

**Государственное бюджетное учреждение центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ЦППМСР Красносельского района)**

Утверждаю

Директор

_____ И.С. Седунова

Приказ от 29.08.2025 № 179-од

Антикризисный план

**по организации эффективных действий участников образовательных
отношений в кризисной ситуации**

**Санкт-Петербург
2025**

Содержание

Введение	
Блок 1. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ	
1.1. Важные контакты	
1.2. Антикризисная команда ЦППМСП Красносельского района	
1.3. Структура и обязанности антикризисной команды	
1.3.1. Состав и структура антикризисной команды	
1.3.2. Обязанности членов антикризисной команды и работников ЦППМСП Красносельского района по предотвращению террористических актов в здании ЦППМСП Красносельского района и на его территории	
1.3.3. Обязанности членов антикризисной команды в кризисной ситуации	
1.4. План действий работников ЦППМСП Красносельского района при различных видах чрезвычайных ситуаций	
Блок 2. МЕТОДИЧЕСКИЙ	
2.1. Инструкции по действиям педагогических и других работников ЦППМСП Красносельского района в кризисной ситуации	
2.1.1. При обнаружении предмета с подозрением на взрывное устройство	
2.1.2. При угрозе совершения террористического акта	
2.1.3. При вооруженном нападении (стрельбе)	
2.1.4. При захвате заложников	
2.1.5. При взрыве в здании ЦППМСП Красносельского района	
2.1.6. При угрозе действия террористов-смертников	
2.1.7. При угрозе биологического или химического терроризма	
2.1.8. Действия при получении информации об эвакуации	
2.2. Информация для предотвращения террористических актов в здании ЦППМСП Красносельского района и на его территории	
2.2.1. Признаки подготовки террористического акта	
2.2.2. Особенности террористов-смертников	
2.3. Критерии оказания медицинской и психологической помощи	
2.3.1. Критерии оказания первой помощи	
2.3.1.1. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь в соответствии приложением № 1 к приказу Министерства здравоохранения Российской Федерации от 3 мая 2024 г. № 220н «Об утверждении порядка оказания первой помощи»	
2.3.1.2. Перечень мероприятий по оказанию первой помощи в соответствии приложением № 2 к приказу Министерства здравоохранения Российской Федерации от 3 мая 2024 г. № 220н «Об утверждении порядка оказания первой помощи»	
2.3.2. Критерии оказания психологической помощи	
2.3.2.1. Оказание психологической поддержки	
2.3.2.2. Оказание экстренной психологической помощи	

Введение

Антикризисный план Государственного бюджетного учреждения центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Красносельского района Санкт-Петербурга (ЦППМСП Красносельского района) по организации эффективных действий участников образовательных отношений в кризисной ситуации разработан в целях усиления мер безопасности, повышения состояния защищенности от угроз криминального характера и террористических угроз; создания условий, обеспечивающих сохранение жизни, здоровья обучающихся и работников образовательных организаций.

Блок 1. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ

1.1. Важные контакты

№	Наименование службы	Номер телефона
1.	Чрезвычайная помощь	112 (единый номер службы спасения для звонков с сотовых телефонов в экстренных ситуациях (можно звонить без сим-карты, без денег на счете и с заблокированной клавиатурой телефона))
2.	Противопожарная служба	101
3.	Полиция	102
4.	Скорая Медицинская Помощь	103
5.	Региональная Служба Спасения	Дежурная часть (круглосуточно): 380-91-19 (многоканальный), 545-47-45, 545-35-18
6.	Дежурная служба Красносельского района	(812) 736-86-02
7.	Управление ФСБ России по Санкт-Петербургу и Ленинградской области	Дежурный (круглосуточно): (812) 438-71-10 Дежурный Службы по защите конституционного строя и борьбе с терроризмом (812) 438-74-14 Телефон доверия (812) 438-69-93 Информация о совершенных или готовящихся терактах +7 (495) 224-22-22; 8 (800) 224-22-22
8.	Управление МВД России по Красносельскому району	Телефон дежурной части УМВД: (812) 573-53-60
9.	Территориальный отдел по Красносельскому району, Управление гражданской защиты Главного Управления МЧС России по городу Санкт-Петербургу	(812) 735-88-04
10.	Центр управления кризисных ситуаций МЧС России	601-85-50, 601-85-51 Единый телефон доверия +7 (812) 299-99-99
11.	Управление по делам ГО и ЧС Красносельского района (УГО и ЧС)	(812) 735-74-85
12.	Отдел образования администрации Красносельского района	(812) 576-14-70 (812) 576-14-71

1.2. Антикризисная команда ЦППМСП Красносельского района

Должность, ФИО	Телефон
Директор Седунова Ирина Сергеевна	(812) 246-95-96
Заместитель директора по АХР Баранов Леонид Михайлович	(812) 246-95-96
Заместитель директора по ОПР Иванова Ирина Валерьевна	(812) 246-95-96
Заведующий консультативно-диагностическим отделом Машталъ Ольга Юрьевна	(812) 246-95-96
Методист Афанасьева Татьяна Максutowна	(812) 246-95-97
Методист Старчикова Елена Викторовна	(812) 246-95-97
Педагог-психолог Кисмерешкин Олег Викторович	(812) 246-95-97
Социальный педагог Козонина Евгения Борисовна	(812) 246-95-97
Специалист по кадрам Захарова Елена Георгиевна	(812) 246-02-99

1.3. Структура и обязанности антикризисной команды

1.3.1. Состав и структура антикризисной команды

Должность в штате образовательной организации	Выполняемые функции в составе антикризисной команды
Директор Седунова И.С., заместитель директора по АХР Баранов Л.М.	Ответственный за антитеррористическую защищенность
Заместитель директора по АХР Баранов Л.М.	Ответственный за антитеррористическую защищенность, ответственный за медицинское обеспечение, ответственный за эвакуацию
Заведующий коррекционно-развивающим отделом Иванова И.В., Заведующий консультативно-диагностическим отделом Машталъ О.Ю.	Ответственный за взаимодействие со СМИ
Заместитель директора по АХР Баранов Л.М., педагог-психолог Кисмерешкин О.В.	Ответственный за пожарную безопасность
Методисты Афанасьева Т.М., Старчикова Е.В.	Ответственный за психологическое, методическое обеспечение
Специалист по кадрам Захарова Е.Г., социальный педагог Козонина Е.Б.	Ответственный за оповещение

1.3.2. Обязанности членов антикризисной команды и работников ЦППМСП Красносельского района по предотвращению террористических актов в здании ЦППМСП Красносельского района и на его территории

1. Заместителю директора ЦППМСП Красносельского района по административно-хозяйственной работе:

- Содержать в порядке чердачные, подвальные и подсобные помещения, запасные выходы из здания ЦППМСП Красносельского района, которые должны быть закрыты и опечатаны; опечатанными должны быть также пожарные краны, огнетушители и электроштыты.

- Ежедневно осуществлять контроль состояния этих объектов.
- Следить за освещением территории ЦППМСП Красносельского района в темное время суток.

2. Заместителю директора по организационно-педагогической работе, заведующим отделами:

- Не реже одного раза в неделю проверять состояние учебных помещений.
- Контролировать выдачу ключей от учебных помещений педагогам и сдачу ключей после окончания занятий.

3. Дежурному администратору

- Не пропускать в помещения ЦППМСП Красносельского района посетителей с подозрительной ручной кладью (тяжелые сумки, ящики, большие свертки и т.д.).
- Особое внимание уделять проверке документов и выявлению целей прибытия посетителей, делать соответствующие записи в книге посетителей.
- Ограничить пропуск в здание ЦППМСП Красносельского района родственников и знакомых обучающихся.
- Держать входные двери здания свободными для входа и выхода во время массового (общего) прибытия сотрудников и обучающихся на работу и занятия и убытия их после окончания работы и занятий.
- После окончания рабочего дня регулярно обходить и проверять внутренние помещения ЦППМСП Красносельского района и каждые два часа обходить территорию ЦППМСП Красносельского района, обращая внимание на посторонние и подозрительные предметы.
- Обо всех обнаруженных нарушениях немедленно докладывать директору ЦППМСП Красносельского района.

4. Постоянному составу ЦППМСП Красносельского района ежедневно проверять свои рабочие места на предмет отсутствия посторонних и подозрительных предметов.

5. Каждый сотрудник и обучающийся ЦППМСП Красносельского района обязан при обнаружении недостатков и нарушений, касающихся обеспечения безопасности в учреждении, незамедлительно сообщить об этом директору ЦППМСП Красносельского района.

1.3.3. Обязанности членов антикризисной команды в кризисной ситуации (чрезвычайной ситуации)

1. Директор ЦППМСП Красносельского района отвечает за планирование и порядок действий в ЧС.

2. Директор ЦППМСП Красносельского района является прямым начальником всего личного состава антикризисной команды.

3. Директор ЦППМСП Красносельского района при чрезвычайной ситуации подчиняется представителям служб спасения.

4. Директор ЦППМСП Красносельского района обязан:

- установить и поддерживать связь с органами безопасности и службой спасения;
- корректировать (по необходимости) порядок действий работников ЦППМСП Красносельского района в зависимости от вида чрезвычайной ситуации и сложившейся обстановки;
- организовать поддержание общественного порядка;
- координировать работу заместителя;
- взаимодействовать со СМИ;

5. Заместитель директора ЦППМСП Красносельского района по АХР отвечает за взаимодействие с представителями пунктов временного размещения (ПВР), организацию деятельности членов антикризисной команды.

6. Заместитель директора ЦППМСП Красносельского района по АХР подчиняется руководителю антикризисной команды, а в случае его отсутствия выполняет его обязанности.

7. Заместитель директора ЦППМСП Красносельского района по АХР обязан:

- оповестить членов команды о чрезвычайной ситуации (по необходимости);
- поддерживать связь с организациями, выделяющими транспорт и места временного размещения;
- руководить работой членов антикризисной команды;
- регулировать и выстраивать системы коммуникации.

8. Дежурные администраторы отвечают за поддержание общественного порядка, организованный выход пострадавших из зоны ЧС.

9. Дежурные администраторы подчиняются руководителю и заместителю руководителя антикризисной команды.

10. Дежурные администраторы обязаны:

- обеспечивать безопасность граждан и поддержание общественного порядка в зоне ЧС;
- обеспечивать организованный выход эвакуированных и пострадавших на посадку в транспорт или к исходным пунктам маршрутов пешей эвакуации.

11. **Ответственный за психологическое обеспечение** отвечает за психологическое обеспечение пострадавших при ЧС.

12. Ответственный за психологическое обеспечение подчиняется руководителю и заместителю руководителя антикризисной команды.

13. Ответственный за психологическое обеспечение обязан:

- оказывать экстренную индивидуальную и групповую психологическую помощь пострадавшим в результате ЧС;
- проводить мероприятия по реабилитации пострадавших при ЧС.

1.4. План действий работников ЦППМСП Красносельского района при различных видах чрезвычайных ситуаций

При возникновении чрезвычайной ситуации необходимо немедленно прекратить работу и строго следовать алгоритму действий в целях уменьшения последствий возникшей кризисной ситуации.

№	Вид угрозы ЧС	Оповещение и порядок действий	Время исполнения	Ответственные
1.	На случай угрозы теракта	Сигнал оповещения: три прерывистых один длинный звонок зуммера, голосовое сообщение через громкоговорители, текстовое и (или) голосовое сообщение группы Сферум, Telegram. Включение тревожной кнопки. Информирование полиции.	Немедленно (при наличии возможности)	Дежурный администратор, ответственные за антитеррористическую защищенность, оповещение и эвакуацию
1.1	При угрозе взрыва	Сигнал оповещения: один длинный звонок зуммера, голосовое сообщение через громкоговорители, текстовое и (или) голосовое сообщение группы Сферум, Telegram. Открытие запасных выходов по ситуации, если нет угрозы проникновения террористов. Включение тревожной кнопки. Информирование полиции.	Немедленно (при наличии возможности)	Дежурный администратор, ответственный за антитеррористическую защищенность, ответственный за оповещение
		Руководствоваться пунктом 2.1.1. блока 2. Прослушать информацию по безопасной эвакуации, эвакуировать обучающихся в пункт сбора.	+2мин. при получении сигнала	Все работники ЦППМСП Красносельского района, в том числе специалисты, ведущие занятия
		Провести экстренную эвакуацию сотрудников. Проверить присутствие обучающихся и действовать по указанию администрации ЦППМСП Красносельского района.	При получении сигнала о ЧС +3мин.	Ответственный за антитеррористическую защищенность, ответственный за эвакуацию, специалисты, ведущие занятие.
		Установить оцепление подозрительного предмета	При получении сигнала о ЧС +5мин.	Ответственный за антитеррористическую защищенность, дежурные администраторы
		Информировать Отдел образования администрации Красносельского района	При получении сигнала о ЧС +10 мин.	Ответственный за антитеррористическую защищенность, ответственный за оповещение
		Собраться в месте работы штаба службы спасения. Следовать указаниям руководителя и службы спасения	По прибытии служб +3 мин.	Ответственный за антитеррористическую защищенность

		По согласованию с представителями ФСБ и Росгвардии распустить обучающихся по месту жительства	По согласованию	Ответственный за антитеррористическую защищенность
1.2	При вооруженном проникновении в здание	Сигнал оповещения: три прерывистых один длинный звонок зуммера, текстовое и (или) голосовое сообщение группы Сферум, Telegram. Голосовое сообщение по громкоговорителям. Включение тревожной кнопки, дублирование сообщения ОМВД.	Немедленно	Дежурный администратор, ответственный за антитеррористическую защищенность или первый обнаруживший
		Руководствоваться пунктом 2.1.3. блока 2. Закрыть кабинеты, укрыться в подсобных помещениях. Если есть возможность без риска для жизни эвакуироваться в безопасное место через эвакуационные выходы. В дальнейшем действовать по указанию администрации ЦППМСП Красносельского района и (или) по сложившейся ситуации.	Немедленно при поступлении сигнала	Специалисты, ведущие занятия с обучающимися.
		Покинуть открытые помещения. Оценить обстановку. При возможности эвакуироваться, помочь эвакуироваться коллегам и обучающимся. При невозможности эвакуироваться запереться в безопасном месте.	Немедленно при получении сигнала	Все работники ЦППМСП Красносельского района
		Обеспечить: • встречу прибывшей службы спасения и медицинской помощи; • беспрепятственный проход на территорию и в здание сотрудникам службы спасения и медицинской помощи;	По прибытию +1 мин	Ответственный за антитеррористическую защищенность
		Проинформировать об опасности ЧС руководителей соседних учреждений. Информировать Отдел образования администрации Красносельского района	При получении сигнала о ЧС +10 мин	Ответственный за антитеррористическую защищенность, ответственный за оповещение
		Сбор в месте работы штаба службы спасения Следование указаниям руководителя и службы спасения	По прибытии служб +3 мин.	Ответственный за антитеррористическую защищенность
1.3	При захвате обучающихся или работников ЦППМСП Красносельского	Нажать тревожную кнопку. Сообщить о случившемся дежурному ОМВД по телефону.	Немедленно	Дежурный администратор, ответственный за антитеррористическую защищенность или первый обнаруживший инцидент

	района в заложники	Руководствоваться пунктом 2.1.4. блока 2. Если есть возможность безопасной эвакуации немедленно вывести не захваченный персонал и обучающихся из здания ЦППМСП Красносельского района (организовать проверку присутствия обучающихся, работников). При угрозе жизни на пути к эвакуации закрыть кабинеты, укрыться в подсобных помещениях.	При получении сигнала о ЧС +2 мин.	Ответственный за антитеррористическую защищенность, ответственный за эвакуацию и другие работники при нахождении в здании
		Уточнить местонахождение террористов и заложников, их требования, психологическое состояние. Организовать наблюдение за зданием ЦППМСП Красносельского района с целью не допустить проникновения в него посторонних.	После эвакуации +1 мин.	Ответственный за антитеррористическую защищенность, ответственный за психологическое обеспечение
		Организовать встречу силовых структур, сообщить все сведения, которыми вы обладаете о террористах и захваченных ими людях. Передать силовым структурам план расположения помещений ЦППМСП Красносельского района. Информировать Отдел образования администрации Красносельского района	По прибытию + 2 мин.	Ответственный за антитеррористическую защищенность
2.	На случай пожара	При обнаружении пожара, нажать кнопку пожарного извещателя, оценить обстановку и приступить к тушению возгорания первичными средствами пожаротушения только при отсутствии угрозы жизни и здоровью. При отсутствии результата тушения пожара, эвакуироваться со всеми людьми, находящимися в здании.	Немедленно при обнаружении	Ответственный за пожарную безопасность или первый обнаруживший работник
		При срабатывании автономного речевого сигнала: «Внимание всем!» «Пожарная тревога!» - приступить к экстренной эвакуации работников и обучающихся.	При получении сигнала +2 мин.	Ответственный за пожарную безопасность, ответственный за эвакуацию
		Открыть запасные выходы, разблокировать системы доступа	При получении сигнала +2 мин.	Ответственный за пожарную безопасность, ответственный за эвакуацию, сотрудник охраны
		Проверить численность обучающихся и работников	При получении сигнала +4 мин.	Ответственный за эвакуацию
		Информировать пожарно-спасательную часть по телефону 01.		Дежурный администратор, администрация ЦППМСП Красносельского района
		Локализовать, организовать тушение возгорания при отсутствии угрозы жизни и здоровью		Ответственный за пожарную безопасность
		Организовать встречу пожарных расчетов, силовых структур и согласовать с ними дальнейшие действия		Заместитель директора по АХР
		Информировать Отдел образования администрации Красносельского района		Администрация ЦППМСП Красносельского района

Блок 2. МЕТОДИЧЕСКИЙ

2.1. Инструкции по действиям педагогических и других работников ЦППМСП Красносельского района в кризисной ситуации

2.1.1. Действия педагогических и других работников ЦППМСП Красносельского района при обнаружении подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством

1. Необходимо помнить, что внешний вид предмета может скрывать его истинное назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств часто используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п.

2. В случае обнаружения подозрительного предмета незамедлительно сообщить о случившемся администрации ЦППМСП Красносельского района, в правоохранительные органы по телефонам территориальных подразделений ФСБ и МВД России.

3. Для того, чтобы позвонить, удалиться от предмета, не использовать мобильный телефон и радиосредства в радиусе 50 м от подозрительного предмета.

4. Позвонив по телефону 112:

- четко рассказать, что случилось,
- дать как можно более точное описание предмета и его место нахождения,
- назвать точный адрес или название образовательной организации,
- указать, есть ли пострадавшие, раненные,
- сообщить свое имя, телефон для возможности перезвонить, поддерживать связь,
- отвечать на все вопросы кратко и точно,
- не прерывать разговор по собственной инициативе.

5. Не трогать, не вскрывать и не передвигать находку.

6. Зафиксировать время обнаружения находки.

7. Сделать так, чтобы люди отошли как можно дальше от опасной находки.

8. Обязательно дожидаться прибытия оперативно-следственной группы, так как вы являетесь самым важным очевидцем.

9. До прибытия оперативно-следственной группы находиться на безопасном расстоянии от обнаруженного предмета и быть готовым дать показания, касающиеся случившегося.

10. Не следует самостоятельно предпринимать никаких действий с взрывными устройствами или подозрительными предметами – это может привести к взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям.

11. В случае необходимости, а также по указанию правоохранительных органов и спецслужб директору ЦППМСП Красносельского района или лицу, его замещающему, следует подать команду для осуществления эвакуации личного состава согласно плану эвакуации.

12. Заместителю директора ЦППМСП Красносельского района по АХР обеспечить возможность беспрепятственного подъезда автомашин правоохранительных органов, скорой медицинской помощи, пожарной охраны, сотрудников МЧС, служб эксплуатации к месту обнаружения подозрительного предмета.

13. При эвакуации в случае нахождения предмета с подозрением на взрывное устройство в помещении ЦППМСП Красносельского района:

- При нахождении в помещении, по возможности, открыть окна - в случае взрыва повреждений будет меньше.
- Осмотреть помещение для возможного обнаружения подозрительного предмета (предмета, которого раньше в помещении не было и т.п.).
- При обнаружении подозрительного предмета, выйти из помещения и сообщить о находке в антикризисную команду.
- Педагогическим работникам быть готовым передать информацию о присутствующих и отсутствующих обучающихся.
- Взять с собой личные вещи - освобождение помещения от сумок облегчит в дальнейшем проверку помещения.
- При прибытии в место сбора проверить наличие всех обучающихся и передать ответственному за эвакуацию, собирающему информацию, сколько обучающихся было на занятии, сколько отсутствовало, сколько прибыло в место сбора.

2.1.2. Действия педагогических и других работников ЦППМСП Красносельского района при угрозе совершения террористического акта

2.1.2.1. Действия при поступлении угрозы по телефону

1. При поступлении угрозы по телефону, если возможно, еще в процессе разговора сообщить о нем директору ЦППМСП Красносельского района или лицу, его замещающему (попросить об этом находящегося рядом жестом или с помощью написанных ключевых слов). Если такой возможности нет, немедленно по окончании разговора доложить о нем директору ЦППМСП Красносельского района или лицу, его замещающему, для принятия соответствующих мер и сообщения о поступившей угрозе в правоохранительные органы и в Отдел образования администрации Красносельского района Санкт-Петербурга.

2. Обязательно зафиксировать точное время начала разговора и его продолжительность, номер телефона звонившего.

3. Во время разговора оставаться спокойным.

4. Постараться дословно запомнить разговор и зафиксировать на бумаге:

- Когда совершится террористический акт (дата/время)?
- Где произойдет террористический акт?
- Как может быть осуществлен террористический акт?
- Как выглядит взрывное устройство (если речь идет о взрыве)?
- С какой целью?
- Требуется ли что-нибудь звонящий?
- На месте ли уже террорист?
- Кто звонит?

5. По ходу разговора отметить пол, возраст звонившего, особенности его речи.

6. Обязательно отметить звуковой фон разговора (шум автомашин или железнодорожного транспорта, звук теле- или радиоаппаратуры, голоса и т.д.).

7. Держать звонящего на линии как можно дольше.

8. Постараться добиться от звонящего максимально возможного промежутка времени для принятия решений или совершения каких-либо действий.

9. Не распространяться о факте разговора и его содержании, максимально ограничить число людей, владеющих информацией.

10. Обязательно сообщать о поступившей по телефону угрозе, даже если есть полная уверенность в ее неосуществимости и необоснованности.

2.1.2.2. Действия при поступлении угрозы в письменной форме

1. После получения такого документа обращаться с ним максимально осторожно. По возможности убрать его в чистый плотно закрывающийся полиэтиленовый пакет и поместить в отдельную жесткую папку.

2. Постараться не оставлять на документе отпечатков своих пальцев.

3. Если документ упакован в конверт, производить вскрытие конверта только с левой или правой стороны, аккуратно отрезая кромки ножницами.

4. Сохранять документ с текстом, конверт и любые вложения в него, упаковку.

5. Не расширять круг лиц, знакомых с содержанием документа.

6. Анонимные материалы направлять в правоохранительные органы с сопроводительным письмом, в котором дается их описание (вид, количество, каким способом и на чем исполнены, с каких слов начинается и какими заканчивается текст, наличие подписи и т.д.), а также описание обстоятельств, связанных с распространением, обнаружением или получением материалов.

7. Анонимные материалы не должны сшиваться, склеиваться, на них не разрешается делать надписи, подчеркивать или обводить отдельные места в тексте, писать резолюции и указания. Такие материалы запрещается рвать и сгибать. При написании резолюций и другой информации на сопроводительных документах не должно оставаться продавленных следов на анонимных материалах.

2.1.2.3. Действия при поступлении угрозы через Интернет

1. Записать текст угрозы или разговор, во время которого поступила угроза.

2. Зафиксировать портал, через который поступила угроза.

3. Зафиксировать время передачи угрозы.

4. Незамедлительно сообщить в полицию и передать сохраненный материал.

5. Известить директора ЦППМСП Красносельского района или лицо его замещающее.

2.1.3. Действия педагогических и других работников ЦППМСП Красносельского района при вооруженном нападении (при стрельбе)

1. При выявлении нападения незамедлительно сообщить о случившемся администрации ЦППМСП Красносельского района, в правоохранительные органы по телефонам территориальных подразделений ФСБ и МВД России.

2. Следовать указаниям, полученным от администрации ЦППМСП Красносельского района и

правоохранительные органы.

3. Если нападение выявлено во время занятия педагогическим работникам

- оставаться спокойным и сообщить обучающимся, что в ЦППМСП Красносельского района имеется опасность;
- закрыть дверь помещения;
- задвинуть шторы на окнах;
- дать обучающимся указание: отодвинуться от дверей и окон, не шуметь, пригнуться и спрятаться за учебными столами и стульями.

4. Ждать прибытия полиции. Дверь можно открыть только тогда, когда есть уверенность, что открыть просит полиция или представитель антикризисной команды. При необходимости проверить прибытие полиции через повторный звонок в правоохранительные органы и директору ЦППМСП Красносельского района или лицу, его замещающему.

5. Не пытаться контактировать с нападающим! Мировая практика показывает, что такие попытки заканчиваются смертью

6. Не выходить из помещения-укрытия для оказания первой помощи! Это может закончиться смертью. Если есть необходимость оказания первой помощи пострадавшему вне помещения-укрытия, позвонить 112, описать ситуацию и точное место расположения в ЦППМСП Красносельского района нуждающегося в помощи.

7. Без необходимости сообщения о происшествии директору ЦППМСП Красносельского района или лицу, его замещающему, и в правоохранительные органы не пользоваться телефоном и не разрешать обучающимся звонить! Возникающая перегрузка мешает общаться между собой оперативным силам, а звук телефонного сигнала выдаст место расположения укрывшихся от нападения.

8. Во время нахождения в помещении-укрытии педагогическим работникам

- Быть спокойными и демонстрировать уверенность в своих действиях.
- При возможности найти группе какую-либо деятельность.
- Зафиксировать время начала пребывания в укрытии (при ожидании время течет медленнее).
- Сообщить обучающимся, что пребывание в укрытии может длиться несколько часов, и это не связано с последствиями нападения, разрешение на эвакуацию дают лишь тогда, когда есть уверенность в полной безопасности.
- Сообщить учащимся, что с родителями свяжется при первой возможности руководство ЦППМСП Красносельского района. Потребовать от обучающихся выключить телефоны.
- Переключить свой телефон на беззвучный режим, при возможности позвонить в полицию, сообщить о месте расположения и состоянии прячущихся. При необходимости использовать телефон обучающегося, который останется в беззвучном режиме.
- Если есть информация о перемещениях правонарушителя, передать ее в полицию.
- Если кто-то из группы нуждается в медицинской помощи, позвонить 112, описать ситуацию и точное местоположение в здании нуждающегося в помощи.

9. Если нападение выявлено во время перерыва между занятиями педагогическим работникам

- открыть дверь ближайшего кабинета;
- собрать туда всех обучающихся, находящихся поблизости;
- далее действовать согласно инструкции о поведении во время нахождения в помещении-укрытии.

10. Если во время нахождения педагогических работников и обучающихся в помещении, слышна стрельба на улице:

- не стоять у окна, даже если оно закрыто занавеской;
- передвигаясь по помещению во время стрельбы на улице, не подниматься выше уровня подоконника;
- не входить в класс, со стороны которого слышны выстрелы.

11. Если во время выявления нападения на здание ЦППМСП Красносельского района педагогические работники и обучающиеся находятся на улице, педагогическим работникам

- оставаться спокойным и сообщить обучающимся, что в здании существует опасность;
- двигайтесь с обучающимися скрытыми путями как можно дальше от здания ЦППМСП Красносельского района;
- спрятаться в подходящем месте, куда можно безопасно двигаться, по возможности в заранее определенное место сбора;
- следить за тем, чтобы никто из обучающихся не отстал от группы;

- при первой возможности сообщить в полицию: какая группа находится в укрытии, сколько обучающихся в группе, кто из обучающихся до выявления угрозы вошел в здание, место укрытия обучающихся в настоящее время.
- не разрешать обучающимся уходить без разрешения;
- ждать распоряжений полиции.

12. Если во время нахождения педагогических работников и обучающиеся на улице началась стрельба

- лечь и дать указание обучающимся лечь на землю и постараться отползти за укрытие (угол здания, клумбу, остановку транспорта). Если ничего подобного поблизости нет, закрыть голову руками и лежать неподвижно. Когда выстрелы утихнут, можно подняться и, изменив маршрут, добраться до места назначения.

2.1.4. Действия при захвате заложников

1. При захвате заложников следует незамедлительно сообщить в правоохранительные органы о сложившейся в ЦППМСП Красносельского района ситуации.

2. При признаках угрозы взятия в заложники постарайтесь избежать попадания в их число. С этой целью незамедлительно покинуть опасную зону и спрятаться.

3. Спрятавшись, дождаться ухода террористов и при первой возможности покиньте убежище. Исключение составляют ситуации попадания в поле зрения террористов или высокой вероятности встречи с ними.

4. Не вступать в переговоры с террористами по собственной инициативе.

5. Принять меры к беспрепятственному проходу (проезду) к объекту сотрудников правоохранительных органов, МЧС, автомашин скорой медицинской помощи.

6. По прибытии сотрудников спецподразделений ФСБ и МВД оказать им помощь в получении интересующей их информации.

7. При необходимости выполнять требования преступников, если это не связано с причинением ущерба жизни и здоровью людей, не спорить с террористами.

8. Не допускать действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам.

9. **Оказавшись в заложниках, придерживаться следующих правил поведения:**

- помнить: главная цель - остаться в живых;
- постараться успокоить обучающихся;
- переноса лишения, оскорбления и унижения, не смотреть в глаза преступникам, не вести себя вызывающе;
- не противоречить террористам, не рисковать жизнью окружающих и своей собственной;
- стараться не допускать истерик и паники;
- при необходимости совершить то или иное действие (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивать разрешение у террористов;
- при наличии ранения, стараться не двигаться, чтобы сократить потерю крови.
- быть внимательным, стараться запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д.
- помнить, что, получив сообщение о захвате заложников, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимые действия по освобождению;
- во время проведения спецслужбами операции по освобождению неукоснительно соблюдать следующие требования:

- лежать по полу лицом вниз, голову закрыть руками и не двигаться;

- ни в коем случае не бежать навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять бегущего за преступника;

- если есть возможность, держаться подальше от проемов дверей и окон.

2.1.5. Действия педагогических и других работников ЦППМСП Красносельского района при взрыве в здании ЦППМСП Красносельского района

1. Если произошел взрыв, немедленно лечь на пол, стараясь не оказаться вблизи стеклянных шкафов, витрин, окон.

2. Если здание стало рушиться, необходимо укрыться под главными стенами, потому что главную угрозу несут чаще всего перегородки, потолки, люстры.

3. Если здание «тряхнуло», не следует выходить на лестничные клетки, касаться включенных электроприборов.

4. Оказавшись в темноте, не зажигать спички, так как могла возникнуть утечка газа.
5. Выходить из здания следует прижавшись спиной к стене, особенно если необходимо спускаться по лестнице. При этом необходимо пригнуться, прикрыть голову руками, поскольку сверху могут посыпаться обломки и стекла.
6. Оказавшись на улице, следует отойти от здания. При этом необходимо следить за карнизами и стенами, которые могут рухнуть. Важно быстро сориентироваться на местности, так как при обрушении здания поднимается густая туча пыли, которая может вызвать панику.

2.1.6. Поведение при угрозе действия террористов-смертников

1. Обращать внимание на особенности террористов-смертников в поведении, внешности, одежде. При этом помнить: если смертник почувствует внимание окружающих, он может привести взрывное устройство в действие незамедлительно.
2. Стараться соблюдать спокойствие.
3. Не привлекая внимание подозрительного человека, сообщить о нем директору ЦППМСП Красносельского района и в правоохранительные органы или в службы безопасности.

2.1.7. Действия при угрозе химического или биологического терроризма

1. При обнаружении или установлении фактов применения химических или биологических веществ в ЦППМСП Красносельского района или на его территории необходимо немедленно сообщить об этом директору ЦППМСП Красносельского района или лицу, его замещающему, в правоохранительные органы и в органы ГО и ЧС.
2. В случае реального поражения химическими веществами пострадавшего следует немедленно вывести (вынести) на свежий воздух и оказать ему первую медицинскую помощь: обеспечить тепло и покой, при необходимости – промывание желудка, кислородное или искусственное дыхание, прием необходимых медицинских препаратов, после чего направить пострадавшего в медицинское учреждение.
3. При угрозе эпидемии или воздействия биологических агентов необходимо максимально сократить контакты с другими людьми, прекратить посещение общественных мест, не выходить без крайней надобности на улицу.
4. Выходить на улицу только в средствах индивидуальной защиты, хотя бы таких простейших, как ватно-марлевые повязки, наглухо застегнутая верхняя одежда с капюшоном, сапоги, перчатки.

2.1.8. Действия при получении информации об эвакуации

1. При получении от администрации ЦППМСП Красносельского района сообщения о начале эвакуации соблюдать спокойствие и четко выполнять мероприятия, предусмотренные планом эвакуации обучающихся и сотрудников.
2. Взять личные документы, деньги, ценности.
3. Обязательно закрыть на замок двери кабинетов, в которых находится ценная документация и дорогостоящее имущество – это защитит кабинет от возможного проникновения мародеров.
4. Не допускать паники, истерики и спешки.
5. Педагогическим и другим работникам ЦППМСП Красносельского района организовано эвакуироваться вместе с обучающимися, двигаясь по определенным эвакуационным путям.
6. При обнаружении опасности на пути эвакуации быстро двигаться в сторону от опасности, используя другие пути эвакуации. Использовать по возможности скрытные пути.
7. Оказать помощь в эвакуации тем, кому это необходимо.
8. Двигаться в определенное место сбора или в подходящее место, куда можно безопасно двигаться.
9. В месте сбора обратиться к ответственному лицу, собирающему информацию, и сообщить:
 - какая группа прибыла в место сбора,
 - сколько обучающихся прибыло,
 - отсутствует ли кто-нибудь и по какой причине.
10. При движении в другое место, сообщить выше названную информацию и место расположения свое и обучающихся в полицию.
11. Возвращаться в покинутое помещение можно только после разрешения ответственных лиц.
12. Следует помнить, что от согласованности и четкости действий будет зависеть жизнь и здоровье многих людей.
13. При взаимодействии со СМИ помнить: разрешение вооруженного нападения относится к компетенции полиции. На запросы СМИ отвечает только определенное для этого лицо из полиции или директор ЦППМСП Красносельского района, который передает согласованную с полицией информацию.
14. При обращении корреспондента, назвать свою фамилию и должность и подтвердить, что в сложившейся ситуации на вопросы корреспондентов отвечает ТОЛЬКО представитель полиции или директор.

2.2. Информация для предотвращения террористических актов в здании ЦППМСП Красносельского района и на его территории

2.2.1. Признаки подготовки террористического акта

Следует обратить внимание на использование помещений ЦППМСП Красносельского района, особенно подвалов. Перемещение и складирование в них предметов, которые не должны находиться в данном месте в это время, вызывает обоснованные подозрения (например, хранение больших партий мешков с сыпучими веществами). Террористы и их пособники обычно стараются осуществлять подобные действия в вечернее и ночное время суток.

Следует помнить, что внешний вид предмета может скрывать его истинное назначение. Террористы маскируют самодельные взрывные устройства под обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п.

Нельзя пытаться предпринимать самостоятельные действия в отношении подозрительных лиц и предметов. Главная задача – незамедлительно сообщить о своих подозрениях сотрудникам полиции и спецслужб.

Организаторы террористических акций всегда предварительно изучают место совершения будущего теракта, для чего проводят видео- и фотосъемку, составляют схемы объекта и путей подхода к нему, пытаются получить данные о системе безопасности объекта, в том числе и через сотрудников ЦППМСП Красносельского района. Автомобили террористов никогда не останавливаются рядом с местом проведения теракта. В присутствии чужого водителя автотранспорта они стараются не разговаривать, а в случае необходимости обходятся общим фразам исключительно на родном (не русском) языке.

2.2.2. Особенности террористов-смертников

1. Характерными признаками террористов-смертников являются их неадекватное поведение, неестественная бледность, некоторая заторможенность реакций и движений, вызванные возможной передозировкой транквилизаторов или наркотических средств, желание уклониться от камер видеонаблюдения (попытка опустить голову, отвернуться, прикрыть лицо рукой или платком, спрятаться за более высокого человека).

2. Террорист, как правило, имеет при себе мобильный телефон для связи с руководителем при возникновении сложностей.

3. Национальность исполнителя-смертника для организаторов террористических акций принципиальной роли не играет. Между тем, анализ последних проявлений терроризма на территории России показывает стремление использовать в этих целях представителей отдаленных сельских поселений южных регионов страны.

4. При совершении терактов смертники одеваются в одежду, характерную для данной местности. Тем не менее, в их одежде, поведении присутствуют ряд характерных признаков. Женщины имеют головной убор, при этом возможен не только традиционный глухой платок, но и легкие косынки и бейсболки. В летнее время одежда террористов-смертников не соответствует погоде, так как является чересчур свободной, поскольку предназначена для сокрытия на теле взрывного устройства.

2.3. Критерии оказания медицинской и психологической помощи

2.3.1 Критерии оказания первой помощи

2.3.1.1. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, в соответствии с приложением № 1 к приказу Министерства здравоохранения Российской Федерации от 3 мая 2024 г. № 220н «Об утверждении порядка оказания первой помощи»

1. Отсутствие сознания.
2. Остановка дыхания и (или) остановка кровообращения.
3. Нарушение проходимости дыхательных путей инородным телом и иные угрожающие жизни и здоровью нарушения дыхания.
4. Наружные кровотечения.
5. Травмы, ранения и поражения, вызванные механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения.
6. Отравления.
7. Укусы или ужаления ядовитых животных.
8. Судорожный приступ, сопровождающийся потерей сознания.
9. Острые психологические реакции на стресс.

2.3.1.2. Перечень мероприятий по оказанию первой помощи в соответствии приложением № 2 к приказу Министерства здравоохранения Российской Федерации от 3 мая 2024 г. № 220н «Об утверждении порядка оказания первой помощи»

1. Проведение оценки обстановки и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи:
 - определение факторов, представляющих непосредственную угрозу для собственной жизни и здоровья, жизни и здоровья пострадавшего (пострадавших) и окружающих лиц;
 - устранение факторов, представляющих непосредственную угрозу для жизни и здоровья пострадавшего (пострадавших), а также участников оказания первой помощи и окружающих лиц, в том числе предотвращение дополнительного травмирования пострадавшего (пострадавших);
 - обеспечение собственной безопасности, в том числе с использованием средств индивидуальной защиты (перчатки медицинские, маска медицинская);
 - оценка количества пострадавших;
 - устное информирование пострадавшего и окружающих лиц о готовности оказывать первую помощь, а также о начале проведения мероприятий по оказанию первой помощи;
 - устранение воздействия повреждающих факторов на пострадавшего;
 - извлечение пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест;
 - обеспечение проходимости дыхательных путей при их закупорке инородным телом;
 - перемещение пострадавшего в безопасное место.
2. Проведение обзорного осмотра пострадавшего (пострадавших) для выявления продолжающегося наружного кровотечения. При необходимости осуществление мероприятий по временной остановке наружного кровотечения одним или несколькими способами:
 - прямым давлением на рану;
 - если прямое давление на рану невозможно, опасно или неэффективно (инородное тело в ране, открытый перелом с выступающими в рану костными отломками), наложение давящей повязки (в том числе с фиксацией инородного тела) и (или) кровоостанавливающего жгута;
 - если кровотечение остановлено прямым давлением на рану - наложение давящей повязки;
 - при обширном повреждении конечности, отрыве конечности, если кровотечение не останавливается при прямом давлении на рану и (или) давящая повязка неэффективна - наложение кровоостанавливающего жгута.
3. Определение наличия признаков жизни у пострадавшего:
 - определение наличия сознания;
 - при наличии сознания - проведение подробного осмотра и опроса пострадавшего в соответствии с пунктом 5 настоящего Перечня;
 - при отсутствии сознания - восстановление проходимости дыхательных путей посредством запрокидывания головы с подъемом подбородка;
 - определение наличия дыхания с помощью слуха, зрения и осязания.
4. Проведение сердечно-легочной реанимации и поддержание проходимости дыхательных путей:
 - 4.1. При отсутствии у пострадавшего признаков жизни (дыхания, кровообращения):
 - призыв окружающих лиц (при их наличии) для содействия оказанию первой помощи, вызов скорой медицинской помощи;
 - проведение сердечно-легочной реанимации на твердой ровной поверхности;
 - использование автоматического наружного дефибриллятора (при наличии);
 - при появлении у пострадавшего признаков жизни - выполнение мероприятий по поддержанию проходимости дыхательных путей в соответствии с подпунктом 4.2 пункта 4 настоящего Перечня;
 - 4.2. При наличии у пострадавшего признаков жизни (дыхания, кровообращения) и отсутствии сознания:
 - выполнение мероприятий по поддержанию проходимости дыхательных путей посредством придания пострадавшему устойчивого бокового положения;
 - в случае невозможности придания устойчивого бокового положения в результате травмы или других причин - запрокидывание и удержание запрокинутой головы пострадавшего с подъемом подбородка;
 - вызов скорой медицинской помощи (если вызов скорой медицинской помощи не был осуществлен ранее).
5. Проведение подробного осмотра и опроса пострадавшего (при наличии сознания) для выявления признаков травм, ранений, отравлений, укусов или ужаливаний ядовитых животных, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью:
 - опрос пострадавшего;

- проведение осмотра головы;
- проведение осмотра шеи;
- проведение осмотра груди;
- проведение осмотра спины;
- проведение осмотра живота и таза;
- проведение осмотра конечностей.

6. Выполнение мероприятий по оказанию первой помощи пострадавшему в зависимости от характера травм, ранений, отравлений, укусов или ужаливаний ядовитых животных, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью:

- 6.1. При ранении грудной клетки - наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки;
- 6.2. При отравлении через рот - промывание желудка путем приема воды и вызывания рвоты;
- 6.3. При травмах, воздействиях излучения, высоких температур, химических веществ, укусах или ужаливаниях ядовитых животных - охлаждение;
- 6.4. При эффектах воздействия низких температур - проведение термоизоляции и согревания;
- 6.5. При травмах различных областей тела - наложение повязок;
- 6.6. При травмах различных частей тела - проведение иммобилизации (обездвиживания) с использованием медицинских изделий или подручных средств; аутоиммобилизация или обездвиживание руками травмированных частей тела, для обезболивания и предотвращения осложнений;
- 6.7. При судорожном приступе, сопровождающимся потерей сознания, - не препятствуя судорожным движениям, предотвращение дополнительного травмирования головы, после окончания судорожного приступа - поддержание проходимости дыхательных путей, в том числе посредством придания пострадавшему устойчивого бокового положения.

7. Оказание помощи пострадавшему в принятии лекарственных препаратов для медицинского применения, назначенных ему ранее лечащим врачом.

8. Придание и поддержание оптимального положения тела пострадавшего.

9. Вызов скорой медицинской помощи (если вызов скорой медицинской помощи не был осуществлен ранее), осуществление контроля состояния пострадавшего (наличия сознания, дыхания, кровообращения и отсутствия наружного кровотечения), оказание пострадавшему психологической поддержки, перемещение, транспортировка пострадавшего, передача пострадавшего выездной бригаде скорой медицинской помощи, медицинской организации, специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральными законами или иными нормативными правовыми актами¹.

2.2.3. Критерии оказания психологической помощи

2.2.3.1. Оказание психологической поддержки

1. Психологическая поддержка – это система приемов, которая позволяет людям, не обладающим психологическим образованием, помочь окружающим (и себе), оказавшись в экстремальной ситуации, справиться с психологическими реакциями, которые возникают в связи с этим кризисом или катастрофой.

2. Психологическая поддержка может быть направлена:

- на другого – помощь человеку, попавшему в беду;
- на результат – урегулирование ситуации, предотвращение возникновения сходных реакций у других людей;
- на себя – снятие собственной тревоги, связанной с тем как поступить, как вести себя в ситуации, когда другой нуждается в психологической поддержке.

3. Знание и понимание того, что происходит с человеком, как ему помочь и как помочь себе способствуют формированию психологической устойчивости.

4. Для оказания психологической поддержки людям необходимо знать следующее:

- Психическое состояние и поведение человека в экстремальной ситуации отличается от повседневного.
- Чаще всего отмечается частичная или полная утрата:
 - способности к целенаправленной деятельности (какие действия необходимы в данной ситуации, их планирование);
 - способности к критической оценке окружающего и своего поведения (оценке собственной безопасности, степени угрозы, своих возможностей);

¹ В соответствии с частью 1 статьи 31 Федерального закона N 323-ФЗ.

- способности вступать в контакт с окружающими (отстранение от контакта, замкнутость, либо наоборот, повышенная говорливость, которая на самом деле не имеет под собой задачу войти в контакт с другим человеком).

- Подобные изменения – одни из самых распространенных последствий, наблюдаемые у тех, кто часто не имеет физических травм и повреждений, но кто тем или иным образом вовлечен в экстремальную ситуацию. Это люди, которые непосредственно пострадали или те, кто оказался рядом с ними.

5. Ключевые моменты, которые надо учитывать при оказании психологической поддержки.

- Стремление помочь – это естественное желание любого человека. Вовремя протянутая рука может помочь человеку справиться с самыми страшными событиями в жизни. Но необходимо помнить о следующем:
 - Позаботьтесь о собственной безопасности. Реально оцените внешние условия, свое состояние и силы, перед тем как принять решение, что вы готовы помочь.
 - Пострадавший может в первую очередь нуждаться в оказании первой помощи и медицинской помощи. Необходимо убедиться, что у человека нет физических травм, проблем со здоровьем, и только тогда оказывать психологическую поддержку.
 - Если вы чувствуете, что не готовы оказать человеку помощь, вам страшно, неприятно разговаривать с ним, не делайте этого. В случае если вы чувствуете неуверенность в том, что сможете помочь (либо в том, что вы правильно понимаете, какие конкретно действия необходимо предпринять) обратитесь за помощью к профильным специалистам.
 - Если вы решили подойти к человеку, который нуждается в помощи, вам необходимо в первую очередь представиться и сказать, что вы готовы ему помочь.
 - Необходимо внимательно относиться к тому, что и как вы собираетесь сказать:
 - говорить нужно спокойным и уверенным голосом, четкими и короткими фразами, в побудительном наклонении;
 - в речи не должно быть сложно построенных фраз, предложений;
 - следует избегать в речи частицу «не», а также исключить такие слова как «паника», «катастрофа», «ужас» и т.п.
 - Сохраняйте самообладание. Будьте готовы к тому, что вы можете столкнуться с различными эмоциональными реакциями и поступками. Они могут быстро сменять друг друга, а некоторые слова и действия могут быть направлены на вас. Кроме этого, многие реакции могут характеризоваться эмоциональным заражением. А значит, под их влиянием можете оказаться и вы. В данном случае особенно важно сохранять спокойствие.

6. Приемы оказания психологической поддержки в случае проявления той или иной реакции у пострадавшего.

Различают следующие острые стрессовые реакции: плач, истероидную реакцию, агрессивную реакцию, страх, апатию.

Плач

Признаки:

- человек уже плачет или готов разрыдаться;
- подрагивают губы;
- наблюдается ощущение подавленности.

Плач – это та реакция, которая позволяет в сложной кризисной ситуации выразить переполняющие человека эмоции.

Нужно дать этой реакции состояться.

Помощь при плаче:

- По возможности не оставляйте пострадавшего одного, необходимо позаботиться о том, чтобы рядом с ним кто-то находился, желательно близкий или знакомый человек.
- Поддерживайте физический контакт с пострадавшим (это поможет человеку почувствовать, что кто-то рядом, что он не один). Постарайтесь выразить человеку свою поддержку и сочувствие. Не обязательно делать это словами, можно просто сесть рядом, дать почувствовать, что вы вместе с ним сочувствуете и сопереживаете. Можно просто держать человека за руку, иногда протянутая рука помощи – значит гораздо больше, чем сотни сказанных слов.
- Дайте пострадавшему возможность говорить о своих чувствах.
- Воздержитесь от советов, во многих случаях они могут вызвать негативную реакцию со стороны пострадавшего.

- Если реакция плача затянулась, и слезы уже не приносят облегчения, помогите пострадавшему немного отвлечься: сконцентрировать внимание на глубоком и ровном дыхании, вместе с этим выполнять какую-либо несложную деятельность.

Истероидная реакция (истерика)

Признаки:

- чрезмерное возбуждение;
- множество движений, театральные позы;
- эмоционально насыщенная, быстрая речь;
- крики, рыдания.

Необходимо отметить, что довольно часто в разных источниках можно встретить информацию о том, что истероидная реакция не отражает истинных переживаний человека, а является симуляцией или грубой формой манипуляции, направленной на привлечение к себе внимания окружающих. В связи с этим человек не нуждается в помощи. Подобная точка зрения является некорректной.

Помощь при истероидной реакции:

- Если вы чувствуете готовность к оказанию помощи и понимаете, что это безопасно, постарайтесь отвести пострадавшего от зрителей и замкнуть его внимание на себе.
- Если зрителей удалить невозможно, постарайтесь стать самым внимательным слушателем, оказывайте человеку поддержку, слушайте, кивайте, поддакивайте.
- Проявляйте спокойствие и не демонстрируйте пострадавшему сильных эмоций.
- Говорите короткими простыми фразами, уверенным тоном.
- Не потакайте желаниям пострадавшего и не вступайте в активный диалог по поводу его высказываний.
- Переключите внимание пострадавшего, вызвав у него ориентировочную реакцию. Для этого задается неожиданный вопрос (не имеющий негативного содержания) или произносится имя пострадавшего, после чего пострадавшему задается вопрос, требующий развернутого ответа.
- После истерики возможен упадок сил, поэтому необходимо предоставить человеку возможность для отдыха, передав его специалистам, либо близким людям.

Агрессивная реакция

Признаки:

- возбуждение;
- раздражение, недовольство, гнев (по любому, даже незначительному поводу);
- повышенное мышечное напряжение;
- нанесение окружающим ударов руками или какими-либо предметами;
- словесные оскорбления, брань.

Помощь при агрессивной реакции:

- Четко оцените, насколько безопасно для вас будет оказывать помощь в данной ситуации, и что вы можете сделать для обеспечения большей безопасности.
- Сохраняйте спокойствие, не демонстрируйте сильных эмоций.
- Воздержитесь от эмоциональных реакций даже в том случае, если вы слышите оскорбления и брань, обращенные к вам.
- Говорите с пострадавшим спокойным голосом, постепенно снижая темп и громкость своей речи.
- Демонстрируйте благожелательность, не вступайте с пострадавшим в споры и не противоречьте ему.
- Если вы чувствуете внутреннюю готовность и понимаете, что это необходимо, отойдите с пострадавшим от окружающих и дайте ему возможность выговориться.
- Включите пострадавшего в какую-нибудь деятельность, связанную с физической нагрузкой.

В некоторых случаях агрессию можно снизить, объяснив пострадавшему негативный исход подобного поведения. Такой прием действенен, если:

- у пострадавшего нет цели получить выгоду от агрессивного поведения;
- пострадавшему важно, чтобы подобный негативный исход не произошел;
- пострадавший понимает, что негативный исход действительно может последовать.

В случае если вы встретили пострадавшего, демонстрирующего агрессивное поведение, необходимо обратиться к нему внимание специалиста правоохранительных органов.

Страх

Признаки:

- напряжение мышц (особенно лицевых);
- сильное сердцебиение;

- учащенное поверхностное дыхание;
- сниженный контроль собственного поведения.

Страх – это проявление базового инстинкта самосохранения. Он оберегает нас от рискованных, опасных поступков. Переживание чувства страха знакомо каждому человеку.

В некоторых случаях страх становится опасным для человека. Это происходит тогда, когда он:

- не оправдан (переживание страха слишком интенсивно в сравнении с опасностью, по отношению к которой он возник);
- настолько силен, что лишает человека способности думать и действовать.

Иногда страх может перерасти в панику. Панический страх, ужас может побудить к бегству, вызвать оцепенение, агрессивное поведение. Человек в страхе может вцепиться в какие-либо опасные предметы, забираться в небезопасные места, лишая себя возможности спастись в экстремальной ситуации. При этом он плохо контролирует свои действия и не осознает происходящее вокруг, что уже опасно для самого пострадавшего и окружающих его людей. Велика вероятность эмоционального заражения паникой.

Помощь при страхе:

- Необходимо быть рядом с человеком, дать ему ощущение безопасности: страх тяжело переносить в одиночестве.
- Если страх настолько силен, что парализует человека, то предложите ему выполнить несколько простых приемов. Например, задержать дыхание, а затем сосредоточиться на спокойном медленном дыхании; осуществить простое интеллектуальное действие (этот прием основан на том, что страх – эмоция, а любая эмоция становится слабее, если включается мыслительная деятельность).
- Когда острота страха начинает спадать, говорите с человеком о том, чего именно он боится, не нагнетая эмоции, а наоборот, давая возможность человеку выговориться (когда человек «проговаривает» свой страх, он становится не таким сильным).
- При необходимости предоставьте человеку информацию о том, что происходит вокруг, о ходе работ, если вам кажется, что сказанная информация будет полезна для человека и поможет улучшить его состояние (информационный голод провоцирует усиление страха).

Апатия

Признаки:

- непреодолимая усталость, когда любое движение, любое сказанное слово дается с трудом;
- равнодушие к происходящему;
- отсутствие, каких бы то ни было, эмоциональных проявлений;
- заторможенность;
- снижение темпа речи или полное ее отсутствие.

Помощь при апатии:

- Создайте для пострадавшего условия, в которых он мог бы отдохнуть и набраться сил, чувствовал себя в безопасности (например, проводите его к месту отдыха, по возможности помогите ему удобно устроиться).
- Если это по каким-то причинам невозможно, то необходимо помочь человеку мягко выйти из этого состояния. Для этого можно предложить ему самомассаж (или помочь ему в этом) активных биологических зон – мочек ушей и пальцев рук.
- Говорите с пострадавшим мягко, медленно, спокойным голосом, постепенно повышая громкость и скорость речи.
- Постепенно задавайте пострадавшему вопросы, на которые он может ответить развернуто.
- Предложите пострадавшему какую-либо незначительную физическую нагрузку (пройтись пешком, сделать несколько простых физических упражнений) или вовлеките его в посильную для него совместную деятельность (например, оказать посильную помощь другим пострадавшим: принести чай или воду и т.д.).

2.3.2.2. Оказание экстренной психологической помощи

1. Экстренная психологическая помощь оказывается в случае, когда в результате кризисной ситуации или психотравмирующих событий возникли такие изменения в психической деятельности, которые, вызывая дезадаптацию личности, нарушают функциональное состояние личности, процессы целеполагания и контроля, возможность принятия решений, регуляции эмоционального состояния.

2. Целью экстренной психологической помощи является стабилизация состояния пострадавших, снятие или уменьшение острых симптомов дистресса и восстановление независимого функционирования.

3. Порядок оказания экстренной психологической помощи (ЭПП) определяется в соответствии с Приказом МЧС России от 20.09.2011 г. №525 (ред. от 25.12.2020 г.) «Об утверждении порядка оказания экстренной психологической помощи пострадавшему населению в зонах чрезвычайных ситуаций и при пожарах».

4. В ситуации ЧС экстренная психологическая помощь оказывается:

- лицам, непосредственно пострадавшим при нештатных и чрезвычайных ситуациях, в том числе раненым и больным;
- родным и близким пострадавших и населению, находящемуся непосредственно в зоне нештатных и чрезвычайных ситуаций или вне нее;
- очевидцам события, которые также могут получить психологическую травму;
- сотрудникам служб, осуществляющим в зоне нештатных и чрезвычайных ситуаций спасательные и иные работы;
- медицинским работникам, оказывающим помощь пострадавшим как в зоне нештатных и чрезвычайных ситуаций, так и в лечебных учреждениях;
- сотрудникам социальных и психологических служб, участвующим в устранении последствий чрезвычайных ситуаций;
- лицам, не находившимся в зоне нештатных и чрезвычайных ситуаций и не занятым в оказании помощи пострадавшим, у которых развились те или иные отклонения в состоянии психического здоровья и поведении в связи с воздействием стрессовых факторов, обусловленных информацией о ситуации.

5. К силам и средствам, привлекаемым для проведения мероприятий по оказанию ЭПП в зоне ЧС федерального характера, относятся психологи ФКУ ЦЭПП МЧС России, входящие в состав сил реагирования МЧС России, привлекаемых к ликвидации ЧС, а также специалисты психологической службы территориальных органов и учреждений МЧС России.

6. Критериями привлечения специалистов психологической службы являются: ЧС федерального характера с наличием погибших, пострадавших, нарушающая условия жизнедеятельности значительного количества населения, имеющая широкий общественный резонанс, либо потенциально опасная в плане возникновения негативных социальных реакций.

7. По решению КЧС для проведения мероприятий по оказанию ЭПП пострадавшим, а также родственникам и близким погибших и пострадавших в ЧС могут быть привлечены специалисты организаций, входящих в структуру РСЧС и оказывающих психологическую помощь.

8. Решение о привлечении специалистов организаций, входящих в структуру РСЧС и оказывающих психологическую помощь, может быть принято на этапах планирования, организации и проведения мероприятий по работе с пострадавшими, а также родственниками и близкими погибших и пострадавших в ЧС на основании анализа оперативной обстановки и прогноза развития ситуации, а также на этапе завершения работ по оказанию ЭПП при необходимости пролонгированной психологической помощи.