

# Психологические аспекты оказания помощи семьям в ЧС

Практический психолог I категории  
Центра социальной реабилитации  
детей-инвалидов «Возрождение»,  
Зайцева Елена Николаевна

# Утраты

- **Дома, страны**
- **Отношений**
- **Смерть близкого**
- **Безопасности**
- **Здоровья**

# Последствия утрат

- Психосоматические расстройства
- Нарушения поведения
- Алкогольная зависимость
- Наркотическая зависимость
- Зависимость от компьютерных игр

# Острые шоковые реакции

- **Истерика**
- **Психомоторное возбуждение**
- **Агрессия**
- **Ступор**
- **Страх**
- **Апатия**
- **Нервная дрожь**
- **Плач**



# Этапы кризиса

- 1. Шок.**
- 2. Отрицание**
- 3. Агрессия**
- 4. Депрессия**
- 5. Принятие**

# Вторичные выгоды

- Удерживают человека в этом состоянии
- Часто не фиксируется сознанием
- Удерживают изменения
- Помогают решать ряд проблем

# Избавление от вторичных выгод

- Выбрать проблему
- Ответить на вопрос: «Какие плюсы я получаю от...»
- Готовы ли вы отказаться от найденных выгод?
- Если ответ «нет», то поразмышляйте – как можно получить эту выгоду в другом месте, в другом виде.

# Тренинги со специалистами





# Творческая самореализация

- Рисуем



# Тренинги с родителями



# Тренинги с родителями



# Тренинги с родителями



# Тренинги с родителями



# Тренинги с родителями

- Интересные упр



# Тренинги с родителями



# Тренинги со специјалности



# Методы терапии

- Арт-терапия ( различные виды)



# Методы терапии

- Песочная терапия



# Методы терапии

- Сказкотерапия



# Методы терапии

- BTS “NIRVANA”



## Это интересно знать:

- Всем известно понятие о травме после стресса, НО есть и такое понятие как ТРАВМАТИЧЕСКИЙ РОСТ, пережив такую ситуацию мы выходим из нее более сильными. А многие и выросшими и ЛИЧНОСТНО И ДУХОВНО.



# Интернет ресурсы

- Форум Семейство сайтов «Пережить.ru»
- Как пережить развод, расставание. [www.perejit.ru](http://www.perejit.ru)
- О настоящей любви. [www.realove.ru](http://www.realove.ru)
- Для тех, кто не хочет жить. [www.pobedish.ru](http://www.pobedish.ru)
- Как пережить смерть близких. [www.memoriam.ru](http://www.memoriam.ru)
- Преодолеть последствия насилия. [www.vetkaivi.ru](http://www.vetkaivi.ru)
- Болеем, не унывая. [www.boleem.com](http://www.boleem.com)
- О гаданиях и привороте. [www.zagovor.ru](http://www.zagovor.ru)
- Как стать счастливым. [www.realisti.ru](http://www.realisti.ru)
- Этот сайт не относится к проекту «Пережить.ru», но о нем тоже хочется упомянуть здесь: [www.noabort.net](http://www.noabort.net)