка товаришів, запобігання конфліктам). Тренінги з лідерства та прийняття відповідальності (для командирів екіпажів та підрозділів).

Тренінги з психологічної самодопомоги та взаємодопомоги в екстремальних ситуаціях. Індивідуальна робота: Психологічне діагностування для виявлення індивідуальних особливостей, рівня стресостійкості, потенційних психологічних проблем. Індивідуальні консультації та психокорекція для військовослужбовців, які потребують психологічної підтримки. Проведення психологічної реабілітації після виконання завдань в екстремальних умовах.

Роль професійно-психологічної підготовки у зменшенні впливу стрес-факторів:

Підвищення адаптаційного потенціалу: Психологічно підготовлені водії краще адаптуються до несподіваних та загрозливих ситуацій, швидше відновлюють психологічну рівновагу після стресу. Формування копінг-стратегій: Навчання ефективним способам подолання стресу (активне вирішення проблем, пошук соціальної підтримки, позитивне переосмислення). Зниження рівня тривожності та страху: Чітке розуміння своїх дій, володіння необхідними навичками та впевненість у собі зменшують відчуття безпорадності та страху в екстремальних ситуаціях. Покращення когнітивного функціонування під тиском: Тренована увага та мислення дозволяють водіям зберігати ясність розуму, швидко аналізувати ситуацію та приймати обґрунтовані рішення навіть в умовах високого стресу. Зміцнення емоційної стійкості: Розвиток здатності контролювати свої емоції, запобігати паніці та зберігати самовладання в критичних ситуаціях. Підвищення ефективності виконання бойових завдань: Психологічно стійкі водії діють більш чітко, злагоджено та результативно, що сприяє успішному виконанню поставлених завдань. Зниження ризику психологічних травм: Попереджувальна психологічна підготовка допомагає військовослужбовцям краще справлятися з травматичними подіями та знижує ймовірність розвитку ПТСР.

Висновки та рекомендації щодо удосконалення професійно-психологічної підготовки:

Професійно-психологічна підготовка військових водіїв є критично важливим елементом забезпечення їхньої ефективності та збереження психологічного здоров'я. Необхідно інтегрувати психологічну підготовку в усі етапи навчання та служби військових водіїв, починаючи з базової підготовки і закінчуючи періодичною перепідготовкою та психологічною реабілітацією. Важливо розробляти та впроваджувати сучасні, науково обґрунтовані програми психологічної підготовки, що враховують специфіку діяльності військових водіїв та особливості сучасних бойових дій.

Слід активно використовувати інтерактивні методи навчання, такі як моделювання, тренінги, рольові ігри, для максимального залучення особового складу та формування практичних навичок. Необхідно забезпечити якісну підготовку військових психологів та їхню активну участь у процесі підготовки та психологічного супроводу військових водіїв. Важливим є створення системи психологічної підтримки військових водіїв на всіх етапах служби, включаючи можливість отримання конфіденційної психологічної допомоги. Доцільно проводити постійний моніторинг та оцінку ефективності існуючих програм психологічної підготовки з метою їхнього подальшого удосконалення. Потрібні подальші наукові дослідження в галузі військової психології для вивчення впливу різних стрес-факторів на військових водіїв та розробки найбільш ефективних методів їхньої психологічної підготовки та реабілітації.

Специфіка стрес-факторів, які впливають на військових водіїв:

Пряма загроза життю: Обстріли, мінно-вибухові пристрої, авіаційні удари, що створюють постійне відчуття небезпеки. Невизначеність та непередбачуваність бойової обстановки: Раптові зміни ситуації, необхідність швидкої адаптації до нових умов. Фізичне та психологічне виснаження: Тривалі переїзди, недосипання, нерегулярне харчування, монотонність діяльності, особливо під час конвоїв. Відповідальність за життя інших: Перевезення особового складу, поранених, що підвищує рівень емоційної напруги. Морально-етичні дилеми: Необхідність приймати складні рішення в умовах обмеженого часу та інформації. Інформаційний стрес: Постійний потік інформації, часто суперечливої або тривожної. Втрата бойових товаришів: Переживання загибелі або поранення членів екіпажу чи підрозділу. Відірваність від дому та родини: Тривала ізоляція, обмеженість контактів з близькими. Технічні несправності та складні умови експлуатації техніки: Необхідність керувати пошкодженими машинами, в складних дорожніх та кліматичних умовах.

Індивідуальні особливості військових водіїв та їх врахування в психологічній підготовці:

Тип темпераменту та характеру: Впливає на реакцію на стрес, швидкість адаптації, стиль поведінки в екстремальних ситуаціях.

Рівень тривожності та емоційної стійкості: Визначає схильність до переживання стресу та здатність його переносити. Мотивація та ціннісні орієнтації: Впливають на рівень самовідданості та готовності до виконання складних завдань. Досвід та рівень професійної підготовки: Впевненість у своїх навичках є важливим фактором психологічної стійкості. Стан здоров'я (фізичного та психічного): Наявність хронічних захворювань або попередніх психологічних травм може підвищувати вразливість до стресу. Соціально-психологічні фактори: Підтримка в колективі, стосунки з командирами та товаришами по службі. Необхідність індивідуалізованого підходу до психологічної підготовки з урахуванням цих особливостей.

Роль командирів у підвищенні психологічної стійкості підлеглих водіїв:

Особистий приклад: Демонстрація самовладання, рішучості та оптимізму в складних ситуаціях. Підтримка та заохочення: Створення атмосфери довіри та взаємодопомоги в колективі. Чітке формулювання завдань та інструктаж: Зменшення невизначеності та тривожності. Організація відпочинку та відновлення: Забезпечення можливостей для фізичного та психологічного розвантаження. Своєчасне виявлення ознак стресу та надання підтримки: Уважність до психологічного стану підлеглих. Проведення бесід та виховних заходів: Підвищення бойового духу та мотивації. Забезпечення необхідних ресурсів та умов для виконання завдань: Зменшення організаційних стрес-факторів.

Використання сучасних технологій у професійно-психологічній підготовці:

Віртуальна реальність (VR) та доповнена реальність (AR): Створення високореалістичних симуляцій екстремальних ситуацій для відпрацювання навичок без реальної загрози. Інтерактивні навчальні програми та платформи:

Надання доступу до теоретичних матеріалів, тренінгів та тестів у зручному форматі. Біофідбек-технології: Навчання саморегуляції фізіологічних реакцій на стрес (серцевий ритм, дихання, м'язова напруга).

Мобільні додатки для самодопомоги: Надання інструментів для управління стресом, покращення сну та емоційного стану. Системи моніторингу психологічного стану: Використання сенсорів та аналітичних інструментів для раннього виявлення ознак стресу та перевтоми. Гейміфікація навчального процесу: Підвищення мотивації та залученості особового складу.

*Гречаний Вячеслав,
викладач кафедри тактики та
тактико-спеціальної підготовки
Київський інститут Національної гвардії України*

ЗАСТОСУВАННЯ АЕРОСТАТІВ ДЛЯ ПОШИРЕННЯ ЗОНИ РАДІОПОКРИТТЯ РАДІОСИСТЕМ СИЛ ОБОРОНИ УКРАЇНИ

В умовах агресії російської федерації проти України стале забезпечення функціонування інформаційних систем та систем зв'язку є критичним завданням як для цивільних так і для військових комунікацій.

Сучасні цифрові системи, які побудовані на технологіях безпроводових з'єднань, переважно використовують УКХ-радіодіапазон та внаслідок цього, мають обмежений радіус дії, що обумовлено рельєфом місцевості, щільністю міської забудови та іншими фізичними перешкодами для розповсюдження радіохвиль. При стаціонарному розміщенні ретрансляторів УКХ-радіосистем на місцевості безпосередньо поблизу лінії зіткнення військ потрібно також враховувати такі негативні фактори, як вплив засобів розвідки противника і як наслідок можливість ураження елементів системи вогневими засобами або їх придушення за допомогою засобів радіоелектронної боротьби (РЕБ). Треба враховувати також необхідність цілодобового забезпечення радіозасобів автономним електроживленням, а це, в свою чергу, потребує вирішення питань захисту особового складу, що забезпечує їх роботу, від засобів вогневого ураження противника та додаткового логістичного забезпечення.

Одним із перспективних рішень щодо збільшення радіусу дії ретрансляторів різноманітних радіосистем є застосування аеростатів як мобільних платформ для їх розміщення.

У найближчий час застосування аеростатних систем в районах ведення бойових дій, на базі яких розміщуються різноманітні засоби зв'язку та моніторингу обстановки, може стати незамінним інструментом для забезпечення сталого зв'язку на полі бою, ведення розвідки, коригування вогню і спостереження за великими за обсягом територіями.

Ефективність застосування аеростатних платформ досягається їх спроможністю підіймати корисне навантаження на значні висоти та знаходитись у повітрі тривалий час.