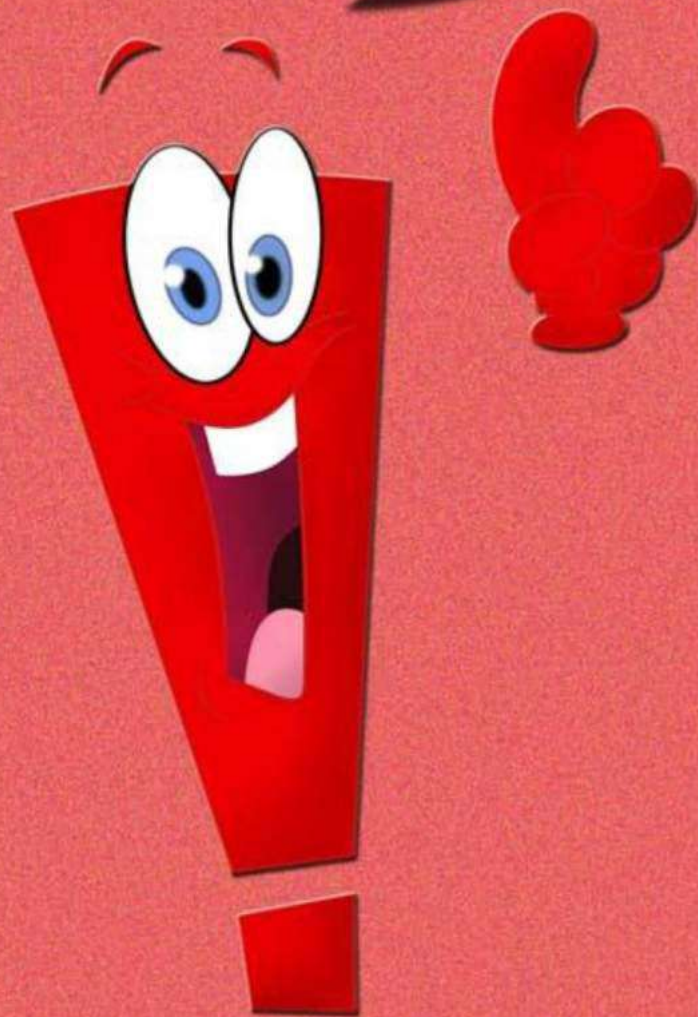


**ТЕРРОРИЗМ -**

*угроза*

*обществу!*



# 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.

# 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.

# 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**

# 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.*



# 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!



# Агрессивные люди

Каждый знает, что на улице следует быть внимательным.

Соблюдай на улице простые правила:

1. Старайся держаться в стороне от агрессивно настроенных людей и тех, чье поведение кажется тебе подозрительным.
2. Не соглашайся ни на какие предложения посторонних людей (например, присмотреть за их вещами) - даже за деньги.
3. Не принимай предложений сыграть в моментальную лотерею и азартные игры. Даже если тебе говорят, что ты обязательно выиграешь, это любимая уловка мошенников.
4. Старайся долго не находиться в толпе - это очень опасно. Если это все-таки случилось, воспользуйся нашими советами:



*Стоя на остановке, будь внимателен - следи за поведением окружающих*

*Если кто-то ведет себя агрессивно по отношению к тебе, громко скажи:  
**ОСТАВЬТЕ МЕНЯ В ПОКОЕ!***

