



ПРИЗНАЧЕНО НОВОГО МІНІСТРА ОБОРОНИ УКРАЇНИ

За поданням Президента України Верховна Рада призначила Олексія Резнікова міністром оборони України. За відповідне рішення проголосували 273 народних депутати.



Олексій Резніков, звертаючись до парламентарів, зауважив, що Міністерство оборони, цивільне відомство, має формувати політику та бачення армії й створювати умови, щоб Збройні Сили України могли ефективно давати відсіч ворогу.

Серед основних напрямків своєї роботи на новій посаді він, зокрема, виділив забезпечення синергії в діяльності Міністерства оборони, Генерального штабу та профільного комітету Верховної Ради України. Також Міноборони має тісно співпрацювати з Міністерством з питань стратегічних галузей промисловості.

«Спільно ми маємо поступово змінити структуру оборонного бюджету, щоб це був бюджет сучасної боєздатної армії», – переконаний він.

Крім того, Олексій Резніков наголосив на пріоритетності розширення стратегічної співпраці з НАТО та США. Є значний потенціал для поглиблення взаємодії з Великою Британією, Канадою, Польщею, Туреччиною, країнами Балтії.

Ще одним пріоритетом він назвав зміну підходу до кадрової політики в армії та перетворення ЗСУ на потужного роботодавця, який змагається за найкращі кадри та дбає про людей від початку вибору професії й до адаптації після служби.

Наступний напрямок, за словами Олексія Резнікова, – підвищення якості управління.

«Першим моїм кроком буде повний аудит Міністерства, аналіз внутрішніх процесів і документообігу. Українська «паперова» армія має залишитися в минулому», – наголосив він.

Як зазначив Олексій Резніков, особливу увагу буде приділено організації оборонних закупівель, а також завершенню розмежування повноважень між Міністерством оборони та ЗСУ.

«Сильна армія – це один з найпотужніших дипломатичних аргументів у мирному процесі. Хочемо миру? Хочемо повернути Крим, окуповані території Донеччини та Луганщини? Треба підвищувати обороноздатність та стійкість країни», – наголосив він.

«Результати діяльності Міністерства впливають на весь сектор і позначаються на стійкості країни в цілому. Тому я сприймаю представлення на цю посаду як велику честь і водночас розумію всю вагу відповідальності», – резюмував Олексій Резніков.

Слово Командувачу ООС



«Чудово розуміємо те, як Росія веде війну. Ми готові до ескалації, готові до нового витка бойових дій.

Крім стабілізаційної операції, в нас готова оборонна операція, по можливості проведемо і контр-наступальну операцію.

Війська до цього готові...

Коли ми поставимо наші прапори на кордоні, нашому кордоні – це буде перемога»,

– заявив генерал-лейтенант Олександр Павлюк в інтерв'ю американському журналісту в рамках «Місії Схід» Українського Центру безпеки та співробітництва.



«Буду на передовій до тих пір, поки не звільнимо рідний Донецьк від окупантів...»

У 2014 році, коли почалася російська агресія, уродженцю міста Донецьк старшому солдату Микиті було всього 15 років. Він закінчував 9 клас та мріяв продовжувати навчання у технічному коледжу, але всі плани зруйнувала війна.

Його рідне місце окупували чужинці – найманці зі всіх куточків Росії. Вони захоплювали державні установи, дестабілізували обстановку серед місцевого населення, розповсюджували відверті нісенітниця та страшилки про кровожерливих бандерівців, які вбивають навіть немовлят.

Що це цілковита брехня він зрозумів відразу і на власні очі бачив, що несе з собою так званий «руський мир».

Уже тоді Микита зненавидів цих покидьків і рвався до українського війська, щоб захищати рідне місто. Згодом, разом із родиною, виїхав на підконтрольну Україні територію, закінчив школу і, коли виповнилося 18 років, не вагаючись підписав контракт зі Збройними Силами України.

Спочатку пройшов навчання в навчальному центрі та вже за декілька тижнів потрапив на передову.

Попри юний вік, із перших днів проявив себе як справжній та мужній боєць, за короткий час опанував всі види стрілецької зброї, гранатометів різних систем. Згадуючи свій перший бій, Микита каже, що навіть не хвилювався, діяв так, як вчили командири та інструктори на полігоні.

– Для мене головним фактором, що стимулює, є наявність загрози з боку ворога, – розповідає Микита. – Тоді я концентруюся і можу впевнено діяти за будь-яких умов, як то кажуть, працюю за принципом «бачиш – стріляй!» У бою це основне правило: якщо ти не встиг знищити ворога, тоді це зробить він. Приведу наочний приклад: за нашим бліндажем, де був розташований вогневий засіб, тривалий час полювали окупанти. Під час обстрілів вони неодноразово влучали туди з гранатометів та навіть ПТУРів. На щастя, обходилося без втрат.



Щоправда, якимось хлопцям з бойового розрахунку дістали легкі контузії. Тоді ми вирішили окупантів покарати. Перенесли вогневу позицію в інше місце, а в цьому зробили хибну. Під час чергового обстрілу вдарили звідти з гранатомета, а коли бойовики купилися на цього «живця» зробивши постріл з ПТУРа, швидко відповіли. Постріл з СПГ-9 був дуже влучний. Граната потрапила в самісіньку амбразуру, ворога було знищено.

За плечима солдата вже декілька ротачії на схід, але він налаштований рішуче і не планує звільнитися з війська.

– Буду на передовій доти, поки не звільнимо мій рідний Донецьк від окупантів, – запевнив Микита.

За матеріалами пресслужби Об'єднаних сил

«Пам'ятаю першу зняту мною розтяжку...»



Першого бойового досвіду ст. сержант Денис Тригуб набув ще під час строкової служби, коли перебував у Косові з миротворчої місією у 1999 році. Там, як він каже, було багато чого – і протипіхотні міни, і розтяжки – здебільшого ж звичайні гранати РГД-5, Ф-1. Виявляли їх на маршрутах патрулів, на дверях.

Після демобілізації займався іншими справами, а з початком війни знову став військовим.

– Коли у 2014-му росіяни анексували Крим, а згодом почалися захоплення будівель СБУ у Донецьку та Луганську, я зрозумів – що просто так воно не закінчиться. Прийшов до військкомату, сказав, що я сапер і хочу служити. Але через низку причин тоді на фронт не потрапив. Вдалося одягнути військовий однострій тільки взимку 2015 року у складі нової на той час 81-ї бригади, під командуванням полковника Євгена Мойсюка... Складнощі вистачало – майже ніхто з тих, хто був у саперному підрозділі, не мав жодних знань про те, що таке міни, вибухівка. Тому, перш ніж ставити завдання, необхідно було бійця навчити.

Бойовою підготовкою займався полковник Володимир Пархомович, ветеран афганської війни, з неабияким досвідом, яким він ділився з мобілізованими бійцями.

Як пригадає Денис, зона була «зовсім сірою, і хто тільки нею не вештався!» – Нашим завданням було замінювати підходи до наших «опорників». Ми почали мінування підходів до них на Царській Охоті, на виїзді до Спартак – там був опорник «Гладіатор». Пам'ятаю першу зняту мною розтяжку – побачив якусь дивну купу пожухлої трави під деревом. Сам здивувався – чого це вона там? Розгорнув – граната. Зачекинів, зрізав розтяжку. Потім бачу – в яру ще дві гранати стоять. Це бойовики виставили, а ми ставили свої міни загородження, там де пересувався противник. І обов'язково ставили таблички – щоб місцеві мешканці туди не ходили. Так почалася моя робота на цій війні – каже Денис...

За матеріалами пресслужби Об'єднаних сил



Війни мемів: зброя в руках дезінформаторів й пропагандистів

“Кривавий пастор”, “охотиться на снігирей”, “распятій младенець”, “их там нет”, “десантники заблудились”, “за поребрик”, “танки в шахтах Донбасса”, “снимают с поезда в Нацгвардию”... всі ці вже давно знайомі нам фрази є нічим іншим, як російською пропагандою та фейками, які соціальні мережі перетворили в мем.

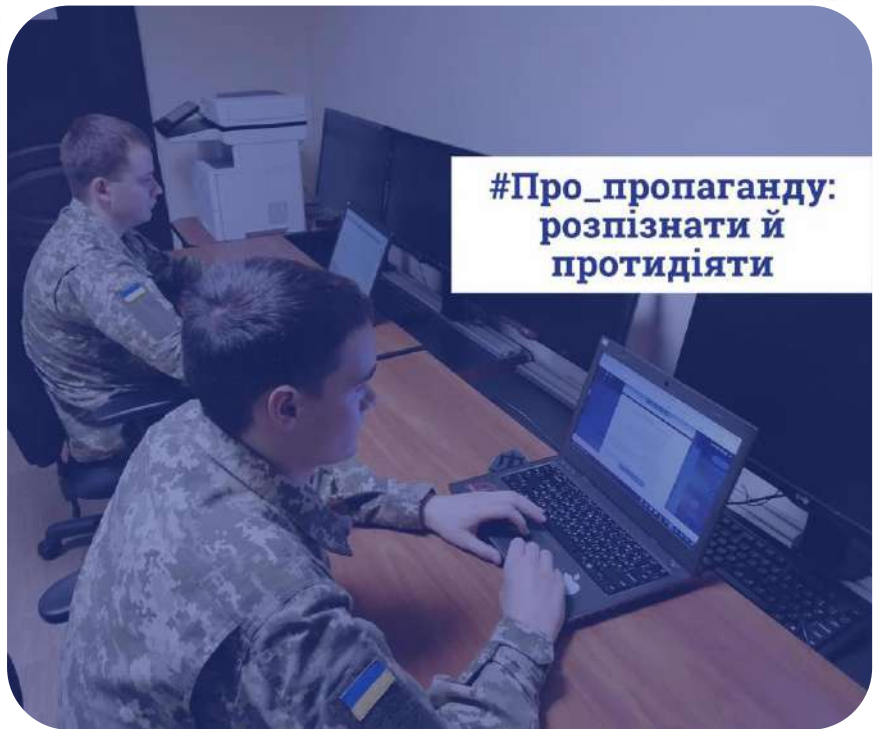
Ледь не щодня на просторах соціальних мереж ми бачимо десятки мемів, які нас можуть розсмішити, а можуть... й розізлити. Та що справді важливо – рідко хто задумується про те, що меми це такий же інструмент пропаганди та дезінформації, як і новини/фільми/книги.

Що таке мем? Це одиниця суспільної взаємодії, основна одиниця культурної передачі, поширена від однієї людини до іншої. Успішні меми поширюються швидко і живуть довго, а неуспішні, навпаки, зникають. Якщо мем привертає увагу до його виконавця, то він житиме довше, якщо ж він відштовхує людей, то швидше зникне.

Мем розглядається як специфічний вірусний елемент, причиною виникнення якого є комерціалізація всіх сфер суспільного життя, розвиток мережевої комунікації, поява Інтернет-спільнот як віртуальних соціумів.

Меми розповсюджуються, як правило, у соціальних мережах та у Інтернет-середовищі. Їх завдання – стереотипізація та спрощення інформації, “допомога” у розумінні складних процесів, нав’язування необхідних ідей, які в свою чергу змінюють поведінку (політичну, споживчу та ін.) людини.

У контексті російсько-української війни меми стали своєрідною інтернет-зброєю, яка набула масового поширення.



Їх можна розділити за походженням, наприклад:

- українські за походженням (спрямовані на прихильників України): “колоради, кіборги, Путін х@ло, ватники, Даунбас, проФФесор, че там у хохлов”.
- російські за походженням (спрямовані на прихильників РФ): Кримнаш, ввічливі чоловічки, майдауни, бандерлоги, свідоміти, кропи, хунта, розіп’ятий хлопчик”.
- нейтральні чи без чіткого посилання на ту чи іншу сторону конфлікту.

Як меми працюють на російську пропаганду?

Вони сприяють деградації суспільної думки, їх поширення у ЗМІ та соцмережах викривлює у людей сприйняття влади і навколишнього середовища. Це призводить до розчарування населення у владі, викривленого сприйняття реальності.

В сучасному інформаційному просторі меми стають зброєю у смисловій війні, за допомогою якої можна маніпулювати свідомістю та впливати на поведінку громадян країни, проти якої здійснюється агресія. Меми стали елементами ментальної зброї та вплинули на формування світоглядних позицій протидіючих сторін.

Це семантична війна, тобто війна за смисли та панівний дискурс.

Які є відомі приклади мемів?

У день так званого референдуму про незалежність Криму у березні 2014 року російський телеведучий Дмитро Кисельов сказав у своїй щотижневій інформаційно-аналітичній програмі: “Росія є єдиною країною, яка справді здатна перетворити США на радіоактивний попіл”. Пізніше зображення пана Кисельова на тлі ядерного гриба стало знаковим мемом для ілюстрації масштабів пропаганди на російському телебаченні.

Мем з посиланням на Дмитра Яроша, лідера радикальної партії “Правий сектор”, який виник після того, як російські телеканали повідомили, що візитівку Яроша начебто знайшли на місці нападу на сепаратистів поблизу міста Слов’янськ на сході України, припускаючи, що “Правий сектор” міг бути організатором нападу. Коментуючи вбивство російського опозиціонера Бориса Немцова, український канал “Інтер” зазначив: “Залишається дочекатися, коли на місці цього злочину буде знайдено візитівку Яроша”.

Тож що це означає для кожного з нас?

Ми маємо завжди контролювати наш інформаційний простір та пам’ятати про те, чому важливо боротися з фейками, дезінформацією та пропагандою.

*За матеріалами
Управління стратегічних комунікацій
Апарату Головнокомандувача ЗС України*

ВПРАВИ, ЯКІ ДОПОМОЖУТЬ ПРИ ТРИВОЗІ

Тривога – нормальне і природне відчуття, яке в певний момент свого життя відчуває кожна людина. Проте, інколи надмірна тривога може стати на заваді здоровому й щасливому життю. І подолати підвищену тривожність виявляється не так просто. У таких випадках розслабитися і відчути полегшення допоможуть досить прості вправи.

Аби відчути полегшення при виникненні відчуття тривоги, запропоновані нижче вправи можна виконувати будь-де і будь-коли. **Головна мета – швидко розслабитися і заспокоїтися.**

1. РОЗСЛАБЛЮЮЧЕ ДИХАННЯ.

Під час нападу тривоги прискорюються пульс та дихання, може виникнути надмірне потовиділення, а інколи навіть запаморочення. У такі моменти контролювання дихання може допомогти розслабити і тіло, і розум. Щоб взяти під контроль дихання під час тривожного нападу, слід виконати наступні дії:

Сісти у тихому місці. Покласти одну руку на груди, а іншу – на живіт. При глибокому вдиху живіт повинен рухатися більше, ніж груди. Слід повільно вдихати через ніс та видихати ротом. Необхідно повторити вправу щонайменше 10 разів, або до тих пір, поки не з'явиться відчуття, що тривога зменшується.

2. РОЗСЛАБИТИСЯ, ВІЗУАЛІЗУЮЧИ.

Напевне, кожній людині знайомий вислів «знайти своє щасливе місце». Створення уявної картини місця, яке змушує відчувати себе розслаблено, насправді може заспокоїти мозок і тіло. І коли людина починає відчувати тривогу, необхідно сісти у затишному місці та подумати про своє ідеальне місце для відпочинку. Це може бути будь-яке



місце у світі, реальне чи уявне, але це місце повинно здаватися щасливим, мирним та безпечним. Слід подумати про всі дрібні деталі, наприклад, як би там пахло, яка там пора року чи час доби. Потрібно уявити себе в цьому «щасливому місці», закрити очі та повільно й регулярно дихати носом і видихати ротом до тих пір, поки не настане відчуття спокою. Відвідувати «щасливе місце» можна щоразу, коли з'являється тривога.

3. РОЗСЛАБЛЕННЯ М'ЯЗІВ.

Коли людина відчуває занепокоєння, вона може помітити напруження у м'язах. Це м'язовий стрес, який може ускладнити боротьбу з тривогою. Знімаючи м'язове напруження, зазвичай можна знизити рівень тривоги. Для цього необхідно:

Сісти у затишному місці, закрити очі та зосередитися на диханні.

Повільно вдихнути через ніс та видихнути ротом. Стиснути руку у кулак і затримати руку у такому положенні на декілька секунд. Далі потрібно повільно відкрити пальці. Після цієї вправи можна помітити, як відчуття напруги залишає руку і згодом рука стане розслабленою.

Потрібно продовжувати напружувати і розслабляти різні групи м'язів у тілі. Залежно від власних бажань, можна напружувати м'язи у різному порядку або рухаючись вгору чи вниз.

4. РОЗСЛАБЛЕННЯ, РАХУЮЧИ.

Рахунок – це простий спосіб зняти тривогу. Коли виникає відчуття наближення тривоги, необхідно знайти спокійне місце, закрити очі та повільно порахувати до 10. При необхідності вправу слід повторити і порахувати до 20 або навіть більше.

Продовжувати рахувати можна, поки не з'явиться відчуття, що тривога вщухає. Часто полегшення настає швидко, але іноді це може зайняти деякий час. Слід залишатися спокійними і терплячими.

Невигадані історії



Про БАЙРАКТАР, скіфське золото, день прапору "днр" дивіться в InfoНаступі за 11.10.2021 року



Повний текст тут:



За матеріалами
відділу оперативної психологічної роботи
у військах (силах) Центру МПЗ ЗС України

