

Кафедра сестринского дела и клинического ухода

Первая доврачебная психологическая помощь при чрезвычайных ситуациях

Выполнили:
Студентки 201 фарм
Медведева В.С.
Рябошапка М.И.
Аржевикина Д.А.
Проверил:
Иванов Виталий Геннадьевич

Красноярск
2021

Психологическая помощь

- это система мероприятий, направленная на оказание помощи одному человеку, группе людей или большому числу пострадавших после кризисного или чрезвычайного события, в целях регуляции актуального психологического, психофизиологического состояния и негативных эмоциональных переживаний, связанных с кризисным или чрезвычайным событием, при помощи профессиональных методов, которые соответствуют требованиям ситуации

Методы психологического воздействия

на пострадавшего обычно подразделяют на вербальные и невербальные. Выделяют также использующиеся приемы.



Вербальный метод предполагает разъяснение, убеждение пострадавшего в благополучном исходе. Необходимо дать ему возможность излить свои эмоции, чувства, побудить его к высказываниям о себе.

При невербальном методе следует установить легкий телесный контакт, проявляя осторожность в действиях, жестах. Телесный контакт с пострадавшим должен быть успокаивающим.

Телесно-ориентированная психотерапия направлена на релаксацию путем управления дыханием, движениями, вызовом определенных внутренних ощущений

Переключение внимания пострадавшего с шокирующих переживаний на другие ощущения, мысли способствует ослаблению психической напряженности.

Актуальность



При чрезвычайных ситуациях большое влияние на человека оказывает психическая травма, что связано с психологическим устройством человека. Поэтому важно быстрое реагирование и правильное оказание психологической помощи, от которых будет зависеть дальнейшая жизнь человека.

Три основных принципа оказания доврачебной помощи



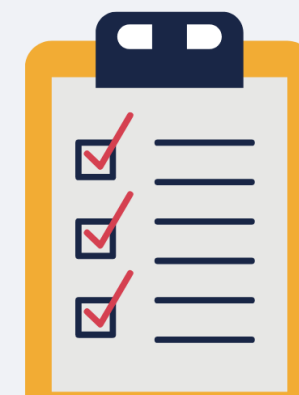
Наблюдать

Слушать

Направлять

Эти принципы помогут вам правильно оценить кризисную ситуацию и обеспечить свою безопасность на месте происшествия, найти подход к пострадавшим, понять, что им необходимо, и направить их туда, где они смогут получить практическую помощь и информацию.

Этапы оказания доврачебной психологической помощи:



Установление психологического (вербального, визуального, тактильного) контакта с пострадавшим

Получение обратной связи от установленного контакта

Обеспечение выхода из контакта с пострадавшими

Элементы доврачебной психологической помощи:



Оставайтесь рядом и активно слушайте

Уважайте чувства другого

Проявите заботу и окажите практическую помощь

Список литературы

1. Первая помощь: учебное пособие для лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь. М.: ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Минздрава России, 2018 г., 97 с. Авторы: Л.И. Дежурный, Ю.С. Шойгу, С.А. Гуменюк, Г.В. Неудахин, А.Ю. Закурдаева, А.А. Колодкин, О.Л. Куров, Л.Ю. Кичанова, А.Ю. Закурдаева, А.А. Эмке.
2. Косачев, В.Е. Первая помощь при психической травме / В. Е. Косачев, Н. В. Третьяков, В. А. Шаповалова // Медицинская сестра. – 2016. - №3. – С. 31-34.
3. Основы экстренной психологической помощи: Учебно-методическое пособие / Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Дагестанский государственный педагогический университет», 2016 – 80 с.
4. Белашева И.В. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие / Белашева И.В., Суворова А.В., Польшакова И.Н., Осипова Н.В., Ершова Д.А – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2015 – 262 с.
5. Леонора Кадом Первая психологическая помощь: пособие / Леонора Кадом. – Киев, 2017г. – 40 с.)