**ПРИ АПАТИИ** 

В состоянии апатии помимо упадка сил наваливается безразличие, появляется ощущение опустошенности. Если ребенка оставить без поддержки и внимания, то апатия может перерасти в депрессию.

***В этом, случае можно произвести следующие действия***:

* Поговорите с ребенком. Задайте ему несколько простых вопросов исходя из того, знаком он вам или нет: «Как тебя зовут?», «Как ты себя чувствуешь?», «Хочешь есть?».
* Проводите пострадавшего к месту отдыха, помогите удобно устроиться (обязательно нужно снять обувь).
* Возьмите ребенка за руку или положите свою руку ему на лоб.
* Дайте ему возможность поспать или просто полежать.
* Если нет возможности отдохнуть (происшествие на улице, в общественном транспорте, ожидание окончания операции в больнице), то больше говорите с пострадавшим, вовлекайте его в любую совместную деятельность (можно прогуляться, сходить выпить чая).

**Помассируйте мочки ушей и пальцы рук** – это места, где находится огромное количество биологически активных точек. Эта процедура поможет нам  немного взбодриться.

* Сделайте с ребенком несколько физических упражнений, но не в быстром темпе.
* После этого приступайте к выполнению тех дел, которые необходимо сделать. Выполняйте работу в среднем темпе, старайтесь сохранять силы. Например, если вам нужно дойти до какого-то места, не бегите — передвигайтесь шагом.
* Не беритесь за несколько дел сразу, в таком состоянии внимание рассеяно и сконцентрироваться, а особенно на нескольких делах, трудно.
* Постарайтесь при первой же возможности дать полноценный отдых.