



Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

27 марта 2025, 17:46

Уральские психологи рассказали о психологической поддержке в стрессовых ситуациях пожилым людям



24 марта психологи Уральского филиала ЦЭПП МЧС России организовали занятие для пожилых людей на тему «Острые стрессовые реакции. Психологическая поддержка при ОСР» на базе Центра общения старшего поколения «Время жить!».

В рамках встречи особое внимание было уделено истерике и агрессии. Слушателям объяснили, что это нормальная реакция человека на непривычные, ненормальные обстоятельства. Пожилые люди узнали о методах самопомощи и поддержки окружающих в подобных ситуациях, а также о действиях, которых следует избегать. Дополнительно психолог рассказала об особенностях проявления ОСР у детей разных возрастных

групп и способах их психологической поддержки со стороны взрослых.

«Каждый из нас хотя бы раз сталкивался с острыми стрессовыми реакциями. Поэтому знания о том, как можно оказать помощь себе и окружающим, могут быть актуальны. Это особенно важно для старшего поколения, которое проявляет заботу о своих детях и внуках и ищет способы помощи в моменты стресса. Таким образом пожилые люди совершают не только благое дело, но и осознают свою значимость в обществе», – прокомментировала руководитель Клиентской службы (на правах отдела) в Чкаловском районе г. Екатеринбурга Майя Хитрина.

Всего в мероприятии приняли участие 14 человек.

