



TIPOS DE CHOQUE PSICOLÓGICO

El choque ocurre cuando el cerebro cree que está en peligro.

TIPOS DE CHOQUE: : LAS CINCO ETAPAS

- LUCHA
- ESCAPADA
- CONGELACIÓN
- SUSTO
- DESMAYO

QUÉ HACER DURANTE:

- Respire profundamente
- Encuentre un lugar seguro lejos del desencadenante
- Distráigase