

ТЕРРОРИЗМ -

*угроза
обществу!*



Терроризм:

как воспринимают его наши дети

Помогайте вашим детям справиться с их страхами.

- Если кому-то из членов семьи надо уехать на время, предусмотрите какие-то действия на этот случай. Соберитесь с семьями тех, чьи близкие тоже уехали по каким-то обстоятельствам (например, в общую командировку с вашим родственником).
- Не позволяйте детям проводить слишком много времени у телевизора в ожидании новостей о случившемся теракте. Направьте их внимание на любимые занятия. Постарайтесь сами меньше времени уделять новостям и больше времени проводить с семьей.
- Если вы замечаете у своего ребенка слишком острую, затянувшуюся реакцию на печальные события, воспользуйтесь внешней поддержкой (детский психолог, врач).
- Выберите время для себя и постарайтесь разобраться в своих реакциях на происходящее настолько, насколько это возможно. Это поможет вам лучше понять своего ребенка.

Как говорить с ребенком?

- Признавайте чувства ваших детей. Постарайтесь выразить это словами.
- Скажите ребенку, что испытывать страх за собственную безопасность - это нормально. В то же время постарайтесь убедить его, что принимаются необходимые меры, чтобы обеспечить эту безопасность. Этим занимается правительство, армия, другие органы.
 - Дети могут испытывать непреодолимый страх, который им трудно выразить словами, они могут беспокоиться за родителей и за себя ("Что будет со мной, если мама (папа) не вернется?") Обсудите с ребенком возможные ситуации: кто о нем позаботится, к кому, в случае необходимости можно обратиться за поддержкой.
- Если мы просто говорим ребенку "Не плачь, все будет в порядке", то тем самым не признаем серьезность его эмоциональных реакций. В то же время, помогая ребенку выразить его чувства, не забываем высказать надежду, что все наладится.
- Стоит ли подробно обсуждать произошедшее с ребенком? Это зависит от его возраста. Если вы говорите с дошкольником, младшим школьником, ограничьтесь только самыми необходимыми деталями. Подростку, возможно понадобится подробная информация.

Терроризм:

как воспринимают его наши дети

К сожалению, терроризм - это часть нашей сегодняшней реальности. Даже если мы сами и наши близкие живут в относительно безопасных регионах. Им приходится задумываться - как наши дети реагируют на происходящее? Как правильно говорить с ними об этом?

Конечно, реакции разных детей различаются по своей остроте. И все же есть общие моменты в том, что дети чувствуют, когда в нашу жизнь врываются акты терроризма.

Возможно, главная реакция - это страх. И за себя, и за своих близких, и за тех, кто оказался в непосредственной опасности. Он усугубляется неуверенностью, недостатком информации о происходящих событиях.

Если ребенок раньше пережил другие потери или травмирующие события, воспоминания об этих событиях могут всплыть именно сейчас.

Характерно и ощущение потери стабильности. Это очень выбивает из коллен. Терроризм нарушает привычный ход событий, разрушает доверие к людям, лишает эмоционального равновесия и чувства безопасности. Растерянность, ощущение беспомощности - эти чувства могут транслироваться от взрослого к ребенку.

Гнев - естественная реакция на происходящее. Дети могут испытывать его по отношению к террористам. Нужно разрешить им выражать эти чувства. Но гнев может направляться и на тех, с кем дети чувствуют себя в большей безопасности - на близких.

Помогайте вашим детям справиться с их страхами.

- Помогите детям убедиться в их личной безопасности. Расскажите, что предпринимаются меры предосторожности для предотвращения терроризма.
- Укрепляйте ваши обычные семейные ритуалы. Это повышает у ребенка чувство стабильности и безопасности. Выделите для ребенка специальное время (пускай даже небольшое), которое будет посвящено играм или общению только с ним.
- Попробуйте показать детям, что чувство контроля над ситуацией можно приобрести, оказывая поддержку другим людям, предпринимая какие-то действия.

Телефон спасения

По телефону **01** звонят, когда жизни и здоровью человека угрожает стихия, огонь, вода и прочее. Это телефон пожарных и спасателей. Если ты почувствовал запах дыма, увидел огонь, или другие признаки пожара, звони по телефону **01**.

По телефону **02** звонят, когда жизни и здоровью человека угрожает другой человек. Это телефон полиции. Если ты нашел подозрительный предмет, стал свидетелем происшествия, находишься в опасности - звони по телефону **02**.

По всей стране работает единый телефон спасения **112**, позвонив по которому, можно будет сообщить о любом происшествии. Оператор сам передаст твое сообщение во все необходимые службы помощи: МЧС ("01"), полицию ("02"), "скорую помощь" ("03").



01

02

112

Подозрительный предмет

Если ты обнаружил подозрительный предмет на площадке:

1. Не трогай!
2. Не открывай!
3. Не двигай!



4. Предупреди окружающих!
5. Отойди как можно дальше!
6. Запни время!



7. Не пользуйся мобильным телефоном вблизи этого предмета!



8. Дождись прибытия полиции, ведь ты - важный очевидец!



Пожар

Огонь - страшная сила. Чтобы победить её, нужно иметь определенные знания и навыки. Но не пытайся справиться с пожаром в одиночку. Конечно, каждому хочется стать героем, но от огня ты можешь серьёзно пострадать.

Не бойся во время пожара, старайся действовать спокойно. А что именно надо делать, подскажут наши инструкции.

Главное - помни: самое важное, что есть у человека, - это его жизнь. Не рискуй ею понапрасну. Не старайся спасти вещи, книги, игрушки. Лучше позаботься о себе и своих близких.

1. Как можно быстрее сообщи взрослым или сам вызови из безопасного места пожарных по телефону

01



2. Выходя плотно закрой за собой все двери, чтобы задержать распространение огня из горящей комнаты на 10-15 минут.

3. 10-15 минут, этого времени достаточно, чтобы смогли покинуть дом твои родные, соседи, даже пожилые.

