

МОДУЛЬ 2

Урок 4

Первая
психологическая помощь –
чем быстрее она будет
оказана тем больше шансов
что пострадавший сохранит
свое психическое здоровье.



Категории людей в чрезвычайных ситуациях:

Пострадавшие

Очевидцы

Родственники
пострадавших

Особенности взаимодействия с пострадавшими:

- 1) Вести постоянный диалог, много общаться
- 2) Не давать уйти в состояние вакуума
- 3) Помочь прожить ситуацию и реакцию на нее

Реакции человека на
стресс: • Беги • Забри

Особенности взаимодействия с очевидцами:

- 1) Направить активность
- 2) Попросить помочь
- 3) Переключить внимание
- 4) Увести подальше от места событий

Особенности взаимодействия с родственниками пострадавших:

Дать четкие инструкции, как вести себя с пострадавшими.



Если пострадавший
в состоянии шока – с ним
рядом всегда должен кто-то
быть

Если при разговоре
с пострадавшим
Вы понимаете что
ОН НИКАК НЕ ВЫХОДИТ
ИЗ СОСТОЯНИЯ ШОКА:

- Давайте ему четкие конкретные указания («Выпей воды», «Укройся пледом»)
- Постарайтесь вызвать эмоции (попросите произнести его все что он видел)
- Будьте сдержаны
- Установите физический контакт (коснитесь рукой плеча или колена пострадавшего)
- Проявите честную эмпатию (поддержите словами)
- Слушайте

Если пострадавший в истерике:

- Уединитесь с ним
- Уведите его в безопасное место (или попросите окружающих отойти)
- Сделайте что то неожиданное, что сможет переключить его внимание
- Обеспечьте пострадавшему покой

Если
пострадавший
проявляет
агрессию:

- Он дает реакцию и это хорошо
- Если пострадавший выражает агрессию в действиях – попросите человека помочь физически

Агрессия – это реакция на ситуацию, а не на Вас лично.