

Сергиевская Ирина Леонидовна, кандидат педагогических наук, доцент,

профессор кафедры иностранных языков,

Филиал Военной академии материально-технического обеспечения, г. Пенза

Погонец Степан Николаевич, курсант,

Филиал Военной академии материально-технического обеспечения, г. Пенза

СТРЕСС: РОЛЬ ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ФАКТОРА В БОЮ

Аннотация: В статье описываются подходы к пониманию сущности стресса в боевых условиях. Характеризуется состояние военнослужащих в условиях боевой обстановки. Описываются приемы коррекции стрессового состояния военнослужащих со стороны командира. Отмечается, что стиль управления и создание командиром благоприятного морально-психологического климата служат основой боеготовности воинского подразделения, способствуют снижению негативных последствий стресса у подчиненных.

Ключевые слова: боевая обстановка, стресс, боевая усталость, командир, стиль управления, приемы коррекции стресса.

Abstract: The article describes approaches to understanding the essence of stress in combat conditions. The condition of military personnel in a combat situation is characterized. The methods of correcting the stress state of military personnel by the commander are described. It is noted that the management style and the creation of a favorable moral and psychological climate by the commander serve as the basis for the combat readiness of a military unit, contribute to reducing the negative effects of stress on subordinates.

Keywords: combat situation, stress, combat fatigue, commander, management style, stress correction techniques.

Меняющийся облик войны ставит перед нашей армией особые задачи. Из-за сложности мировой обстановки мы должны быть готовы к реагированию на все негативные факторы вооруженных конфликтов. Точно так же, как изменилась наша военная стратегия, вооружение и структура вооруженных сил, изменились и наши противники. Кардинально изменились и характеристики современного боя.

Больше, чем когда-либо, сегодня нужны компетентные и уверенные в себе солдаты, командиры и подразделения, чтобы справиться с вызовами современных вооруженных конфликтов [1].

Понимание человеческого фактора в бою поможет нам побеждать в ситуациях, когда мы можем оказаться в меньшинстве или столкнуться с противником, обладающим превосходством в вооружении и технике. Это понимание в равной степени важно и тогда, когда мы знаем, что у нас будет лучше оснащение, чем у противника, но сталкиваемся с борьбой принципов и идеологий. В любой обстановке мы сможем добиться успеха только в том случае, если у нас будут лучше подготовленные командиры, чем у противника [3].

Интенсивность войны настолько велика, что стресс в бою требует особого внимания. В этой статье мы расскажем о таком человеческом факторе, как стресс в бою – как он влияет на солдат и что вы как будущий командир сможете сделать, чтобы подготовиться к нему и справиться с ним.

Есть старая поговорка «в бою все боятся», над ней стоит поразмыслить.

Стресс – это реакция организма на внешние испытания. Испытания могут быть физическими (холод, травма, болезнь) или психическими (страх, конфликт, давление). Стресс также возникает, когда солдаты думают, что они не могут преодолеть трудности, с которыми могут столкнуться. Иногда солдаты переоценивают сложность задачи, а иногда недооценивают свои способности. Командир должен использовать свой опыт и знания, чтобы дать подчиненным лучшее представление о способах выполнения задачи и уверенность в их реальных способностях.

Стресс обычно рассматривается как разрушительная сила, которая вредит

эффективности в бою. Это верно лишь частично. Если уровень стресса не слишком высок, он даже может быть положительным и повысить активность. Стресс действительно может помочь солдатам достойно встретиться с болезненными ситуациями и преодолеть их. Он также может стать силой, которая мотивирует солдат действовать самоотверженно и героически в бою.

Однако стресс может снизить работоспособность солдата, если его интенсивность велика. Стресс является проблемой только тогда, когда он отрицательно влияет на производительность. Высокий стресс снижает боевую активность за счет снижения морального духа солдат и приводит к потерям на поле боя.

Для командиров испытывать страх так же нормально, как и для молодых солдат, поэтому не думайте, что вы должны скрывать это от своих подчиненных. Скажите своим подчиненным, что вы также испытываете страх, когда думаете о том, с чем вы встретитесь в бою, но не позволяйте страху мешать вам выполнять свои обязанности командира. Вы должны дисциплинировать себя и быть примером того, что нужно делать, когда кто-то боится. Командиры, которые не могут контролировать себя или страдают нерешительностью, невольно заставляют своих солдат терять уверенность.

Солдаты должны быть уверены в командире, чтобы добиться успеха. Солдаты, которым не хватает уверенности в своих командирах, неохотно реагируют на приказы. Потеря доверия разрушительно сказывается на моральном состоянии, снижая эффективность на поле боя и еще больше увеличивая стресс [2].

Боевая усталость – это психоневротическая реакция, которая может развиваться у человека в результате стресса в боевой обстановке. Каждый человек обладает разной способностью лично справляться с травматическим стрессом независимо от того, является ли он результатом внешнего физического фактора, такого как внешняя угроза (враг) или внутреннего фактора (страх за свою жизнь, чувство вины за то, что должен убить). Умственная и физическая подготовка помогает солдатам переносить стресс, но страх и другие неприятные чувства,

естественно, будут присутствовать до, во время и после боя. Командир не может заранее определить, будут ли солдаты сопротивляться или поддадутся усталости от боя. Есть признаки боевой усталости, которые командир должен знать.

Показатели боевой усталости могут отличаться у разных солдат. Командир должен постоянно следить за этими показателями и делать все, чтобы помочь солдатам до того, как они станут уставать. Есть приемы, которые вы как командир можете использовать, чтобы защитить себя и своих солдат от усталости в бою. Убедитесь, что ваши солдаты знают, на что они способны. Жесткое, требовательное, реалистичное обучение повысит их уверенность в себе, в своем воинском подразделении, в командирах и используемом вооружении. Держите своих подчиненных в курсе боевой ситуации и не позволяйте своим солдатам преувеличивать возможности противника или сложность предстоящей боевой задачи.

Используйте процесс анализа действий после выполнения каждой боевой задачи, чтобы дать подчиненным понимание того, что поможет подразделению при выполнении следующей боевой задачи, ваши солдаты должны быть вовлеченными в общее дело.

Помогите своим солдатам обсудить свои проблемы, если дома или в подразделении у них проблемы. Разработайте и обеспечьте соблюдение плана сна, чтобы предоставить каждому возможность отдохнуть. Помните и о том, что вам, командирам, тоже нужен сон, чтобы вы могли принимать разумные, своевременные решения [2].

Постоянный стресс, связанный не только с боем, но и ожиданием боя, изматывает солдат морально и физически; это также может привести к боевой усталости. Хотя эмоционально-этическая сторона жизни, такая как чувствительность солдат, менее заметна, она не менее опасна, и она может ухудшаться. События прошедшего боя, где солдатам пришлось убивать, могут стать для некоторых чувствительных солдат неприятным напоминанием о необходимости соблюдения этических норм человеческого общества. Перемещение подразделения в зону меньшего риска или отдых подразделения

примерно на 48 часов могут значительно уменьшить серьезные последствия стресса. Возможно, вам не хватит полномочий принимать такие решения, когда ваше подразделение будет выведено из боя, но именно вы несете моральную ответственность за то, чтобы своевременно сообщить вышестоящему начальнику, что ваше подразделение нуждается в отдыхе.

Во время боевых действий будут потери, которые потребуют замены солдат. Вы должны обязательно приветствовать при введении новых солдат в подразделение и лично познакомиться с ними. Новые солдаты испытывают дополнительный стресс из-за того, что не знакомы с вами как с командиром и другими солдатами в подразделении. Вы несете ответственность за то, чтобы как можно быстрее научить их тому, как действует подразделение, и помочь им почувствовать себя частью команды.

Возможно, самое важное, что вы можете сделать для своих солдат в сложной боевой ситуации – это выглядеть спокойными и владеющими собой. Ваши солдаты будут следовать вашим четким инструкциям и учиться концентрироваться на непосредственной задаче подразделения.

Попросите солдат сосредоточиться на хорошо выученной задаче или упражнении и следовать инструкциям. Не только думайте об успехе операции, но и вслух говорите об этом. Попросите своих солдат сделать то же самое [2].

Помните, что боевая усталость – это нормально. Убедитесь, что ваши солдаты понимают это и способны распознать ее в себе и других. Всегда оставайтесь «на связи» с солдатами; разговаривайте с ними. Когда появляются слухи об усталости, изучайте факты; не делайте поспешных выводов. Уменьшайте беспокойство своих солдат и повышайте их душевное равновесие, держа их в курсе событий.

Не удивляйтесь и не волнуйтесь, если появятся какие-то признаки боевой усталости (например, нервозность и плохие сны). Помогите солдатам понять, что это нормальное человеческое поведение.

Выводы

Интенсивность боевых действий настолько высока, что даже самые

подготовленные могут временно утратить способность действовать из-за стресса. Стресс – это реакция организма на внешние вызовы. Обычно он считается разрушительным, но может быть и положительным и даже повышать боеготовность, если его интенсивность не слишком высока. Негативная реакция на стрессы на поле боя называется боевой усталостью. Боевая усталость – это совершенно нормальное явление, и ее могут распознать командиры, которые знают, на какие ее показатели следует обращать внимание.

Поскольку солдаты внимательно следят за своими командирами в поисках признаков их паники или потери уверенности, вы должны выглядеть и говорить, как можно спокойнее. Следите за появлением симптомов боевой усталости, учите солдат защищаться от нее, поддерживайте их в хорошем физическом и моральном состоянии, обеспечьте им достаточный сон, пищу, воду и т.д. Снятие симптомов боевой усталости может происходить через усиление безопасности месторасположения военнослужащих, улучшение условий их содержания и обеспечение своевременной медицинской и психологической помощи.

Библиографический список:

1. Commander's Handbook for Unit Leader. – Текст: электронный // [сайт]. – URL: <https://themilitaryleader.com/wp-content/uploads/2014/04/Commanders-Handbook-For-Leader-Dev.pdf> (дата обращения: 04.11.2022).
2. Military leadership. – Текст: электронный // [сайт]. – URL: <https://armyoe.files.wordpress.com/2018/03/1990-fm-22-100.pdf> (дата обращения: 05.02.2023).
3. The Guide to Commanders Philosophies. – Текст: электронный // [сайт]. – URL: <https://www.dodreads.com/wp-content/uploads/2019/05/2020-DODReads-Guide-to-Commanders-Philosophies-24-Examples1.pdf> (дата обращения: 10.02.2023).