



# Экстремальная ситуация — лагерь?!

*ОСОБЫЕ СИТУАЦИИ,*

*С КОТОРЫМИ МОЖНО СТОЛКНУТЬСЯ В ЛАГЕРЕ*

# Лунатизм

- Не будить ребенка во время его ночных прогулок и не давать никаких приказаний.
- Уменьшать освещенность детской постели ночью, помещая постель такого ребенка дальше от окна.
- Во избежание несчастных случаев окна и двери комнаты, где спит ребенок, нужно держать закрытыми, выключать электроприборы.
- Подложить под ноги движущегося ребенка во время его ночной прогулки мокрую холодную тряпку, это способствует самостоятельному медленному пробуждению ребенка и избавляет его от испуга .
- Не бранить ребенка и тем более не наказывать за странствия по ночам.



***Лунатика ни в коем случае не следует пугать, надо постараться осторожно уложить его в постель или очень спокойно, тихонько разбудить***



# Страх темноты

- Нельзя преуменьшать серьезность страхов.
- Не говорите ребенку, что он маленький и глупый.
- Не высмеивайте его, выслушайте его. Дайте ему выговориться.
- Спросите чего именно он боится.
- Признайтесь, что боязнь темноты или чего-то безымянного и невыразимого – вещь вполне понятная. Убедите ребенка, что большинство людей, будучи детьми, чувствовали то же самое.
- Пусть ребенок нарисует свой страх. И этот рисунок сам разорвет - со словами, что и его настоящий страх также разрывается( то, есть его можно победить).

# Энурез



- Никогда не ругайте ребенка за ночное недержание мочи! Не высказывайте ему своего раздражения — это только усилит заболевание .
- Не следует вести разговоры о заболевании ребенка при взрослых, особенно при посторонних людях и уж тем более — при сверстниках.
- Рекомендуется ограничить прием жидкостей вечером и на ночь, восполняя нужное количество питьем в первой половине дня и после обеда.
- Можно будить ребенка ночью для того, чтобы он сходил в туалет и остался сухим, причем, нужно попытаться определить в какое время у ребенка происходит недержание мочи и будить его как раз к этому сроку. Если вы решили будить ребенка ночью, нужно будить его, полностью приводя в сознание, в противном же случае вы только закрепите механизм энуреза.

# Побег

- Держать этого ребенка постоянно в поле зрения. Выяснить причины нежелания поехать в лагерь. Стремиться заинтересовать лагерной жизнью, не претендовать на его свободу. Помочь найти занятие по душе. Обратиться за помощью к психологу



*Лучшим способом отвлечения от побега является включение ребёнка в интересную деятельность с привлечением его фантазии, воображения*



# Суицидальное поведение

- Внимательно выслушайте. Не спорьте.
- Оцените серьезность намерений и чувств ребенка, глубину эмоционального кризиса.
- Предложите конструктивные подходы.
- Вселяйте надежду.
- Убедите его в том, что он сделал верный шаг, приняв вашу помощь.
- Не оставляйте ребенка одного в ситуации высокого суицидального риска и даже после успешного разговора.
- Обратитесь за помощью к специалистам.

Экстренная помощь

в кризисных

чрезвычайных

ситуациях







# Ступор

- Подойти к пострадавшему и медленно, бережно взять его за руку и пригласить идти вместе с вами: «Вам нужна немедленная помощь. Вам нельзя здесь оставаться».
- Человек, находясь в ступоре, может слышать и видеть. Поэтому говорите ему на ухо тихо, медленно и четко то, что может вызвать сильные эмоции (лучше негативные).
- Согните пострадавшему пальцы на обеих руках и прижмите их к основанию ладони. Большие пальцы должны быть выставлены наружу.
- Важно любыми средствами добиться реакции пострадавшего, вывести его из оцепенения!



# Нервная дрожь



- **Нужно усилить дрожь. Возьмите пострадавшего за плечи и сильно, резко потрясите в течение 10-15 секунд.**
- **Продолжайте разговаривать с пострадавшим, иначе ваши действия он может воспринять как нападение.**
- **Нельзя обнимать или прижимать к себе пострадавшего, говорить, чтобы он взял себя в руки, укрывать его чем-то теплым.**

# Двигательное возбуждение

- **Используйте прием «захват»:** находясь сзади, просуньте руки пострадавшему под мышки, прижмите его к себе и слегка опрокиньте на себя.
- **Изолируйте пострадавшего от окружающих.**
- **Не спорьте, не задавайте вопросов, в разговоре избегайте фраз с частицей «не», относящихся к нежелательным действиям («не беги», «не кричи»).**
- **Помассируйте пострадавшему «позитивные» точки (на лбу над бровями). Говорите спокойным голосом о чувствах, которые он испытывает.**
- **Важно, чтобы пострадавший не смог причинить вред себе и другим.**

# Плач

- **Не оставляйте пострадавшего одного.**
- **Не нужно человека останавливать или утешать, не давайте советов, дайте возможность «выплеснуть» из себя горе, страх обиду.**
- **Установите физический контакт (возьмите за руку, положите свою руку на плечо, погладьте по голове). Дайте ему почувствовать, что вы рядом.**
- **Применяйте приемы активного слушания: кивайте головой, повторяйте отрывки фраз, в которых пострадавший выражает свои чувства.**



# Истерическая реакция

- Удалите зрителей. Оставайтесь с пострадавшим наедине.
- Неожиданно совершите действие, которое может сильно удивить (можно ударить по щекам, облить водой, резко крикнуть на пострадавшего).
- Говорите уверенным тоном: «выпейте воды», «умойся».
- После истерики наступает упадок сил, уложите пострадавшего спать, наблюдайте за его состоянием.
- Ни в коем случае не потакайте желаниям пострадавшего.





www.pchelenok.com

# Вез Паникки

David Mair

Художник Arthur Wagner



Захватывающая игра, в которой главное не поддаваться панике

© 2004 by Piatnik, Vienna

