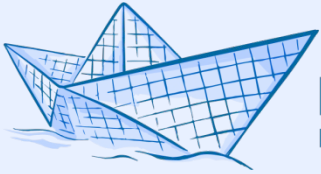


ГОЛЬФСТРИМ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД

МЕТОДИЧЕСКИЙ СЕМИНАР
«Травматический стресс:
специфика работы и алгоритм преодоления»
11 октября 2022 г.

Спикер:
Цунина Ольга Валерьевна,
психолог
Благотворительного фонда
«Гольфстрим»,
старший преподаватель
кафедры психологии и
педагогике ФГБОУ ВО «ОГУ
имени И.С. Тургенева»,
психолог ОРО МОО
«Равные возможности»





ГОЛЬФСТРИМ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД

ТРАВМАТИЧЕСКИЙ СТРЕСС

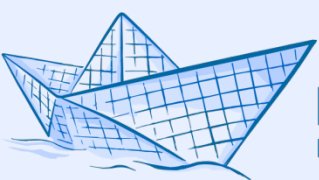
ТРАВМА

**ВНЕШНИЕ
ПРИЧИНЫ**

ОСОЗНАНИЕ

**РАЗРУШЕНИЕ
ПРИВЫЧНОГО
ОБРАЗА
ЖИЗНИ**

**ИНТЕНСИВНАЯ
ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ
РЕАКЦИЯ**



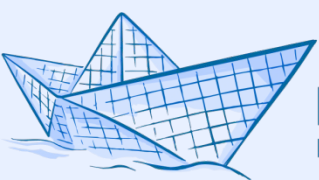
ГОЛЬФСТРИМ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ПРОГРЕССИРОВАНИЕ ПТСР

ФАКТОРЫ, ПРЕДШЕСТВУЮЩИЕ СОБЫТИЮ

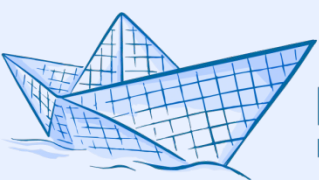
ФАКТОРЫ СОБСТВЕННО СОБЫТИЯ

ФАКТОРЫ ПОСЛЕ СОБЫТИЯ



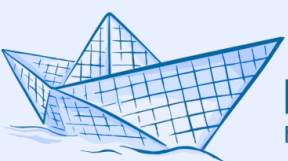
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАКЦИЯ НА ТРАВМУ

- ФАЗА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ШОКА
- ИНТЕНСИВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ РЕАКЦИИ НА СОБЫТИЕ И ЕГО ПОСЛЕДСТВИЯ
- ФАЗА НОРМАТИВНОГО РЕАГИРОВАНИЯ/ФИКСАЦИЯ НА ТРАВМЕ И ПОСЛЕДУЮЩАЯ ХРОНИЗАЦИЯ ПОСТСТРЕССОВОГО СОСТОЯНИЯ



ПРОЯВЛЕНИЯ ТРАВМАТИЧЕСКОГО СТРЕССА

- ФАЗА ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ШОКА
- ИНТЕНСИВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ РЕАКЦИИ НА СОБЫТИЕ И ЕГО ПОСЛЕДСТВИЯ
- ФАЗА НОРМАТИВНОГО РЕАГИРОВАНИЯ/ФИКСАЦИЯ НА ТРАВМЕ И ПОСЛЕДУЮЩАЯ ХРОНИЗАЦИЯ ПОСТСТРЕССОВОГО СОСТОЯНИЯ



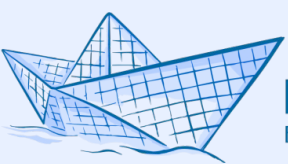
ФАЗЫ ПРОЖИВАНИЯ ТРАВМАТИЧЕСКОГО СТРЕССА

1 ФАЗА – ТРАВМАТИЧЕСКИЙ СТРЕСС

2 ФАЗА – ОСТРОЕ СТРЕССОВОЕ РАССТРОЙСТВО

3 ФАЗА – ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОЕ СТРЕССОВОЕ
РАССТРОЙСТВО

4 ФАЗА – ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОЕ
РАССТРОЙСТВО ЛИЧНОСТИ



АЛГОРИТМ РАБОТЫ

1 этап - ПСИХООБРАЗОВАНИЕ

2 этап – ФИКСАЦИЯ ЧУВСТВА БЕЗОПАСНОСТИ

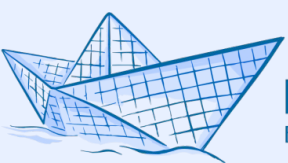
3 этап – ПРОВЕРКА СВЯЗИ С САМИМ СОБОЙ

4 этап – ИДЕНТИФИКАЦИЯ И ОПИСАНИЕ ТОГО,
ЧТО ПРОИЗОШЛО

5 этап – РАБОТА С ИЗБЕГАНИЕМ

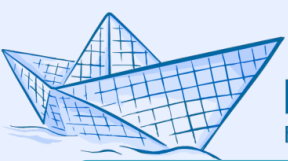
6 этап – СНИЖЕНИЕ ВОЗБУДИМОСТИ

7 этап – ПОИСК СМЫСЛА



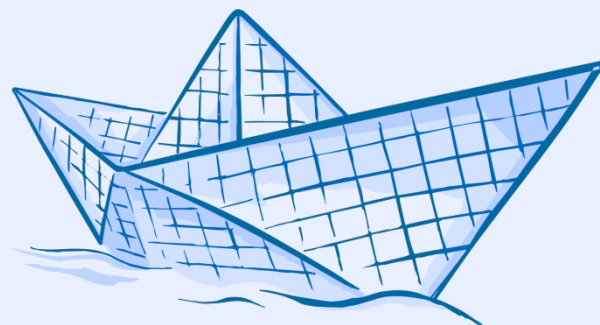
РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Ограничение влияния СМИ
2. Принятие чувств
3. Снижение уровня беспомощности
4. Двигательная активность
5. Общение с людьми
6. Приоритетность снижения стресса
7. Здоровое питание
8. Прохождение терапии



СПЕЦИФИКА РАЗГОВОРА С ДЕТЬМИ

1. Ограничение влияния расстраивающих подробностей
2. Искренность
3. Отбор информации
4. Учёт возраста и развития ребёнка
5. Систематичность
6. Взрослый как образец для подражания
7. Физическая поддержка
8. Определение надёжного источника информации
9. Обращение к специалисту



ГОЛЬФСТРИМ
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД

БЛАГОДАРЮ ЗА ВНИМАНИЕ!