**Задания для отработки задолженности по теме «Экстренная психологическая помощь»**

**Задание 1. Запишите, что означают понятия**

1. Острое стрессовое расстройство
2. Посттравматическое стрессовое расстройство
3. Экстренная допсихологическая помощь

**Задание 2. Заполните таблицу. Первая строка дана как образец.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Характеристика реакции пострадавшего**  | **Причины** | **Цель помощи** | **Нужно делать:** | **Нельзя делать:** |
| **Истерика.**Активнаяэнергозатратная поведенческая реакция человека. Человек бурно выражает своиэмоции, выплескивая их на окружающих. Он может кричать, размахивать руками, одновременноплакать. Истерика всегда происходит в присутствии зрителей. | Один из тех способов, с помощью которых психика реагирует на случившиеся экстремальные события | 1. Снижение энергозатрат человека.
2. Профилактика психического заражения.
 | 1. удалить зрителей и замкнуть внимание на себя; чем меньше зрителей, тем быстрее истероидная реакция прекратится2. Если зрителей удалить невозможно, постараться стать самым внимательным слушателем, оказывать человеку поддержку, приемы пассивного слушания.3. Сократить свою вербальную активность.4. Если говорить, то короткими простыми фразами, обращаясь к человеку по имени. 5. После истерики наступает упадок сил, необходимо дать человеку возможность отдохнуть. | 1. Не совершать неожиданных действий(нельзя дать пощечину, облить водой, трястичеловека).2.Не вступать с человеком в активный диалог, не спорить.3. Не нужно считать, что человек делает это намеренно, чтобы привлечь к себе внимание.4. Не нужно говорить шаблонных фраз: «успокойся», «возьми себя в руки», «так нельзя». |
| Плач |  |  |  |  |
| Агрессия |  |  |  |  |
| Ступор |  |  |  |  |
| Приступ дрожи |  |  |  |  |
| Апатия |  |  |  |  |
| Страх  |  |  |  |  |
| Тревога |  |  |  |  |

**Экстренная допсихологическая помощь**

Рекомендованный источник: <https://www.mchs.gov.ru/upload/site1/document_file/XCsV3C2AvW.pdf>