

**Общероссийская общественная организация Ассоциация медицинских сестер
России Региональная общественная организация медицинских сестер города
Москвы**

Центр экстренной психологической помощи МЧС России

Формат проведения: онлайн на платформе МТС-Линк

Модератор - И.Г. Калинина, президент РООМС.

**ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ОБУЧАЮЩЕГО СЕМИНАРА
«ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА»**

Время	Наименование	Содержание
15.00 – 15.45	Психологическая готовность	<ul style="list-style-type: none">• соблюдение правил личной безопасности и обеспечение безопасных условий для оказания психологической поддержки• методы саморегуляции:• дыхательные методы• визуализация• мышечное напряжение• когнитивная нагрузка
15.45-16.15	Общие принципы оказания психологической поддержки	<ul style="list-style-type: none">• общая последовательность действий при оказании психологической поддержки• понятия «стресс» и «острые стрессовые реакции», причины возникновения стрессовой реакции и динамика ее развития, виды острых стрессовых реакций (далее – ОСР)• общие принципы общения с пострадавшими, понятие психологического ресурса
16.15-17.00	Оказания психологической поддержки при различных острых стрессовых реакциях	<ul style="list-style-type: none">• алгоритмы оказания психологической поддержки пострадавшим с различными реакциями на стрессовую ситуацию:• истероидная реакция• агрессивная реакция• апатия• страх• тревога• плач
17.00-17.45	Профилактика негативных массовых реакций на стресс	<ul style="list-style-type: none">• массовые реакции на стресс, профилактика распространения• правила безопасного поведения в условиях массового скопления людей
4 ак.ч.	Всего	