

УДК 355.23:159.9

DOI 10.37972/chgpu.2025.127.2.009

Г. Л. Драндров¹, Н. Н. Кисанов²

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПСИХИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ К ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

¹*Чувашский государственный педагогический университет
им. И. Я. Яковлева, г. Чебоксары, Россия*

²*Чебоксарский техникум транспортных и строительных технологий,
г. Чебоксары, Россия*

Аннотация. Актуальность исследования обусловлена необходимостью и высокой значимостью психической готовности военнослужащих и воинского подразделения к служебной деятельности в экстремальных условиях. В работе представлен разработанный авторами комплекс организационно-методических условий боевой подготовки, включающий следующие аспекты: ознакомление военнослужащих с боевыми стресс-факторами, с которыми они могут столкнуться при несении службы; обучение действиям в ситуациях осознаваемой опасности; развитие навыков мобилизации психофизических ресурсов; формирование командного духа; моделирование экстремальных условий и содержания служебно-боевой деятельности; соответствие психических и физических нагрузок уровню готовности военнослужащих к деятельности в экстремальных ситуациях; профилактика девиантного поведения, организация индивидуальной работы с военнослужащими, склонными к отклонениям; опора на морально-ценностные ориентиры для повышения мотивации к исполнению воинского долга; личный пример и гуманное отношение командира к подчиненным. Приведены результаты педагогического эксперимента с участием 17 новобранцев в течение 6 месяцев после прибытия в подразделение. Установлено, что организация боевой подготовки военнослужащих с учетом разработанного авторами комплекса организационно-методических условий обеспечивает существенное повышение адаптивности, эмоциональной стабильности, стрессоустойчивости, готовности к риску и значительное снижение личностной и ситуативной тревожности бойцов и способствует росту уровня групповой сплоченности воинского подразделения.

Ключевые слова: *военнослужащие, психическая готовность, экстремальные условия, свойства личности, организационно-методические условия*

G. L. Drandrov¹, N. N. Kisapov²

ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL CONDITIONS FOR THE FORMATION OF MENTAL READINESS OF MILITARY PERSONNEL TO WORK IN EXTREME CONDITIONS

¹*I. Yakovlev CHSPU, Cheboksary, Russia*

²*Cheboksary College of Transport and Construction Technologies,
Cheboksary, Russia*

Abstract. The relevance of the work is due to the need to resolve the contradiction between the high importance of the mental readiness of military personnel and military units for the activity in extreme conditions, and the insufficient scientific development of the complex of organizational and methodological

conditions of combat training that ensure the formation of this readiness. The paper presents a set of organizational and methodological conditions of combat training developed by the authors: familiarization of military personnel with combat stress factors that they may encounter while on duty; training to deal with situations of perceived danger; formation of skills for mobilizing psychophysical resources in extreme situations; formation of team spirit; modeling of extreme conditions and the content of service and combat activities; compliance of mental and physical loads with the level of mental and physical readiness of military personnel for activities in extreme conditions; prevention of deviant behavior, organization of individual work with military personnel prone to deviant behavior; reliance on moral and value orientations to increase motivation to perform military duty; personal example and humane attitude of the commander to subordinates. The results of a pedagogical experiment involving 17 military recruits in the period of 6 months after arrival in the unit are presented. It has been established that the organization of combat training of military personnel, taking into account the complex of organizational and methodological conditions developed by the authors, provides a significant increase in adaptability, emotional stability, stress resistance, risk tolerance and a significant reduction in personal and situational anxiety. The level of group cohesion of the military unit has significantly increased.

Keywords: *military personnel, mental readiness, extreme conditions, personality traits, organizational and methodological conditions*

Введение. В традициях российских вооруженных сил особая роль отводится формированию психических качеств военнослужащих и всего подразделения, поскольку от их морально-психологического состояния во многом зависит успех в современном бою [11], [12]. Выдающийся представитель отечественной военной педагогики генерал М. И. Драгомиров отмечает, что «воспитание солдата должно быть поставлено выше образования и потому должно обращать на себя преимущественное и ежеминутное внимание его руководителей» [3]. Проблема успешной реализации воспитательных задач солдат-новобранцев приобретает особую актуальность и высокую практическую значимость во время проводимой нашей страной специальной военной операции.

Воспитательная работа с личным составом и формирование психической готовности военнослужащих осуществляется в соответствии с приказом МО РФ № 79 от 28.02.2005 г. «О совершенствовании системы воспитательной работы в Вооруженных Силах Российской Федерации» [10] и Уставом внутренней службы ВС РФ с изменениями на 2023 год [9].

В структуре психической готовности военнослужащих к деятельности в экстремальных условиях отечественными исследователями выделяются такие личностные факторы, как сильная и устойчивая мотивация, побуждающая к осуществлению указанной деятельности; эмоциональная устойчивость к действию стресс-факторов; решительность, обуславливающая своевременность принятия жизненно важных решений; способность к адаптации к изменяющимся условиям; умение работать в команде; владение приемами психической саморегуляции психических состояний с высоким уровнем нервно-психической напряженности ([2], [6], [8]).

В работах зарубежных ученых также подчеркивается значимость эмоциональной устойчивости для принятия своевременных и правильных решений в условиях «боевого стресса» ([13], [14]), для повышения эффективности служебной деятельности в экстремальных условиях ([15]).

От организации, качества и эффективности воспитательной работы и боевой подготовки в подразделении, направленной на формирование психической готовности, во многом зависит успех в обучении и воспитании личного состава как в мирное, так и в военное время. Поэтому офицерам-воспитателям приходится постоянно искать наиболее действенные формы, методы, средства, приемы воспитания, с помощью которых осуществляется непосредственное и опосредованное воздействие на воина ([3], [4], [5]). Вместе с тем анализ повседневной практики воспитания, ориентированной на формирование психической

готовности в подразделениях, показывает, что зачастую она носит общий характер, проводится эпизодически и ограничивается реакцией командиров на проступки, совершенные теми воинами, которые вызывают у них беспокойство ([1], [6]).

В связи с этим можно говорить о существовании противоречия между высокой значимостью психической готовности военнослужащих к служебной деятельности в экстремальных условиях и недостаточной научной разработанностью комплекса организационно-методических условий боевой подготовки, обеспечивающих ее формирование.

С учетом содержания данного противоречия целью нашего исследования является определение комплекса организационно-методических условий формирования психической готовности военнослужащих к деятельности в экстремальных условиях.

Актуальность исследуемой проблемы обусловлена необходимостью разрешения противоречия между высокой значимостью психической готовности военнослужащих к служебной деятельности в экстремальных условиях и недостаточной научной разработанностью комплекса организационно-методических условий боевой подготовки, обеспечивающих ее формирование.

Материал и методы исследования. Материалами настоящего исследования выступили концептуальные положения профессионально-деятельностного, культурно-исторического и личностно-ориентированного подходов к организации процесса воспитания; теоретические знания социальной и педагогической психологии, военной педагогики, раскрывающие психологические закономерности и механизмы; содержание, формы, методы, методические приемы и средства организации воспитательного процесса в ходе боевой подготовки воинского подразделения, а также результаты эксперимента. Для решения задач исследования применен комплекс научных методов, включающий теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы по проблеме, методики психодиагностики – опросники Спилбергера–Ханина (STAI), Айзенка (EPI), Басса–Дарки (BDHI), тест Кеттелла (16PF/A), методика определения индекса групповой сплоченности Сишора, а также педагогический эксперимент и методы математической статистики.

Результаты исследования и их обсуждение. Исследование проводилось в три этапа.

На *первом этапе* на основе анализа и обобщения литературных данных и педагогической практики определены сущность воспитания военнослужащих, качественное своеобразие воинского подразделения как малой группы, этапы его становления и развития, социально-психологические факторы эффективности его деятельности, раскрыто содержание психической готовности военнослужащих и воинского подразделения к деятельности в экстремальных условиях.

Цель воспитания военнослужащих состоит главным образом в развитии жизненно важных и морально-боевых качеств, необходимых для выполнения воинского долга, и стремления к личностному саморазвитию и самосовершенствованию. Материальным субстратом рассматриваемого процесса выступает осуществляемая солдатами служебно-боевая деятельность в единстве с взаимодействием с окружающей социальной средой. Содержанием воспитания военнослужащих является совокупность теоретических знаний и положений, норм, традиций, которые должны быть усвоены ими и выступать ведущими мотивами их профессиональной деятельности. Особенность воспитательной работы в армии и на флоте заключается в том, что командирам и офицерам приходится взаимодействовать со взрослыми людьми. Перечислим факторы формирования личности в процессе военной службы – социальная военная среда на макро- и микроуровнях, воспитательная работа, самосовершенствование [2].

Качественное своеобразие воинского подразделения (взвода) как малой группы состоит в следующем: воинское подразделение является внешне организованным; основой его развития выступает осуществляемая им служебно-боевая деятельность; взвод действует

в составе роты и включает в себя отделения, которые, в свою очередь, делятся на расчеты и группы; жизнь и деятельность бойцов регламентируются положениями Устава Внутренней Службы ВС РФ; воспитание и обучение членов данного объединения возложено на командира.

Основным критерием уровня социальной зрелости воинского подразделения как коллектива является отношение его членов к педагогическим требованиям. Развитие взвода проходит в направлении от категорического приказа командира до свободного требования каждого военнослужащего к себе на фоне потребностей группы. Выделяются четыре этапа развития воинского подразделения как коллектива: 1) организационный; 2) этап выделения актива (лидеров группы); 3) этап формирования коллектива; 4) этап его расцвета.

Целью воинского подразделения является силовое противостояние агрессии и действиям противника. Эффективность его деятельности проявляется в достижении этой цели с минимально возможными издержками. Выделяются следующие социально-психологические факторы эффективности деятельности воинского подразделения: численность группы («эффект социальной лени»); длительность ее существования; единоначалие; стиль руководства и неофициального лидерства; индивидуально-групповой уровень военно-профессиональной подготовленности и служебно-боевого опыта; индивидуальная и групповая доминирующая мотивация; межличностные отношения; групповые ценности и нормы; групповая сплоченность; групповая совместимость; групповая поляризация; сработанность. Перечисленные факторы определяют морально-психологическое состояние каждого военнослужащего и коллектива воинского подразделения в целом. Их значимость существенно возрастает с ростом экстремальности условий служебно-боевой деятельности.

Целесообразно разделение экстремальных условий предстоящих действий и решения задач воинскими подразделениями в мирное и военное время. Мирное время отличается использованием невооруженных средств разрешения имеющихся между социальными субъектами противоречий. Воинские подразделения не ведут боевые действия, а занимаются учебно-боевой деятельностью в штатном режиме, она направлена на обучение и воспитание личного состава. В мирное время этот вид деятельности является ведущим. Определяющее воздействие на формирование морально-боевых качеств воинов оказывают предметы боевой подготовки – тактическая, огневая, техническая, специальная, физическая, строевая подготовка. Военное время – это период, когда два государства, группа государств или политические силы внутри одного государства (гражданская война) находятся в состоянии войны. Боевая деятельность представляет собой вид воинской деятельности, который осуществляется в условиях войны. Бой для воина – всегда экстремальная ситуация [7].

Экстремальные условия деятельности воинского подразделения – это условия, угрожающие жизни, здоровью, личностной целостности и благополучию как самого человека, так и значимых для него товарищей ([8], [9]), или условия, субъективно воспринимаемые как таковые. К ним относятся: характер соприкосновения с противником; длительность пребывания; географические и погодные условия; время суток и время года; интенсивность боевых действий в районе деятельности; поддерживающие силы и средства; организация связи и взаимодействия; степень общей подготовки и сплоченности подразделения; способ доставки или высадки воинского подразделения, маршрут выдвижения, общий план действий; осознание уровня готовности взвода (как способность к выживанию и минимизации негативного воздействия).

Типичными стресс-факторами служебно-боевой деятельности являются повседневная напряженная профессиональная деятельность, выполнение задач, связанных с риском,

стрессоры семейной жизни, переживание ответственности за жизнь и здоровье боевых товарищей и мирного населения, за выполнение задачи, изоляция от привычного окружения, вероятность участия в военных действиях.

Психическая готовность военнослужащих к деятельности в экстремальных условиях обуславливается высоким уровнем развития мотивационных, познавательных, эмоциональных и волевых качеств личности, выступающих в совокупности в качестве личностного фактора, который обеспечивает наиболее полную актуализацию его возможностей при решении трудных и сложных задач. Эта готовность складывается из уровня слаженности подразделения, психологического климата в коллективе, глубокого осознания и переживания чувства воинского долга, грамотного сопровождения психологической службы, целеустремленности и дисциплинированности каждого члена группы, убежденности командира в благоприятном исходе действий и уверенности в подчиненном личном составе. Ее формирование осуществляется лично командиром взвода в процессе различных видов боевой подготовки. Он проводит такие виды мероприятий, как мониторинг психологического здоровья воинов, а также психологического климата в малой группе; личная и групповая работа в сотрудничестве с психологом; персональные и групповые беседы; тренинги по управлению стрессом. Деятельность командира направлена на сплочение и слаживание, повышение социально-психологической совместимости, организацию досуга личного состава подразделения, профилактику психотравматизации военнослужащих, обучение приемам саморегуляции психических состояний, самоконтроля и принятия решений в экстремальных ситуациях немедикаментозного обезболивания, оказания первой психологической помощи, выживания в экстремальных условиях.

На **втором этапе** исследования определен комплекс организационно-методических условий повышения эффективности формирования психической готовности военнослужащих и воинского подразделения к деятельности в экстремальных условиях, включающий следующие аспекты: ознакомление взвода с ситуациями, включая боевые стресс-факторы, с которыми воины могут столкнуться при несении службы; обучение действиям в ситуациях осознаваемой опасности; развитие навыков мобилизации психофизических ресурсов; формирование командного духа через внимание командира к требуемым нравственно-ценностным качествам личности каждого из подчиненных; моделирование в случайном порядке наиболее вероятных экстремальных условий и содержания служебно-боевой деятельности с учетом готовности военнослужащих к достижению положительного результата; соответствие психических и физических нагрузок по сложности уровню готовности членов подразделения к решению боевых задач в экстремальных условиях; профилактика девиантного поведения, организация индивидуальной работы с военнослужащими, склонными к отклонениям; опора на морально-ценностные ориентиры для повышения мотивации к исполнению воинского долга через создание социальной, патриотически ориентированной социальной среды, повышение эмоциональной насыщенности и общественной значимости служебной деятельности; личный пример и гуманное отношение командира к подчиненным.

На **третьем этапе** исследования авторами проведен эксперимент, направленный на апробирование процесса формирования психической готовности военнослужащих и воинского взвода к деятельности в экстремальных условиях с учетом разработанного комплекса организационно-методических условий боевой подготовки. В эксперименте приняли участие новобранцы в составе 17 мужчин от 18 до 24 лет из числа прибывших в подразделение бойцов.

Эксперимент проводился в течение 6 месяцев с момента начала несения испытательными военной службы. Уровень развития психических качеств определен с помощью опросников Спилберга–Ханина (STAI), Айзенка (EPI), теста Кеттелла (16PF/A), опросника

Басса–Дарки (BDHI) и методики определения индекса групповой сплоченности Сишора. Достоверность различий между показателями психической готовности, наблюдаемыми у военнослужащих в начале и после завершения эксперимента, рассчитана с применением критерия Пирсона.

В таблице 1 приведено распределение военнослужащих с учетом уровня развития свойств личности, которые являются личностными факторами психической готовности к деятельности в экстремальных условиях (таблица 1).

Таблица 1 – Распределение военнослужащих с учетом уровня развития свойств личности, обуславливающих их психическую готовность к деятельности в экстремальных условиях до и через полгода несения службы в подразделении, кол-во человек, n=17

Свойства личности	Уровень развития						P
	Высокий		Средний		Низкий		
	до	после	до	после	до	после	
Адаптивность	4	10	6	5	7	2	$\leq 0,01$
Тревожность личностная	3	1	11	9	3	7	$\leq 0,05$
Тревожность ситуативная	7	3	8	11	2	3	$\leq 0,05$
Эмоциональная стабильность	3	9	9	8	5	0	$\leq 0,01$
Стрессоустойчивость	3	10	8	7	6	0	$\leq 0,01$
Коммуникативные навыки	5	7	7	7	5	3	$\geq 0,05$
Агрессивность	–	0	10	6	7	11	$\geq 0,05$
Враждебность	2	0	4	2	11	15	$\geq 0,05$
Готовность к риску	5	11	6	3	6	3	$\leq 0,01$
Лидерские качества	6	8	4	5	7	4	$\geq 0,05$
Групповая сплоченность	–	15	3	2	14	0	$\leq 0,01$

Установлено, что реализация разработанного нами комплекса организационно-методических условий формирования психической готовности в процессе различных видов боевой подготовки обеспечила существенное повышение уровня развития большинства изучаемых свойств личности и уровня групповой сплоченности воинского подразделения.

В частности, отметим, что большинство бойцов адаптировались к экстремальным условиям служебно-боевой деятельности, о чем свидетельствуют высокий и средний уровни развития этого личностного качества, которые наблюдаются у 15 из 17 человек (88 %).

Выделяется доля лиц с низким и средним уровнями тревожности, что является оптимальным для деятельности в экстремальных условиях (более 60 % от общего числа, что существенно выше, чем при поступлении в подразделение).

14 человек из 17 (84 %) отличаются низким и средним уровнями ситуативной тревожности, что значительно выше показателей, наблюдаемых в начале эксперимента (60 %). Обращают внимание позитивные сдвиги в уровне развития эмоциональной стабильности и стрессоустойчивости. Через полгода несения службы в подразделении доля лиц с высоким и средним уровнями развития этих качеств увеличилась до максимума (100 %).

Не наблюдались существенные изменения в уровне развития коммуникативных навыков – как в начале, так и в конце эксперимента большинство военнослужащих отличались высоким и средним уровнями их развития (60 % и 72 % соответственно).

Доля лиц с высоким уровнем агрессивности и враждебности при поступлении в подразделение была незначительной (0,0 и 12 %). За полгода несения службы произошло незначительное увеличение военнослужащих со средним и низким уровнями развития враждебности (от 90 до 100 %). Часть лиц, которые отличались средним и низким уровнями агрессивности, составляла в начале эксперимента 100 % и за полгода несения службы не изменилась.

Если в начале эксперимента только 5 человек (30 %) характеризовались высоким уровнем готовности к риску, то через полгода несения службы их доля увеличилась почти вдвое – до 11 человек (66 %).

Количество человек с высоким и средним уровнями развития лидерских качеств при поступлении в подразделение составляло 10 человек (60 %) и незначительно увеличилось к концу эксперимента – до 13 человек (78 %). Наиболее существенные изменения наблюдались в уровне группой сплоченности – от нулевого значения в начале эксперимента до 88 % после его завершения.

Выводы. Организация боевой подготовки военнослужащих с учетом разработанного авторами комплекса организационно-методических условий обеспечивает существенное повышение у военнослужащих уровня развития таких личностных качеств, как адаптивность, эмоциональная стабильность, стрессоустойчивость, готовность к риску, и значительное снижение уровня личностной и ситуативной тревожности. Существенно увеличивается уровень групповой сплоченности. Эти позитивные изменения в уровне развития свойств личности, безусловно, обеспечивают повышение психической готовности военнослужащих и воинского подразделения в целом к решению служебно-боевых задач в экстремальных условиях.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Алехин И. А.* Теория и практика воспитания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации : учеб. пособие. – М. : Академия, 2015. – 345 с.
2. *Бондаренко В. С.* Психология экстремальной деятельности // Психология и педагогика. – 2023. – № 4. – С. 45–58.
3. *Драгомиров М. И.* Избранные труды. Вопросы воспитания и обучения войск. – М. : Воениздат, 1956. – 620 с.
4. *Кармаев А. Ю.* Реализация метода убеждения в воспитании военнослужащих частей и подразделений войск национальной гвардии Российской Федерации : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. – М., 2018. – 24 с.
5. *Коротких Д. Е., Шабанов А. Г.* Моделирование профессиональной деятельности военнослужащих контрактной службы в военно-педагогическом процессе учебных подразделений войск национальной гвардии Российской Федерации [Электронный ресурс] // Гуманитарные проблемы военного дела. – 2020. – № 2(23). – С. 187–190. – URL : <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45746241> (дата обращения: 05.10.2023).
6. *Куликов А. Г.* Психологическое сопровождение боевой подготовки военнослужащих. – М. : Воениздат, 2022. – 231 с.
7. *Лобжа М. Т., Антрофиков С. А., Федоров И. Г., Рустамханов З. Р.* Эмоционально-волевая устойчивость как фундаментальная основа психологической подготовки военнослужащих средствами физической подготовки // Актуальные проблемы физической и специальной подготовки силовых структур. – 2021. – № 1. – С. 220–224.
8. *Мартынов В. И.* Психология экстремальной деятельности. – СПб. : Питер, 2021. – 176 с.
9. *Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации с Уставом военной полиции: с изменениями на 2023 год [Офиц. изд.].* – М. : Эксмо, 2023. – 477 с.
10. Приказ МО РФ «О совершенствовании системы воспитательной работы в Вооруженных Силах Российской Федерации» № 79 от 28 февраля 2005 г.
11. *Соломатин Е. В.* Формирование психологической готовности в процессе боевой подготовки [Электронный ресурс] // Гуманитарные проблемы военного дела. – 2020. – № 2(23). – С. 204–207. – URL : <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45746245> (дата обращения: 05.10.2023).
12. *Тукачева Т. П.* Современные методы коррекции и профилактики стрессовых состояний курсантов в период адаптации к обучению в военном вузе [Электронный ресурс] // Приоритетные направления развития системы военного образования. – Пермь : Изд-во Пермского военного института войск национальной гвардии, 2018. – С. 354–361. – URL : <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=35374390&pf=1> (дата обращения: 05.10.2023).
13. *Mullen B., Hu L.* The impact of stress exposure on decision-making and performance in military personnel // *Journal of Military Psychology.* – 2014. – No 26(3). – P. 177–192.
14. *Henneman A., Kranenburg H.* Coping with combat stress: Psychological resilience in military personnel // *Journal of Traumatic Stress.* – 2010. – No 23(4). – P. 421–428.
15. *Goleman D.* Emotional Intelligence and the Military: Developing Mental Toughness // *International Journal of Military Science.* – 2006. – No 10(2). – P. 37–50.

Статья поступила в редакцию 13.05.2025

REFERENCES

1. Alekhin I. A. Teoriya i praktika vospitaniya voennosluzhashchih Vooruzhennyh Sil Rossijskoj Federacii : ucheb. posobie. – M. : Akademiya, 2015. – 345 s.
2. Bondarenko V. S. Psihologiya ekstremal'noj deyatel'nosti // Psihologiya i pedagogika. – 2023. – № 4. – S. 45–58.
3. Dragomirov M. I. Izbrannye trudy. Voprosy vospitaniya i obucheniya vojsk. – M. : Voenizdat, 1956. – 620 s.
4. Karmaev A. Yu. Realizaciya metoda ubezhdeniya v vospitanii voennosluzhashchih chastej i podrazdelenij vojsk nacional'noj gvardii Rossijskoj Federacii : avtoref. dis. ... kand. ped. nauk : 13.00.01. – M., 2018. – 24 s.
5. Korotkih D. E., Shabanov A. G. Modelirovanie professional'noj deyatel'nosti voennosluzhashchih kontraktnoj sluzhby v voenno-pedagogicheskom processe uchebnyh podrazdelenij vojsk nacional'noj gvardii Rossijskoj Federacii [Elektronnyj resurs] // Gumanitarnye problemy voennogo dela. – 2020. – № 2(23). – S. 187–190. – URL : <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45746241> (data obrashcheniya: 05.10.2023).
6. Kulikov A. G. Psihologicheskoe soprovozhdenie boevoj podgotovki voennosluzhashchih. – M. : Voenizdat, 2022. – 231 s.
7. Lobzha M. T., Antrofikov S. A., Fedorov I. G., Rustamhanov Z. R. Emocional'no-volevaya ustojchivost' kak fundamental'naya osnova psihologicheskoj podgotovki voennosluzhashchih sredstvami fizicheskoj podgotovki // Aktual'nye problemy fizicheskoj i special'noj podgotovki silovyh struktur. – 2021. – № 1. – S. 220–224.
8. Martynov V. I. Psihologiya ekstremal'noj deyatel'nosti. – SPb. : Piter, 2021. – 176 s.
9. Obshevoinskie ustavy Vooruzhennyh Sil Rossijskoj Federacii s Ustavom voennoj policii: s izmeneniyami na 2023 god [Ofic. izd.]. – M. : Eksmo, 2023. – 477 s.
10. Prikaz MO RF «O sovershenstvovanii sistemy vospitatel'noj raboty v Vooruzhennyh Silah Rossijskoj Federacii» № 79 ot 28 fevralya 2005 g.
11. Solomatin E. V. Formirovanie psihologicheskoj gotovnosti v processe boevoj podgotovki [Elektronnyj resurs] // Gumanitarnye problemy voennogo dela. – 2020. – № 2(23). – S. 204–207. – URL : <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=45746245> (data obrashcheniya: 05.10.2023).
12. Tukacheva T. P. Sovremennye metody korekcii i profilaktiki stressovyh sostoyanij kursantov v period adaptacii k obucheniyu v voennom vuze [Elektronnyj resurs] // Prioritetnye napravleniya razvitiya sistemy voennogo obrazovaniya. – Perm' : Izd-vo Permskogo voennogo instituta vojsk nacional'noj gvardii, 2018. – S. 354–361. – URL : <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=35374390&pf=1> (data obrashcheniya: 05.10.2023).
13. Mullen B., Hu L. The impact of stress exposure on decision-making and performance in military personnel // Journal of Military Psychology. – 2014. – No 26(3). – P. 177–192.
14. Henneman A., Kranenburg H. Coping with combat stress: Psychological resilience in military personnel // Journal of Traumatic Stress. – 2010. – No 23(4). – P. 421–428.
15. Goleman D. Emotional Intelligence and the Military: Developing Mental Toughness // International Journal of Military Science. – 2006. – No 10(2). – P. 37–50.

The article was contributed on May 13, 2025

Сведения об авторах

Драндров Герольд Леонидович – доктор педагогических наук, профессор кафедры теории и методики физической культуры и спорта Чувашского государственного педагогического университета им. И. Я. Яковлева, г. Чебоксары, Россия, <https://orcid.org/0000-0002-2214-270X>, gerold49@mail.ru

Кисапов Николай Николаевич – кандидат педагогических наук, доцент, руководитель физического воспитания Чебоксарского техникума транспортных и строительных технологий, г. Чебоксары, Россия, <https://orcid.org/0009-0004-4093-7997>, kisapov_nik@mail.ru

Author Information

Drandrov, Gerold Leonidovich – Doctor of Pedagogics, Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, I. Yakovlev CHSPU, Cheboksary, Russia, <https://orcid.org/0000-0002-2214-270X>, gerold49@mail.ru,

Kisapov, Nikolay Nikolaevich – Candidate of Pedagogics, Associate Professor, Head of the Physical Education, Cheboksary College of Transport and Construction Technologies, Cheboksary, Russia, <https://orcid.org/0009-0004-4093-7997>, kisapov_nik@mail.ru