



ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ: КАК ОБСУДИТЬ С РЕБЁНКОМ?

Надежда Томина,
старший преподаватель
кафедры клинической психологии
и психофизиологии, психолог центра
психологического сопровождения
обучающихся УрФУ





**Обязательно учитывайте
возрастные и эмоциональные
особенности своего ребёнка.
Ни в коем случае не говорите
о безысходности ситуации.
Всегда есть шанс на спасение!**

НАДЕЖДА ТОМИНА,

психолог центра психологического
сопровождения обучающихся УрФУ



Напомните ребёнку о правилах безопасного поведения в критической ситуации с учётом его возраста



**Можно вместе с ребёнком
составить и проговорить план
действий в ситуации опасности.**





Если ребенок увидел новости или задает вопросы



Говорите спокойно и объективно, не вдаваясь в детализацию и эмоциональное реагирование.



Важно обсудить с ребёнком, что он чувствует по этому поводу!



Помните о «травме свидетеля» и фейковой информации в сети Интернет



Информационные ресурсы могут содержать изображения и видео жестокого характера. Поэтому рекомендую ограничить доступ детей к информационным ресурсам и объяснить это решение необходимостью дождаться правдивых сведений о ситуации.





Самое важное правило!



Сначала стабилизируйте своё эмоциональное состояние, а затем начинайте разговор.



Дети проживают критические и экстремальные ситуации иначе, чем взрослые, потому что видят страх и растерянность своих родителей и опираются в своём ощущении безопасности на их поведение и реагирование.



КАК ПОВЫСИТЬ БДИТЕЛЬНОСТЬ, ЧТОБЫ НЕ ДОПУСТИТЬ ТЕРАКТА



Обращайте внимание на бесхозные сумки, пакеты и другие подозрительные предметы в людных местах.



Избегайте массовых мероприятий, если есть угроза теракта.



Изучите планы эвакуации в зданиях, которые посещаете регулярно.



Никогда не принимайте от незнакомцев вещи для передачи другим лицам.



Сообщайте о всех подозрительных ситуациях в правоохранительные органы.

КАКИЕ СУЩЕСТВУЮТ ПРИЗНАКИ ВОЗМОЖНОЙ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ УГРОЗЫ

-  Подозрительные лица, ведущие наблюдение за каким-либо объектом.
-  Автомобили, припаркованные в необычных местах длительное время.
-  Следы оставленных веществ необычного цвета или запаха.
-  Бесхозные сумки, коробки, ящики, портфели.
-  Звуки работающих таймеров, электроприборы, издающие сигналы.

**ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОДОБНЫХ ПРИЗНАКОВ НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО
СООБЩИТЕ В ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫЕ ОРГАНЫ!**

АЛГОРИТМЫ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ

ПРИ УГРОЗЕ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОГО АКТА



КАК ПОСТУПИТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПОЛУЧИЛИ СООБЩЕНИЕ ОБ УГРОЗЕ ТЕРАКТА ПО ТЕЛЕФОНУ



Постарайтесь максимально затянуть разговор для получения больше информации.



Зафиксируйте точное время звонка, пол, возраст звонившего и особенности речи.



Отметьте характерные звуковые сигналы в трубке.



Сразу же сообщите об этом в правоохранительные органы.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ ЗАЛОЖНИКОМ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОГО АКТА

- » Выполняйте требования террористов, не рискуйте жизнью окружающих.
- » Держитесь достойно, не допускайте истерики, паники и не смотрите преступникам прямо в глаза.
- » Не реагируйте на оскорбления и издевательства в вашу сторону.
- » При штурме освободителями ложитесь на пол лицом вниз, ноги не скрещивайте.

**НЕ ОПУСКАЙТЕ РУКИ! ВЕРЬТЕ, ЧТО ВАС
ДОЛЖНЫ СПАСТИ!**



КУДА ОБРАТИТЬСЯ, ЕСЛИ ВАМ ИЛИ ВАШИМ БЛИЗКИМ НУЖНА ПОМОЩЬ

- ☒ В случае любых чрезвычайных ситуаций
- ☒ В случае наличия информации о совершенных или готовящихся терактах
- ☒ В случае опасности или совершения противоправных действий
- ☒ В случае необходимости психологической помощи и поддержки
- ☒ В случае вовлечения людей в деструктивную деятельность

Единый телефон экстренной помощи
112

Горячая линия ФСБ России
8-800-224-22-22

Горячая линия МВД России
8-800-222-74-47

Горячая линия психологической помощи
МЧС России
8-800-775-17-17

Виртуальная горячая линия
«Скажи экстремизму – нет»
<https://resurs-center.ru/hotline>



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ В ЗОНЕ ТЕРАКТА ИЛИ ЧРЕЗВЫЧАЙНОГО ПРОИСШЕСТВИЯ

- **Сохраняйте спокойствие** и не поддавайтесь панике.
- Как можно скорее **покиньте опасную зону**, используя ближайшие эвакуационные выходы.
- При эвакуации держитесь ближе к стенам, **следуйте указаниям экстренных служб**.
- Если эвакуация невозможна, **укройтесь в безопасном месте**, заблокируйте вход.
- **Сообщите о своем местонахождении в экстренные службы** по номеру 112.
- **Окажите первую помощь пострадавшим**, если безопасно.
- **Не используйте мобильную связь** без крайней необходимости для предотвращения перегрузки сети.

