



Ресурсный центр поддержки
гражданских институтов,
общественных организаций
и инициативных групп ЛДНР
«Дом НКО»

ПЕРВИЧНАЯ БЕСЕДА В КРИЗИСНОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Методический семинар для психологов

Ресурсный центр создан под эгидой Общественной палаты РФ

“

Цель создания центров в ДНР и ЛНР — поддержка и популяризация некоммерческой и общественной деятельности, включая условия для создания и развития социально-ориентированных некоммерческих организаций, распространение новых технологий и лучших практик работы в социальной сфере, а также доступ некоммерческих организаций на рынок социальных услуг. Задачами ресурсного центра являются оказание информационной, консультационной, образовательной, организационной и иной ресурсной поддержки социально ориентированным некоммерческим организациям и общественным инициативам».



МАРИНА ЗУБОВА
ПРЕЗИДЕНТ И УЧРЕДИТЕЛЬ
БФ «ГОЛЬФСТРИМ»

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»,
89208008086,
o.tsunina@golfstreamfond.ru



ПОМОЩЬ ЛИЦАМ, ПЕРЕЖИВШИМ ПСИХОТРАВМИРУЮЩЕЕ СОБЫТИЕ



Во время события и в ближайшее время после него

На отдаленных этапах (работа с травмой)

- Экстренная «допсихологическая» помощь
- Психологическое сопровождение
- Направление, управление
- Информирование
- Психологическое вмешательство
- Выявление негативных социально-психологических механизмов
- Психологический дебрифинг
- Психическая регуляция и саморегуляция

Классические методы

АФФЕКТИВНОЕ СОСТОЯНИЕ



Аффект недоумения
Аффект неадекватности

Аффект психалгии
Аффект дисторсии

Этап
метафорической
речи

Этап
алекситимии

Этап
дисторсии

АЛГОРИТМ ОКАЗАНИЯ ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ОСТРЫХ АФФЕКТИВНЫХ СОСТОЯНИЯХ



ШАГИ	АЛГОРИТМ
1	Нейтрализация/исключение воздействия триггеров
2	Экспресс-оценка интенсивности состояния на основании внешних проявлений
3	Выбор экспресс-метода Экспресс-оценка снижения интенсивности вегетативных реакций
4	Релаксация
5	Расширение границ сознания
6	Рекомендации через информирование

АЛГОРИТМ ОКАЗАНИЯ ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПАНИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЯХ



ШАГИ	АЛГОРИТМ
1	Нейтрализация/исключение воздействия триггеров
2	Определение остроты состояния Отработка гипотезы старта состояния
3	Дыхательная техника в сочетании с суггестивными методами
4	Работа с мышцами в определённых положениях тела. Релаксация
5	Рекомендации через информирование

- СПОКОЙНЫЙ ТЕМП
- ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА
ВНУТРЕННИЙ ОПЫТ
- НЕ ИЗБЕГАЕМ НЕГАТИВНЫХ ЧУВСТВ
- ГОВОРИМ НА ЗАПРЕТНЫЕ ТЕМЫ
- НЕ СПОРИМ, НЕ ПЕРЕУБЕЖДЕМ, НЕ
МАНИПУЛИРУЕМ
- ИСКРЕННОСТЬ И ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

- ПРИНЯТИЕ
- ЭМПАТИЯ
- АКТИВНОЕ СЛУШАНИЕ

ВЕДЕНИЕ БЕСЕДЫ



1. Говорим с клиентом на уровне чувств
2. Устанавливаем проблему, которая более всего беспокоит в данный момент
3. Объединение и резюмирование
4. Поиск путей решения проблемы, определение зоны влияния и зоны контроля

ПАРТНЕРЫ РЕСУРСНОГО ЦЕНТРА





www.dom-nko.ru

Телефон: 072 509-83-69

Адрес: г. Луганск, Коцюбинского,
13, каб. 49А

E-mail: info@dom-nko.ru

Соцсети: https://t.me/dom_nko