

УДК 140.8

DOI <https://doi.org/10.24195/spj1561-1264.2023.4.11>**Кадієвська Ірина Аркадіївна**

доктор філософських наук,  
професор кафедри гуманітарних та соціально-економічних дисциплін  
Військової Академії  
вул. Фонтанська дорога, 10, Одеса, Україна  
[orcid.org/0000-0002-3134-8574](https://orcid.org/0000-0002-3134-8574)

**Остапчук Тарас Степанович**

кандидат педагогічних наук, полковник,  
начальник кафедри гуманітарних та соціально-економічних дисциплін  
Військової академії  
вул. Фонтанська дорога, 10, Одеса, Україна  
[orcid.org/0000-0001-7461-5508](https://orcid.org/0000-0001-7461-5508)

## ВИКОРИСТАННЯ МОЖЛИВОСТЕЙ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ДЛЯ РОЗВИТКУ ЛІДЕРСТВА У ВІЙСЬКОВІЙ ОСВІТІ (СОЦІАЛЬНО-ФІЛОСОФСЬКИЙ АСПЕКТ)

*Стаття присвячена соціально-філософському аналізу використання можливостей позитивної психології для розвитку лідерства у військовій освіті.*

*Лідерство представляє сучасний тип управлінської взаємодії, який базується на спонуканні людей до досягнення важливих загально значущих цілей. Сила та примус при лідерстві часто замінюються спонуканням та натхненням. Ефективне лідерство передбачає всебічний самоаналіз та постійний розвиток. Застосування основ позитивної психології з елементами стоїцизму для розвитку лідерства в військовій освіті здатне укріплювати психологічну стресостійкість завдяки культивуванню позитивних установок мужності, радості, задоволення та оптимізму щодо майбутнього. В результаті ретельного аналізу провідних напрямків психологічної підготовки військових, варто зробити висновок про те, що широке застосування позитивної психології та елементів стоїцизму для ефективного лідерства в освіті є науково обґрунтованим, сучасним та перспективним.*

*Застосування позитивної психології та елементів стоїцизму під час психологічної підготовки особового складу є обґрунтованим та виправданим ще й тому, що ефективне виконання військових завдань потребує від бійців розвинених навичок управління стресом завдяки застосуванню таких методів відновлення та саморегуляції, як: аутогенне тренування, медитація, візуалізація, психофізичне тренування, гіпноз, м'язова релаксація, регулярна десенсибілізація та ін.*

*Саме тому важливе значення мають: цікаве дозвілля, перегляд позитивних фільмів, спілкування із природою, соціальна підтримка, доброзичливе дружнє спілкування та ін. Особливе значення має мотиваційно-сенсова сфера військовослужбовців та такі психологічні ресурси як «знаходження сенсу», «переконаність у своїх силах контролювати те, що відбувається», «віра в себе», «віра в свою державу», «кар'єрний зріст», «професійний зріст», «віра в своїх командирів» «готовність активно діяти та долати труднощі», «спогади про свої успіхи в інших областях та ситуаціях» та ін.*

**Ключові слова:** лідерство, позитивна психологія, стрес, стоїцизм, мотивація.

**Вступ.** Сучасне українське суспільство висуває комплекс важливих професійних та морально-етичних вимог до системи військово-професійної підготовки. Відповідно до інструкції з організації психологічної підготовки у Збройних Силах України, затвердженої Наказом Головнокомандувача Збройних Сил України від 23.10.2020 № 173 – психологічна підготовка має досягатись шляхом розвитку у військовослужбовців позитивної мотивації через навчання їх ефективним прийомам психологічної саморегуляції, зняття негативних психологічних станів

та укріплення позитивних психологічних установок. У зв'язку із цим особливою актуальності, а також наукової та практичної значущості набуває розробка та обґрунтування нової концепції морально-психологічної підготовки особового складу, його здатності переносити фізичні та психологічні навантаження, здатність долати страх, протидіяти руйнівним впливам стресових факторів, зберігаючи оптимізм та волю до перемоги.

**Мета і завдання.** Враховуючи вищезазначене в сучасній військовій освіті необхідна така позитивна робоча атмосфера, в якій між усіма учасниками освітнього процесу встановлюються доброзичливі стосунки злагоди, взаємопорозуміння та взаємоповаги.

Отже, метою даної статті є соціально-філософський аналіз використання можливостей позитивної психології для розвитку лідерства в військовій освіті.

Для реалізації поставленої мети необхідно вирішити наступні завдання:

- визначення особливостей лідерства як сучасного типу управлінської взаємодії;
- з'ясування причин ефективної діяльності лідера;
- встановити риси сучасного лідера;
- проаналізувати можливості сучасної позитивної психології у розвитку лідерства.

**Виклад основного матеріалу.** Підготовка успішних, сучасних, сміливих, розвинених, витривалих та впевнених кадрів для Збройних сил України є об'єктивним та визнаним державним пріоритетом нашого сьогодення. Це має бути справжня національна еліта, лідери з високим рівнем інтелектуального, фізичного, психологічного та морального розвитку.

Лідерство являє собою сучасний тип управлінської взаємодії, що базується на спонуканні людей до досягнення важливих загально значущих цілей. Сила та примус при лідерстві часто замінюються спонуканням та натхненням. Ефективність діяльності лідера значною мірою залежить від посилення психологічних та моральних основ, які ґрунтуються на позитивних цінностях. Справжній лідер стає привабливим для товаришів по службі завдяки умінню бачити те, що буде досягнуто в результаті його зусиль та зусиль його колег. Справжній лідер володіє здатністю ділити свою владу з товаришами та робити їх частиною загальної справи, а не сліпими виконавцями.

В сучасних умовах ефективно лідерство, це не залізна рука, а висока чутливість до потреб товаришів по службі, яка виявляється в їх розвитку, в наданні їм допомоги в досягненні особистих цілей. Ефективно лідерство передбачає всебічний самоаналіз та постійний розвиток. Справжні лідери обов'язково ставлять перед собою важливі світоглядні запитання: як можна підвищити стійкість в складних та небезпечних умовах тривалої нервово-психологічної напруги, як допомогти собі та товаришам зберегти оптимізм та волю до перемоги, яким чином можна успішно долати труднощі, пов'язані з виконанням службового обов'язку як в мирний, так і в воєнний час та ін.

Застосування основ позитивної психології з елементами стоїцизму для розвитку лідерства в військовій освіті здатне укріплювати психологічну стресостійкість завдяки культивуванню позитивних установок мужності, радості, задоволення та оптимізму щодо майбутнього. В результаті має відбуватись підвищення мотивації особового складу до розвитку таких цінних якостей, як: сміливість, добродієність, відповідальність, витримка, старанність, дисципліна та ін. В цьому контексті важливо розуміти та усвідомлювати, що позитивна психологія здебільшого побудована на життєстверджуючих психологічних ресурсах людини, актуалізації її внутрішніх резервів, формування позитивного світосприйняття, впевненості в собі, встановленні гармонійних стосунків з іншими людьми та вмінні контролювати себе.

Нові та відповідальні завдання, які постають перед військовою освітою в Україні вимагають зміни мислення та поведінки в умовах надскладних викликів сучасності. Як свідчать численні наукові дослідження бойових дій, противник завжди намагається активно впливати на моральні та психологічні якості військовослужбовців, що є одним із провідних чинників різноманітних негативних наслідків. Але від того, у якої із протидіючих сил позитивні моральні та психологічні установки будуть більш стійкими та сильними, в кінцевому рахунку буде залежати перемога та подальший успіх.

Не випадково, що саме філософія вже давно виборола лідируючі позиції в системі вищої освіти в більшості розвинених країн світу.

Класичними засобами боротьби з різними деструктивними антигуманними ідеологіями завжди були і продовжують залишатися пропаганда та популяризація найвищих гуманістичних моральних цінностей. Основним майданчиком цієї важливої освітянської роботи завжди були вищі навчальні заклади. Виняткова роль філософії у розвитку освіти полягає у вічному пошуку сенсу в житті людини, держави та суспільства. Ще в стародавньому світі людство вже виявило низку вищих духовних потреб, головною з яких безумовно є потреба у набутті сенсу життя. Геніальними філософами давнини були поставлені ті фундаментальні питання філософії, які й сьогодні продовжують залишатися актуальними. Хто така людина? Звідки вона прийшла і куди йде? Чи існує особливе призначення в житті людини? Що таке щастя? У чому сенс життя? Які цінності природи та культури необхідно зберігати та утверджувати? Від чого залежить щастя, благополуччя та процвітання держави та суспільства?

Про важливість загартовувати дух воїнів розмірковували ще провідні мислителі стародавнього світу. Стоїцизм має репутацію філософії для складних часів, а війна є одним з найтяжчих суспільних випробувань. Відомо, що серед філософів-стоїків були представники військових чинів. Марк Порцій Катон був давньоримським військовим, а також філософом-стоїком. Мислитель пропагував суворий, високо дисциплінований уклад життя. На перше місце він ставив розвиток у воїнів таких якостей, як: сміливість, стійкість, витривалість та оптимізм. Марк Аврелій Антонін, відомий у всьому світі римський імператор не тільки захищав імперію від набігів варварів, але й був одним із найвидатніших стоїків в історії людства. Недарма Марк Аврелій ще за життя був поіменований «філософом на троні». У своєму щоденнику Марк Аврелій писав: «Як римлянин і муж щомиті і щосили дбай про те, щоб, раз уже взяв щось у свої руки – діяти з бездоганною, невдаваною стратегічністю і дружньою приязню, чинити вільно й справедливо». «Чини, говори, мисли як той, хто здатний цієї ж миті попрощатись з життям» [1].

В щоденнику Марк Аврелій залишив чимало глибоких та змістовних сентенцій морально-психологічного характеру. Його палкий інтерес до душі воїнів дозволив імператору-філософу виразити власні уявлення про важливість розвитку психологічної готовності до бою. Як природжений стоїк, Марк Аврелій знову й знову нагадував собі ключові стоїчні максими, розмірковував про людську долю. Сила та глибина філософських міркувань Марка Аврелія стали причиною того, що згодом його особистий щоденник був опублікований під назвою «Наодинці із собою» [1]. На думку багатьох провідних дослідників, малоімовірно, що автор взагалі збирався оприлюднювати особистий щоденник. Із тексту ми бачимо, що Марка Аврелія здебільшого турбували проблеми обов'язку та відповідальності, честі та гідності, життя та смерті у військовій справі. Причому як природжений філософ-стоїк, Марк Аврелій розмірковував про сенс людського життя в цілому та сенс військової справи зокрема. Імператор намагався осягти та усвідомити найскладніші та найзагадковіші складові людського буття, постійно нагадуючи собі про необхідність не піддаватись ненависті чи гніву, всупереч підлим вчинкам його оточення.

Деонтологічна рефлексія Марка Аврелія заснована на усвідомленні особистої відповідальності за долю суспільства, яке потерпає від девальвації моральних цінностей та набігів варварів. Та незважаючи на вкрай складні умови Марк Аврелій знаходив в собі духовні сили зберігати та утримувати душевну рівновагу. У рукописі «Наодинці із собою» Марк Аврелій зазначав, що долю потрібно приймати гідно, не засмучуючись і не ремствуєючи. Його стоїчні ідеї також проявлялись в намаганні уникнути потурання чуттєвим пристрастям, щоб звільнити людину від болю матеріального світу. Марк Аврелій стверджував, що єдиний спосіб, яким людині можуть зашкодити інші, це дозволити своїй реакції взяти гору. Але тільки раціональність, оптимізм та віра у власний розум на думку автора дозволяють людині жити в гармонії з порядком, що дає можливість піднятися над хибними уявленнями про «добре» та «погане».

Таким чином можна стверджувати, що серед провідних філософських напрямків саме стоїцизм зробив суттєвий внесок у розвиток військової психології, включаючи в себе як комплекс

теоретичних положень, так й цінних технік та психологічних вправ, які спроможні допомогти впоратись з викликами воєнного часу.

Як й будь-яка інша філософська система, стоїцизм є доступним для застосування навіть в умовах нашого сьогодення. Саме тому свого часу американські психотерапевти Аарон Бек та Алб Елліс запропонували застосовувати стоїчні практики поряд із техніками позитивної психології. В результаті ретельного аналізу провідних напрямків психологічної підготовки військових, варто зробити висновок про те, що широке застосування позитивної психології та елементів стоїцизму для ефективного лідерства в освіті є науково обґрунтованим, сучасним та перспективним.

Особливого значення цей напрямок набуває в сучасних надскладних умовах, коли бойові дії в Україні змушують командирів та солдат виконувати обов'язки за несприятливих умов, що призводить до т.з. бойового стресу. Стрес, як ми знаємо, являє собою стан психічної напруги, що виникає в процесі діяльності в найбільш складних і важких умовах.

Існують різні наукові підходи до розуміння стресу. Найбільш популярної є теорія стресу, запропонована Г. Сельє. Засновник теорії стресу Ганс Сельє писав про стрес так: «Кожна людина відчувала його, всі говорять про нього, але майже ніхто не бере на себе клопіт з'ясувати, що ж таке стрес» [3].

Стрес – це стереотипна реакція організму на будь-яку висунуту для нього вимогу. Виникнення та переживання стресу залежить не стільки від об'єктивних, скільки від суб'єктивних чинників – від особливостей самої людини: як вона оцінює саму ситуацію; як вона зіставляє свої сили із тим, що вимагається тощо. Будь-яка несподіванка, яка порушує звичний перебіг життя може стати причиною стресу або стресором. При цьому неважливий зміст самої ситуації та ступінь загрози, важливим є суб'єктивне ставлення до неї.

Стрес – це неспецифічна реакція організму у відповідь на несподівану та напружену ситуацію; це фізіологічна реакція, що мобілізує резерви організму і готує його до фізичної активності типу супротиву, боротьби, до втечі. Під час стресу виділяються гормони, змінюється режим роботи багатьох органів і систем (ритм серця, частота пульсу тощо). Стрессова реакція має різні прояви у різних людей: активна – зростає ефективність діяльності, пасивна – ефективність діяльності різко зменшується. Тривалий та інтенсивний вплив негативних стрес-чинників, їх висока значущість для військовослужбовців бойових підрозділів здатні породжувати непродуктивні стресові стани (дистрес). Стресостійкість та навички управління стресом забезпечують військовослужбовцям здатність здійснювати ефективну діяльність в стані стресу, в нересурсних станах втоми, дискомфорту, емоційного збудження або апатії, зберігаючи при цьому здоров'я та дієздатність під час виконання своїх обов'язків.

Застосування позитивної психології та елементів стоїцизму під час психологічної підготовки особового складу є обґрунтованим та виправданим ще й тому, що ефективне виконання військових завдань потребує від бійців розвинених навичок управління стресом завдяки застосуванню таких методів відновлення та саморегуляції, як: аутогенне тренування, медитація, візуалізація, психофізичне тренування, гіпноз, м'язова релаксація, регулярна десенсибілізація та ін. Важливо розуміти та усвідомлювати, що саме позитивна психологія дозволяє освоїти психогігієнічні засоби управління стресом та культивує ідею захоплення своєю справою (потоківий стан), постійно зосереджуючи увагу на приємному та на тих діях, які можуть поліпшити психологічний стан. В жодному разі не можна забувати про те, що стресостійкість та психологічна витривалість військовослужбовців безпосередньо залежить від якості задоволення духовних потреб. Саме тому важливе значення мають: цікаве дозвілля, перегляд позитивних фільмів, спілкування із природою, соціальна підтримка, доброзичливе дружнє спілкування та ін. Окрім психологічних та психогігієнічних факторів розвитку стресостійкості в особового складу важливе значення також мають організаційні, медико-біологічні, фармакологічні та ін. фактори.

**Висновки.** Головна мета позитивної психології – знайти та розкрити сильні сторони людини та навчити її користуватись ними з вигодою не тільки для себе, але й для суспільства. Позитивна

психологія сприяє створенню гарного організаційного клімату, сприяє підтриманню доброзичливих стосунків та укріплює позитивне ставлення до військової діяльності та життя в цілому.

Головною перевагою застосування позитивної психології з елементами філософії стоїцизму у військовій освіті є те, що вона спрямована на розвиток сильних сторін особового складу і зосереджується на таких мотивуючих темах, як: ефективне подолання проблем, креативність, позитивні емоції, впевненість та оптимізм. Подальший успіх Збройних Сил України потребує культивування атмосфери взаємоповаги та взаємодопомоги під час вирішення складних завдань та розвитку серед військовослужбовців почуття спільності, братерства, патріотизму та оптимізму. Розвиток сильних сторін власної особистості здатен реально протидіяти будь-яким стресам. Особливого значення це набуває саме тому, що безперервні бойові дії змушують командирів та солдат виконувати обов'язки за несприятливих умов, що призводить до бойового стресу.

Оскільки провідною метою якісної психологічної підготовки в сучасних надскладних умовах є розвиток в особового складу психологічної стійкості, мужності та оптимізму, на перший план має виходити виховання ефективного лідерства на основі застосування широких можливостей позитивної психології. У якості психологічних ресурсів можуть бути позитивні емоції, позитивний настрій, наявність сил та внутрішня готовність до вирішення поставлених завдань тощо.

Франкл В. виділяв три психологічні категорії, що позначаються як ресурси людини в подоланні важких життєвих ситуацій:

- надія – те, що забезпечує готовність до зустрічі з майбутнім, саморозвиток та бачення його перспектив, що сприяє життю та зростанню;
- раціональна віра – усвідомлення існування безлічі можливостей та необхідності вчасно ці можливості виявити та використовувати;
- душевна сила (мужність) – здатність чинити опір спробам наражати на небезпеку надію і віру і зруйнувати їх, перетворивши на голий оптимізм чи ірраціональну віру, «здатність сказати «ні» тоді, коли весь світ хоче почути «так» [2].

Ресурси можуть бути: зовнішні та внутрішні; актуальні в минулому, теперішньому та найближчому майбутньому: свої та чужі. Деякі з них є досить стабільними, проте більшість можуть розвиватися і видозмінюватися протягом усього життя людини. До важливих позитивних ресурсів можна віднести знання, вміння, навички, здібності, досвід, моделі конструктивної поведінки, що дають змогу людині бути адаптивнішим і стресостійким. Ми можемо використовувати ресурси в момент стресу або «консервувати» їх, тобто зміцнювати свої ресурси задовго до того, як опинимося у стресовій ситуації. Багато авторів зазначають, що позитивне соціальне оточення (родина, друзі, колеги) також є одним із найважливіших факторів збереження стресостійкості військовослужбовців. У зв'язку з цим соціальне оточення є могутнім соціально-психологічним ресурсом подолання стресу.

На психологічну стійкість військовослужбовців впливає наявність моральної підтримки та поваги з боку інших людей. Соціальна підтримка може розглядатись як механізм, що знижує негативні наслідки стресу. Пошук позитивних психологічних ресурсів та опора на ці ресурси, як правило, є ключовим моментом як у саморегуляції, так і за реабілітації в екстремальних умовах. Якщо особовий склад переконаний у своїх силах контролювати те, що відбувається, готовий активно діяти і долати труднощі, цього вистачає для суттєвого зменшення руйнівного впливу стресу на організм.

Наголошуючи на внутрішніх індивідуальних ресурсах особистості необхідно звернутися до різних рівнів психіки людини. З погляду індивідуального рівня значне місце займає роль нервової системи, особливості темпераменту, характеру людини, акцентуацій, емоційної стійкості людини. Особливе значення має мотиваційно-сенсова сфера військовослужбовців та такі психологічні ресурси як «знаходження сенсу», «переконаність у своїх силах контролювати те, що відбувається», «віра в себе», «віра в свою державу», «кар'єрний зріст», «професійний зріст», «віра в своїх командирів» «готовність активно діяти та долати труднощі», «спогади про свої успіхи в інших областях та ситуаціях».

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аврелій Марк. Розмисли. Наодинці з собою. К. : Клуб сімейного дозвілля. 208 с.
2. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. К. : Клуб сімейного дозвілля, 2020. 160 с.
3. Selye H. The Stress of Life. New York: McGraw-Hill Book Company; 1956. 313 p.

## REFERENCES

1. Avreliy Mark. (2020). Rozmuslu. Naodunzi z soboy. [Alone with myself]. Kyiv : Klub simeynogo dozvilla. 208 p. [in Ukrainian].
2. Frankl V. (2020). Lyduna v poshykah spravshnogo sensy. [Man's in search for meaning]. Klub simeynogo dozvilla. 160 p. [in Ukrainian].
3. Selye H. The Stress of Life. New York: McGraw-Hill Book Company; 1956. 313 p. [in English].

**Kadievskaya Irina Arkadiivna**

Doctor of Philosophical Sciences,  
Professor at the Department of Humanitarian and Socio-Economic Disciplines  
Military Academy  
10, Fontanska doroha Str., Odesa, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-3134-8574

**Ostapchuk Taras Stepanovych**

Candidate of Pedagogical Sciences, Colonel,  
Head of the Humanitarian and Socio-Economic Department Discipline  
Military Academy  
10, Fontanska doroha Str., Odesa, Ukraine  
orcid.org/0000-0001-7461-5508

**USING THE POSSIBILITIES OF POSITIVE PSYCHOLOGY  
FOR DEVELOPMENT LEADERSHIP IN MILITARY EDUCATION  
(SOCIAL AND PHILOSOPHICAL ASPECT)**

*The article is devoted to the socio-philosophical analysis of the use of the possibilities of positive psychology for the development of leadership in military education.*

*Leadership represents a modern type of managerial interaction, which is based on encouraging people to achieve important, generally significant goals. Force and coercion in leadership are often replaced by encouragement and inspiration. Effective leadership involves comprehensive introspection and continuous development. The application of the principles of positive psychology with elements of stoicism for the development of leadership in military education can strengthen psychological stress resistance through the cultivation of positive attitudes of courage, joy, satisfaction and optimism about the future. As a result of a careful analysis of the leading directions of psychological training of the military, it is worth concluding that the wide application of positive psychology and elements of stoicism for effective leadership in education is scientifically based, modern and promising.*

*The use of positive psychology and elements of stoicism during the psychological training of personnel is justified and justified also because the effective performance of military tasks requires soldiers to have developed stress management skills thanks to the use of such recovery and self-regulation methods as: autogenic training, meditation, visualization, psychophysical training, hypnosis, muscle relaxation, regular desensitization, etc.*

*That is why interesting leisure time, watching positive films, communication with nature, social support, benevolent friendly communication, etc. are important. Of particular importance is the motivational and meaningful sphere of military personnel and such psychological resources as "finding meaning", "confidence in one's ability to control what is happening", "self-belief", "faith in one's country", "career growth", "professional growth", "faith in one's commanders", "willingness to actively act and overcome difficulties", "memories of one's successes in other areas and situations" etc.*

**Key words:** leadership, positive psychology, stress, stoicism, motivation.