АЛГОРИТМ-ІНСТРУКЦІЯ З ВІДНОВЛЕННЯ БОЄЗДАТНОСТІ БІЙЦЯ В СТАНІ БОЙОВОГО СТУПОРУ

ПРИНЦИП ПРІОРИТЕТНОСТІ (Золоте правило бою)

> **Золоте правило:** *1. Вогневий контакт та безпека: Спочатку — придушення вогню противника та укриття. Неможливо надавати психологічну допомогу на відкритій ділянці під прямим вогнем.*
> *2. Швидкість дій: Ступор є закономірною реакцією нервової системи на надсильний подразник, але в бою він є смертельно небезпечним. Час на первинне виведення зі ступору — 30–60 секунд.*

ПОКРОКОВИЙ АЛГОРИТМ ДІЙ (5 КРОКІВ)

Крок 1. Забезпечення безпеки та переміщення в укриття

- **Переміщення:** Якщо боєць заціпенів на відкритій місцевості чи в небезпечній зоні, міцно схопити його за розвантаження/бронежилет та жорстко, але контрольовано затягнути за тверде укриття (Cover).
- **Швидкий огляд (Physical Check):** За 5–10 секунд візуально та руками перевірити бійця на наявність критичних кровотеч чи контузії (ступор може бути наслідком черепно-мозкової травми або баротравми).

Крок 2. Встановлення фізичного та зорового контакту

- **Зрівняння рівнів:** Встати або посадити бійця так, щоб ваші очі були на одному рівні.
- **Фізичний захват:** Міцно зафіксувати бійця — взяти за передпліччя, плечі або за бокові плити бронежилета. Вільно струснути за плечі (без нанесення ушкоджень), щоб розірвати сенсорний блок.
- **Фіксація погляду:** Направити його обличчя до себе та жорстко зафіксувати погляд «очі в очі».

Крок 3. Вербальна активація (Прямі накази)

- **Ідентифікація:** Голосно, виразно та впевнено назвати бійця за позивним (це звертається до глибокої самоідентифікації та «пробиває» ступор).
- **Правило мовлення:** Використовувати короткі накази у стверджуваній формі. Заборонено використовувати часточку «НЕ» (мозок у стані стресу блокує частку «не» і сприймає навпаки: «Не бійся» -> сприймається як «Бійся»).

Приклади вербальних команд при розмовній взаємодії:

❌ Неправильно (Заборонено)	✅ Правильно (Рекомендовано)
«Не панікуй!»	**«[Позивний], дивись на мене!»**

«Не бійся, все нормально!»	**«[Позивний], дихай зі мною! Вдих — видих!»**
«Не зачіпай зброю!»	**«[Позивний], тримай автомат стволом догори!»**

Крок 4. Залучення до найпростішої дії (Включення кори мозку)

- **Принцип дії:** Ступор заблокував вищу нервову діяльність. Щоб перезапустити мозок, необхідно дати просте практичне завдання, яке вимагає мінімального фізичного чи когнітивного зусилля.
- **Варіант А (Фізична дія):** «[Позивний], дістань із підсумка свій магазин і подай мені!», «[Позивний], тримай цей кабель / рюкзак / стрічку!»
- **Варіант Б (Когнітивна дія):** «[Позивний], скільки набоїв у тебе в магазині? Перевір!», «[Позивний], який твій сектор спостереження?»

Крок 5. Закріплення та повернення до бойової функції

- **Делегування обов'язку:** Як тільки боєць почал реагувати та виконувати команди, негайно дати йому конкретну роль у поточному бою (найпростішу з можливих): «Твій сектор — ліворуч! Спостерігай за посадкою!» або «Набивай магазини набоями!»
- **Постійний контроль:** Не залишати бійця самого. Періодично (кожні 2–3 хвилини) підтверджувати контакт короткими окриками: «[Позивний], як сектор? Норма?»

ПАМ'ЯТКА: ЧОГО РОБИТИ КАТЕГОРИЧНО ЗАБОРОНЕНО

- **Не бити по обличчю:** Побиття чи ляпаси в бою можуть викликати зворотну панічну агресію, поглибити шок або призвести до втрати контролю над зброєю.
- **Не залишати бійця самого:** Заціпенілий боєць під час обстрілу є легкою ціллю для противника та загрозою для підрозділу.
- **Не впадати в паніку самому:** Емоції передаються миттєво. Ваша поведінка має бути підкреслено впевненою, спокійною та зібраною.
- **Не вести довгих розмов:** Спроби «переконати» чи заспокоїти розмовами («все буде добре») не працюють під час гострого бойового стресу. Працює тільки чітка команда до дії.