

ПАМ'ЯТКА ІНСТРУКТОРУ

щодо заохочення курсанта до навчання та запобігання СЗЧ

I. Головний принцип

Мотивований курсант рідше здійснює СЗЧ та більш схильний до навчання.

Впевненість у підготовці знижує страх бойових дій.

Страх — природна реакція.

Завдання інструктора — перетворити страх на керовану дію.

II. Заохочення до навчання

1 Пояснюй «НАВІЩО»

Кожне заняття повинно відповідати на питання:

- Як це врятує життя?
- Де це застосовується?
- Що буде, якщо цього не знати?

Без сенсу немає мотивації.

2 Давай відчуття прогресу

- ✓ Фіксуй результати (нормативу, вправи на правильність/точність/швидкість)
- ✓ Показуй динаміку росту (порівняння результатів “вчора/сьогодні”)
- ✓ Хвали за конкретику, а не загально

Правильно:

“Сьогодні мінус 12 секунд — це результат.”

3 Використовуй змагальність

- Кращий стрілець тижня
- Краща пара
- Краще відділення

Конкуренція стимулює, якщо немає приниження.

4 Давай відповідальність

- Старший пари (трійки)
- Відповідальний за вчасний збір

Відповідальність формує значущість.

5 Особистий приклад

Авторитет будується на:

- компетентності
- спокої
- справедливості
- однакових вимогах до всіх

III. Профілактика СЗЧ

1 Розумій причини

Найчастіші фактори:

- страх бойових дій
- відчуття неготовності
- проблеми в сім'ї
- відсутність довіри
- інформаційний вплив

2 Ознаки ризику

- ⚠ Замкнутість
- ⚠ Різке падіння результатів
- ⚠ Фрази типу: "Все одно всі загинуть"
- ⚠ Пошук способів уникнення служби
- ⚠ Ізоляція від підрозділу

3 Алгоритм дій інструктора

- Особиста розмова без свідків
- Пряме питання про страх
- Конкретизація: чого саме боїться
- Маленька досяжна ціль (3–5 днів)
- Закріплення за сильним побратимом
- Контроль прогресу

4 Формування стійкості

Стійкість тримається на трьох опорах:

- Компетентність
- Колектив
- Довіра до командира

При відсутності хоча б одного елементу — ризик СЗЧ зростає.

IV. Чого НЕ робити

- ❌ Публічне приниження
- ❌ Постійний тиск без пояснення
- ❌ Лише покарання без підтримки
- ❌ Ігнорування психологічного стану

Страх + приниження = втеча. Страх + підготовка = контрольована дія.

V. Профілактичні заходи у підрозділі

- ✓ Групова бесіда про природу страху
- ✓ Стрес-тренування під час занять
- ✓ Запрошення військовослужбовців з бойовим досвідом
- ✓ Постійні мікроколективи (пари-четвірки/відділення)
- ✓ Справедлива система покарань та заохочень

VI. Формула роботи інструктора

Пояснив → Навчив → Підтримав → Перевірів → Заохотив