

На сучасному етапі Україна переходить до створення більш удосконаленої моделі системи ТрО, яка формується на практичному досвіді відбиття збройної агресії рф. Невипадково, у нещодавно затвердженій Президентом України «Доктрині застосування Сил оборони держави» зазначено, що територіальна оборона відноситься вже не до форми стратегічних дій ЗС України, а до одної із форм стратегічного застосування Сил оборони держави, що передбачає їх тісну координацію дій та взаємодію при виконанні широкого кола оборонних заходів.

**УДК 159.9:355.48:796**

**Жогло О.В.**, викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах Національного університету цивільного захисту України, м. Черкаси

**Жогло В.М.**, старший викладач кафедри пожежно-рятувальної та фізичної підготовки Національного університету цивільного захисту України, м. Черкаси, майор служби цивільного захисту

## **КОМПЛЕКСНА МОДЕЛЬ ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ КАДРІВ СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ: ПСИХОЛОГІЧНІ ТА ФІЗИЧНІ АСПЕКТИ**

Комплексний підхід до формування стресостійкості у майбутніх фахівців сектору безпеки є надзвичайно актуальним, зважаючи на зростання вимог до професійної готовності кадрів в умовах воєнних конфліктів, кризових та екстремальних ситуацій. Надійність і результативність професійної діяльності фахівців сектору безпеки значною мірою зумовлюється їхньою здатністю зберігати психологічну стабільність і підтримувати високий рівень функціональної готовності в умовах підвищеної стресогенності. У цьому контексті формування стресостійкості виступає однією з ключових складових професійної підготовки, що потребує поєднання психологічних і фізичних чинників.

Аналіз сучасних наукових досліджень українських вчених підтверджує, що інтеграція психологічних методик із фізичною підготовкою значно підсилює процес розвитку здатності до адаптації в умовах високої емоційної та фізичної напруги. Зокрема, у працях І.Я. Шевченко висвітлено значення кризових психологічних тренінгів, що формують у фахівців навички контролю емоційного стану, саморегуляції та адаптації до нестандартних і небезпечних ситуацій. О.В. Черняков у своїх дослідженнях, підкреслює ефективність застосування когнітивно-поведінкових методик та релаксаційних технік для підвищення стресостійкості, що виявляється особливо актуальним у підготовці кадрів сектору безпеки, які опиняються під тривалою дією стресових факторів.

Паралельно з психологічними аспектами фізична підготовка є незамінним інструментом підвищення загальної стійкості організму, зниження рівня тривожності та покращення емоційного стану, про що свідчать дослідження О.Г. Гнидюка та Н.П. Пазюри. Вони наголошують, що систематичне фізичне навантаження сприяє не лише зміцненню фізичних якостей, а й позитивно впливає на нейрохімічні процеси, які визначають рівень психічної стійкості.

У сучасних програмах підготовки кадрів сектору безпеки доцільно впроваджувати інтегровані тренінги, які поєднують психоемоційні вправи та фізичні навантаження, що взаємно підсилюють ефект один одного. Такий підхід сприяє підвищенню адаптаційних можливостей організму, покращенню здатності до швидкого відновлення після стресових впливів, а також забезпеченню стабільної працездатності в умовах підвищеного ризику та небезпеки. Особливої уваги потребує індивідуалізація навчальних програм з урахуванням психофізіологічних особливостей кожного, що підвищує ефективність професійної підготовки та мінімізує ризики розвитку емоційного вигорання. Удосконалення міждисциплінарної співпраці між психологами, інструкторами фізичної підготовки та медичними працівниками створює умови для комплексного супроводу фахівців у процесі навчання та подальшої діяльності.

Таким чином, формування стресостійкості у майбутніх фахівців сектору безпеки та оборони на основі комплексного підходу є стратегічно важливим завданням, що забезпечує не лише ефективність професійної діяльності, а й сприяє збереженню психофізіологічного здоров'я персоналу.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці та впровадженні інтегрованих програм професійної підготовки, адаптованих до індивідуальних особливостей здобувачів освіти, з використанням сучасних технологій моніторингу психофізіологічного стану, зокрема біоімпедансного аналізу та засобів віртуальної реальності. Актуальним напрямом є також вивчення довгострокового впливу таких тренінгів на професійну ефективність і стресостійкість працівників у реальних умовах служби, що сприятиме подальшій оптимізації системи підготовки кадрів та підвищенню рівня національної безпеки.

**УДК 355.426.4**

**Іващенко С.М.**, доцент кафедри права Національної безпеки та правової роботи Військово-юридичного інституту Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого, полковник

## **ГАРМОНІЗАЦІЯ ПРАВОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ З МІЖНАРОДНИМИ СТАНДАРТАМИ: ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

В умовах повномасштабного військового протистояння та євроатлантичної інтеграції України питання гармонізації правового забезпечення діяльності Збройних Сил України з міжнародними стандартами набуває особливої актуальності. Дія правового режиму воєнного стану, встановленого Законом України «Про правовий режим воєнного стану», створює специфічні умови для