

**ПЛАН ДЕЙСТВИЙ В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ
В НАРВСКОЙ ПЯХКЛИМЯЭСКОЙ ГИМНАЗИИ**

Утвержден приказом директора от 01.09.2011 nr 1.1-6/6

Учреждение: Нарвская Пяхклимяэская гимназия

Адрес: Пяхклимяэ3, 20605 Нарва

Телефон директора: 356 9829, mobiil: 551 5488

Владелец школы: Нарвская Горуправа

Телефон представителя: 359 9120

Задействованные специалисты: представительство спасательного департамента

Ида-Вирумаа

Телефон: 112

Основные понятия, используемые в документе:

Кризисной ситуацией называется событие или цепь событий, которые угрожают жизни и здоровью людей, находящихся в здании, существенно нарушают обстановку или вызывают масштабный вред хозяйству.

В группу риска входят те ученики, у которых есть большая потенциальная возможность создать кризисную ситуацию или попасть в нее.

**ОБЩЕЕ РУКОВОДСТВО К ДЕЙСТВИЮ В ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ
СИТУАЦИИ:**

Убедись, что ситуация для тебя безопасна, при необходимости обеспечить безопасность.

Позвони по телефону 112 и сообщи о ситуации: опиши происходящее, назови имя/адрес школы, скажи свое имя.

Оповести директора!

Оповещение и руководство к действию в кризисной ситуации:

1. Директор созывает кризисную комиссию.
2. Кризисная комиссия собирает информацию, которую передает учителям.
3. Директор созывает собрание и оповещает об обстановке: что произошло и как дальше действовать.
4. Учителя передают полученную от директора информацию ученикам.
5. Со СМИ (меедиа) общается директор.
6. Дальнейшие действия происходят в соответствии с планом действия в кризисной ситуации.

Порядок руководства и организации действия в кризисной ситуации

Обнаруживший опасную ситуацию или получивший информацию об этом оценивает ситуацию и решает последовательность оповещения:

в случае необходимости немедленного вмешательства спасательного департамента в первую очередь оповещается департамент по телефону 112 и затем директор школы;

в случае других ситуаций оповещается директор школы.

/

Директор оповещает завучей и при необходимости завхоза

/

Завуч/завхоз координирует действия по разрешению кризисной ситуации

/

Завуч (совместно с психологом) координирует дальнейшие действия

ШКОЛЬНАЯ КРИЗИСНАЯ КОМИССИЯ

Школьную кризисную комиссию созывает директор школы.

Директор - принимает решения, общается с полицией, впоследствии со СМИ.

Завуч – дает обзор о передвижении учеников, периодически докладывает о происходящем.

Завхоз – общается с полицией и пожарными, обеспечивает безопасность на территории школы.

Психолог – консультирует во время кризисной ситуации и после ее окончания; проводит определенную работу с детьми, относящимися к группе риска (например, склонных к суициду и т.д.).

Социальный педагог – общается с родителями и проводит работу среди учеников, находящихся в группе риска.

Руководитель по интересам – координирует работу с учениками, которая обеспечивает готовность к действиям в опасной ситуации.

Секретарь – проверяет, извещен ли Спасательный департамент об опасной ситуации.

Информуководитель - при первой возможности сообщает родителям о происходящем при помощи электронной школы (если ситуация затрагивает всю школу), по телефону (в случае с отдельным учеником).

Кризисная комиссия школы:

разрабатывает, при необходимости, и выполняет план действия в кризисной ситуации;

координирует готовность работников школы к действию в опасной ситуации (проводит учения, курсы и эвакуацию и т.д.);

координирует действия в кризисной ситуации и последующую работу.

Работа кризисной комиссии обеспечивается следующим:

- Составлен ежегодный контрольный список анализа действий в кризисной ситуации.
- В кризисной комиссии есть все необходимые члены (при необходимости, список корректируется).
- Члены кризисной комиссии оповещены о своих обязанностях и ответственности.
- При необходимости, обязанности и ответственность перераспределяется.
- План действий в кризисной ситуации пересмотрен и дополнен.
- Контакты необходимых специалистов уточнены и проверены.
- Новые ученики оповещены о правилах поведения в кризисной ситуации.
- Есть обзор учеников, входящих в группу риска.
- Выявлены специфические требования для гарантии безопасности детям с особыми нуждами в кризисной ситуации.
- Новые учителя оповещены о действиях в кризисной ситуации.
- Ежегодно проводятся курсы по обучению действиям в кризисной ситуации.

Каналы информирования в школе: устное сообщение (непосредственно или по телефону), по школьному радио.

Карта действий в кризисной ситуации.

Состоит из следующего:

- Буклет с данными Спасательного департамента
- Список классов и учебных групп
- Информация о детях с особыми потребностями (содержит конфиденциальную информацию)
- Карта окрестности школы
- План здания по этажам
- Информация о нахождении комплектов первой помощи и огнетушителей
- Пишущие средства
- Жилет с отражателями
- Универсальный ключ/комплект ключей от всех помещений

Карта действий в кризисной ситуации находится в кабинете завуча

Ежегодные действия, гарантирующие готовность действовать в кризисной ситуации.

Кризисная комиссия собирается как минимум один раз в год для анализа действий.

Как минимум раз в год для всей школы проходят учения по эвакуации.

Для учеников проходят курсы и практические мероприятия по действиям в кризисной ситуации, как минимум один раз в год.

Содержание:

1. Кризисный план действия, в соответствии с ситуацией	5
1.1. Пожар	5
1.2. Внезапная атака.....	7
1.3. Физическое насилие.....	7
1.4. Ученик в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.....	8
1.5. Исчезновение ученика.	8
1.6. Смертельный случай	9
1.7. Бомба в школе	10
1.8. ДТП с учеником	12
1.9. Школьные травмы.....	13
1.10. Суицид.....	14
1.11. Пищевое отравление в школе.....	17
2. Рекомендации к действию до кризисной ситуации, во время и после нее	19
2.1. Общение со СМИ.....	19
2.2. Как учитель может подготовиться к кризису.....	20
2.3. Помощь во время кризисной ситуации и после нее	22

1. Кризисный план согласно опасной ситуации

1.1. Пожар

Если обнаружил пожар, то действуй согласно следующим указаниям:

1. Позвони в спасательную службу 112 и сообщи о пожаре!
2. Информировать находящихся вблизи людей! Если в здании есть кнопка пожарной сигнализации, то нужно нажать кнопку. Помоги находящимся в опасности людям выбраться из здания, если это не угрожает тебе!
3. Позвонив в 112, сообщи нижеизложенную информацию и ответь на вопросы:

Что случилось?

Сообщи уже в первом предложении, почему звонишь, тогда диспетчер не будет тебя об этом спрашивать, и этим выиграешь время.

Скажи, что горит: здание, транспорт, мусор или др.

Если горит здание, то сообщи, на каком этаже произошло возгорание, идет только дым или есть огонь, и насколько большой огонь.

Если пожар в здании, то где произошел пожар?

Следует как можно точнее сказать адрес, где произошел несчастный случай?

Есть ли пострадавшие?

В зависимости от несчастного случая на место происшествия посылается разная подмога, и не всегда высылаются на место происшествия скорая помощь.

Скорая помощь высылаются на место тогда, когда кто-то уже пострадал или для этого существует реальная опасность.

Реальной опасностью являются случаи, когда точно известно или есть подозрение, что в зоне пожара находится человек.

Если звонивший может корректно оценить ситуацию, то есть максимальная вероятность, что человеческая жизнь будет спасена.

Есть ли в горящем здании уже возможная угрожающая опасность?

Угрожающей опасностью являются газовые баллоны, горящие жидкости, взрывоопасные вещества и т.д. Их зачастую можно найти в соседних помещениях, гаражах, на чердаке и т.д.

Назови контактное имя звонящего и номер телефона.

Наличие номера нужно для того, чтобы была возможность перезвонить тебе, если понадобится спросить дополнительную информацию. Зачастую спешащей на подмогу помощи не всегда удастся найти место происшествия и поэтому понадобится уточнить место нахождения.

4. Эвакуируйся из здания по короткой дороге (см. школьный план эвакуации Lisa 1).

5. Если возгорание небольшое и все необходимые для тушения пожара предметы есть под рукой, то можешь при возможности начать тушить пожар, если это не

угрожает твоей жизни и здоровью!

6. В случае пожара запомни следующие правила:

Двигайся при возможности безопасно!

Будь, насколько это возможно, в зоне видимости!

Не впадай никогда в панику и своим поведением не вызывай панику у других людей!

Дай прибывшему на место представителю руководства / рабочему спасательной службы информацию!

Прежде чем начать тушить электрические приборы убедись, что в них нет тока!

В условиях нахождения во внешней среде избегай попадания под ветер!

Избегай вдыхания горящих газов, они могут быть ядовитыми!

Если в помещении есть взрывоопасные вещи, то быстро уходи в сторону и предупреди об угрозе других!

Не подвергай опасности свою жизнь!

Закрой двери и окна, но не запирай на замок!

Выключи в здании или помещении вентиляцию (если знаешь где это сделать)!

Выключи в помещении электричество! Электричество не стоит выключать в темное время суток, где происходит эвакуация.

7. Правила, которым надо следовать, если в школе пожар:

Весь класс должен держаться вместе, и без разрешения учителя нельзя выходить из класса! (Если находишься в горящем помещении, то его следует немедленно покинуть!)

Если коридоры школы заполнились дымом, то безопаснее остаться в классе и там себя защитить!

Находясь в классе, следует держать дверь закрытой (но не на замок!).

Подойди к окну и подай о себе знак любой возможностью.

Если из щелей двери идет дым, то следует их заткнуть тряпками или одеждой. Если в классе есть вода, то предварительно полейте их водой, сделав тряпки мокрыми.

Если из окон поступает дым, то нужно с окнами проделать тоже самое, что и с дверьми.

Если ситуация в классе становится такой, что там больше невозможно находиться, то по распоряжению учителя, стоит действовать всем вместе.

Передвижение по зоне возгорания всегда связано с опасностью. Поэтому передвижение по возгорающей зоне следует предпринять в последнюю очередь, в том случае, если в классе больше невозможно себя защитить (языки пламени в классе, класс заполнился в большей мере дымом и больше нет возможности проветривать и др). Передвигаться по горящему классу по распоряжению учителя нужно организованно, при возможности стоит покрыть рот и нос мокрой тряпкой.

При выходе из школьного здания все классы должны держаться вместе, согласно эвакуационному школьному плану (см Lisa 1) двигаться в предназначенное место.

1.2. Внезапная атака

Нападением считается, если:

1. у ученика в школе есть с собой средство нападения, но напрямую оно еще не применено;
2. одно или несколько лиц в школе могут оружием или другим средством нападения нанести вред человеку или убить его.

Стрельба:

Необходимо рассказать, надеясь, что сообщение о твоём месте нахождения и о происходящем станет известным в спасательном департаменте. При возможности, отправить сообщение.

Сохраняй спокойствие.

При возможности, не общайся со стреляющим и не раздражай его разговорами.

При возможности, выведи из здания других учеников.

При возможности, извести директора, завуча или завхоза.

Кризисная группа в содействии с полицией и в соответствии с ситуацией и предписанием действует дальше.

Обнаружение оружия:

Оцени ситуацию и обеспечь свою безопасность.

Сообщи в службу спасения.

Собери информацию.

При возможности изолируй нападающего или лицо, намеревающееся напасть (например, закрой на ключ помещение с ним)

Не применяй силу и не пытайся отнять оружие.

Оставайся спокойным.

При возможности, информируй директора школы.

Применение насилия:

Сообщи взрослому.

Сохраняй спокойствие.

При возможности, не общайся с агрессором и не раздражай его.

Попытайся его успокоить.

При необходимости, позови на помощь.

При необходимости, позвони 112.

Сообщи директору, завучу или завхозу.

Ученики покидают помещение.

1.3. Физическое насилие

Насильственное поведение среди учеников:

Оставаясь спокойным, трезво оцени ситуацию (сосчитай до 10).

Назови драчунов по именам, пытайся обратить их внимание на себя.

Если хорошо знаешь учеников и их характер, можешь сам встать между двумя драчунами.

Попроси одноклассников оттащить драчунов друг от друга.

При необходимости, окажи первую помощь.

При необходимости, вызови скорую помощь.

Держи драчунов, по возможности, как можно дальше друг от друга и следи, чтобы они успокоились.

Информируй классного руководителя.

1. 4. Ученик, находящийся в состоянии алкогольного опьянения или под действием наркотиков

В случае подозрения ученика в алкогольном опьянении следует следить за поведением этого ученика, а также за реакцией его одноклассников.

В случае подозрения ученика в алкогольном опьянении, учитель-предметник должен быстро сообщить об этом секретарю и позвать помощь (на своё усмотрение выбрать ученика, и послать его привести на место (в класс) классного руководителя / завуча/ представителя директора).

Школьный медицинский работник ставится в известность.

Прибывший в кабинет представитель дирекции/ классный руководитель сопровождает ученика из класса в медицинский кабинет, проводят первичный тест на выявление алкогольного опьянения.

При необходимости, вызывают скорую помощь.

Классный руководитель /директор оповещает о случившемся родителей ученика.

Родителей вызывают в школу, чтобы забрать ученика.

Проводится беседа со школьным психологом.

Ведутся разъяснения и обсуждения с одноклассниками.

1.5. Исчезновение ученика

ЕСЛИ РЕБЕНОК ПРОПАЛ....

Профилактика

Перед экскурсией учитель рассказывает детям, что делать, если ребенок потеряется во время экскурсии.

Экскурсия	Во время экскурсии учитель делит детей на группы и убеждается, что в каждой группе есть хотя бы у одного ребенка рабочий мобильный телефон, в который забит номер телефона учителя. У учителя тоже есть номер телефона одного члена каждой группы. Если ученик по какой-либо причине потерялся, учитель и ученик могут друг с другом созвониться. В случае, если у ученика по какой-либо причине нет возможности связаться с учителем в чужом городе во время экскурсии, тогда учитель обращается за помощью в полицию.
Поход по лесу	Во время похода по лесу учитель делит учеников на группы и убеждается, что в группе хотя бы у одного ученика есть 1 рабочий мобильный телефон, в который забит номер телефона учителя. У учителя тоже есть номер телефона одного члена каждой группы. Если у ученика нет возможности связаться с учителем, тогда учитель оставляет остальных детей с сопровождающими в автобусе и идёт искать ученика по пройденному пути. Если учитель не находит ученика, тогда он звонит в полицию.
Учебный поход в городе	Во время учебного похода по городу учитель делит учеников на группы и убеждается, что в группе хотя бы у одного ученика есть 1 рабочий мобильный телефон, в который забит номер телефона учителя. У учителя тоже есть номер телефона одного члена каждой группы.

	Если ученик по какой-либо причине потерялся, задача учителя – пойти искать ребенка в ранее обговоренное место встречи. Если там ученика нет и не получается связаться с ним по телефону, то учитель сообщает об этом родителям и полиции.
--	---

1. Учитель подчёркивает, что в данной ситуации ученик должен позвонить учителю (учитель даёт детям свой телефонный номер)
2. Если информации нет, тогда ученик остаётся в том месте, где и находится, потому что знает, что учитель будет его искать по пройденным местам.
3. Учитель информирует учеников, куда ученик должен обратиться или в какое место пойти в случае потери, т.к. учитель пойдёт искать потерявшегося именно туда.

Ситуация – потеря ученика

Учитель ходит с детьми в учебные походы, ездит на экскурсии. В зависимости от места посещения, учитель должен вести себя по-разному.

На что обращать внимание?

Иметь номера телефонов учеников и их родителей.

Обратить внимание на одежду детей в тот день, чтобы, при необходимости, описать ребенка как можно точно.

Иметь 1 сопровождающего на каждые 10\15 учеников (в зависимости от параллели).

Ранее провести инструктаж учеников.

Обеспечить учеников мобильными телефонами (хотя бы 1 телефон на группу).

1.6. Смертельный случай

Смертельный случай с учеником вне школы.

Контролируется информация.

Классный руководитель передает информацию руководству школы.

Классный руководитель общается с семьей.

Завуч собирает совещание и информирует педагогов.

В фойе используется траурная символика.

Проводится ритуал поминовения.

При необходимости, реорганизуется работа класса.

Возможность психологической помощи.

Передача родителям личных вещей и работ умершего ученика (классный руководитель).

Участие класса в похоронах, при согласии родителей.

При согласии родителей, общение с прессой (классный руководитель, дирекция).

Смертельный случай в школе.

Постарайся оценить обстановку спокойно и не паникуй.

Проверь информацию.

Оповести полицию и скорую помощь.
Передай информацию руководству школы и классному руководителю.
Общение с учениками и изолирование места происшествия (все присутствующие взрослые).
Руководство общается с семьей.
Завуч созывает собрание учителей и сообщает информацию.
В фойе используется траурная символика.
Проведение ритуала поминовения.
При необходимости, реорганизовать работу класса.
Оказание психологической помощи на месте.
Передача родителям личных вещей и работ умершего ученика (классный руководитель).
Участие класса в похоронах, при согласии родителей.
При согласии родителей, общение с прессой (классный руководитель, дирекция).
После случившегося оказывается помощь ученикам со стороны школьного психолога.
Беседы в классе (о случившемся, реакция СМИ и комментарии).

1.7. Бомба в школе

Реагирование

Самое трудное – установить опасность. Есть ли опасность и где?
Только тогда, когда опасность установлена (где располагается и какая она), установить необходимость эвакуации
Различай: пожар, бомба, внезапное нападение, и тд.

КАК ПОСТУПАТЬ, ЕСЛИ ВЫ НАШЛИ ВЗРЫВООПАСНЫЙ ПРЕДМЕТ?

Не трогай находку!

Удались от опасного предмета!

Не используй средства радиосвязи вблизи находки!

Информируй о находке Центр тревоги по телефону 112!

Обоснуй, почему этот предмет вызывает сомнения!

Оставь свои контактные данные!

Сообщи находящимся вблизи о возможной опасности!

При возможности, ограничь и обозначь опасную зону!

Если располагаешь информацией о находке, передай ее стражам правопорядка (знаешь, кому принадлежит вещь, и как долго вещь в данном месте и т.д.)

Не заходи в обозначенную опасную зону!!

УГРОЗА ВЗРЫВА

В большинстве случаев панику сеют предметы, забытые владельцами в людном месте. Вторая и еще большая проблема в неправильном отношении к окружающему пространству - люди, которые безразлично разбрасывают мусор, отходы в непредназначенных для этого местах, вызывая тем самым у сограждан страх взрыва. Если найден в ходе проверки подозрительный объект, необходимо выяснить, знает ли кто-либо из ваших коллег или товарищей о найденном объекте

или этот объект принадлежит кому-нибудь из них. Исходя из общепризнанных требований и правил безопасности, мы можем постепенно подвести нашу окружающую среду к тому уровню, где будет значительно меньше различных рисков безопасности.

ОБНАРУЖЕНИЕ ВЗРЫВЧАТЫХ ВЕЩЕСТВ И БОЕПРИПАСОВ

Эстония была свидетелем нескольких войн и длинной оккупации. Еще до сегодняшних дней находятся боеприпасы Первой Мировой войны. Весьма часто обнаруживают боеприпасы со времен Второй Мировой войны и движения сопротивления "лесных братьев". А быстро развивающаяся и расширяющаяся хозяйственная деятельность, включающая в себя различные добывающие и полевые работы, дает еще больше возможности обнаружения опасных предметов.

К сожалению, бывают случаи, когда человек, нашедший гранату или снаряд, транспортирует взрывоопасный предмет и этим подвергает опасности не только себя, но и окружающих.

Дело тут с правонарушением, "незаконное обращение с взрывчатыми веществами".

ОСТАВИТЬ НАШЕДШИЙ ВЗРЫВЧАТЫЙ МАТЕРИАЛ НА МЕСТЕ, НАХОДЯСЬ В БЕЗОПАСНОМ ОТ НЕГО РАССТОЯНИИ!

Не трогай находку!

Не используй открытый огонь вблизи находки!

Удались от опасного места!

Сообщи о находке Центру Тревоги по телефону 112!

Предупреди всех находящихся вблизи людей о возможной опасности!

По возможности, ограничь и обозначь место опасности!

Отметь место находки!

Будь на телефонной связи с помощниками!

Не заходи на огражденную территорию!

Если владеешь информацией о находке, передай ее службе безопасности! (в чем владении был или есть взрывчатый материал)

Сразу после сообщения о находке будут реагировать нужные службы. При необходимости, поддерживается связь с обнаружившим взрывчатый материал для того, чтобы найти это место.

ИНФОРМАЦИЯ, ПЕРЕДАВАЕМАЯ В ЦЕНТР ТРЕВОГИ:

При угрозе взрыва, обнаружении взрывчатых веществ и боеприпасов, обращаться в Центр Тревоги по телефону 112! Для того, чтобы оценить меру опасности и при необходимости послать на место события специалистов:

Опиши находку! Какой она формы, ее размеры и т.д. Видите ли вы детали предмета, провода, батарейки?

Сообщите так же, как вы нашли этот предмет, вели ли раскопки, случайно нашли или кто-то принес? По возможности, сообщите, трогал ли кто-то этот предмет?

Посмотрите, один ли предмет вы нашли или их несколько. Если несколько, то одинаковые ли они между собой?

Дайте информацию о месте находки. Начиная с точного адреса и заканчивая конкретным местоположением: поле, шкаф, электрический шкаф на 2-ом

этаже и т.д. Если вам трудно определить адрес, то отметьте это место, чтобы потом провести туда специалистов.

Опишите место находки, находятся ли другие люди вблизи этого места. Находится ли в застроенной зоне и т.д.

Оставьте свое имя и контактные данные. При необходимости, с вами свяжутся для получения более точных данных.

1.8. ДТП с учеником

а) с учеником во время учебного похода

б) несчастный случай вне школы

Предупредительная работа

У каждого классного руководителя в рабочем плане проходит тема дорожного движения.

В начальной школе ежемесячно обращается особое внимание на правила дорожного движения, учитывая своеобразие времен года.

Объясняется ученикам, как безопасно передвигаться группой, гарантируя безопасность.

Ситуация А)– несчастный случай с учеником во время учебного похода

После несчастного случая сообщить срочно в службу спасения данные ребенка.

Оказать первую помощь, при необходимости, получая инструкцию из службы спасения.

Заниматься с другими учениками, их успокоить, уйти, при возможности, с места происшествия в безопасное место.

После прибытия службы спасения взрослый должен немедленно сообщить о происшедшем руководству школы. Оставшихся детей безопасно транспортировать обратно в школу, при необходимости, задействовать помощь психолога или социального педагога.

Оповестить родителей других учеников о случившемся, чтобы избежать возможности неправильного, неточного толкования описания произошедшего события.

Ситуация В)– несчастный случай с учеником вне школы

Спокойно поговорить с учениками о случившемся, если родитель дал на это согласие.

Организовать посещение пострадавшего двумя одноклассниками или учителем, если родитель этого желает.

На уроках по правилам дорожного движения в изучаемой теме обратить больше внимания.

НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ?

Должны быть быстро доступны контактные данные родителей.

На каждые 10 детей должен быть один взрослый.

Перед выходом с территории школы инструктирование учеников.

В рабочем состоянии мобильный телефон.

1.9. Школьные травмы

В школе могут быть травмы:

Переломы костей
Сотрясение/ушиб
Ожог
Электрический шок
Отравление
Раны (глубокие/случайные)
Потеря сознания
Судороги
Повреждения шеи и спины
Удушье (инородное тело в дыхательных путях)
Боль в груди
Ампутация
Утопление
Насилие

1. Требования к незамедлительным действиям в данных случаях:

Сохраняй спокойствие, убедись, чтобы приблизившись, не получил повреждение сам (электрические провода, газовые выхлопы, конструкция здания, насилие)
Оцени состояние пострадавшего (получи помощь от попутчиков)
Если пострадавший в сознании – спроси что случилось
Позвони 112 - расскажи что случилось? -где случилось? -есть ли пострадавшие?
Не заканчивай разговор, пока не получишь разрешение.
Не оставляй пострадавшего одного – говори с ним
Сообщи директору по телефону 356 9829, 5515 484 что случилось
Жди помощь
Пострадавшему нельзя давать лекарства
Пострадавшего нельзя двигать
Сообщить родителям

2. Действия после травмы

Анализ причин происшествия
Беседы
Помощь психолога

3. Предупредительные действия

Регулярное ознакомление/повторение правил техники безопасности
Обучение / повторение правил оказания первой помощи
Обозначение опасных мест (ямы, скользко, провода и тд) и их ликвидация.
Руководство работниками и учениками
Выявление учеников группы риска и оказание помощи

1.10. Суицид

Оценка рисков самоубийства

Исследования показывают, что нелегко догадаться, какие дети и молодежь принадлежат к группе риска суицида. Свыше половины из них, кто лишил себя жизни до 16-ти лет, не были диагностированы психиатром. Некоторые самоубийства для родителей, друзей, братьев-сестер как «гром среди ясного неба». Выясняется, что первые месяцы после смерти друга становятся более угнетающими среди друзей, склонных к суициду. Это актуально особенно в тех случаях, когда компания употребляет алкоголь и наркотики.

Ниже мы приводим краткие выводы о признаках, которые можно иметь в виду, если речь идет о суициде.

Риск велик среди подростков, но и имеет место и среди детей младшего возраста.

Риск возрастает у подростков, риск суицида в 4 раза больше у мальчиков, чем у девочек. Особую группу риска представляют мальчики в возрасте 15 лет.

В число факторов, связанных с увеличением риска самоубийства, входят:

Ранняя защита от самоубийства (особенно в случае, если это произошло позже) или ранняя или длящаяся подавленность; обособливание, отстранение и чувство безнадежности.

Молодые гомосексуалисты обоих полов пытаются совершить самоубийство в 2-6 раз чаще, чем гетеросексуальные ровесники, особенно в тот период, когда они скрывают свою наклонность от друзей или семьи.

Ранние потери или травмы (развод, смерть), особенно недостойное физическое или сексуальное обращение.

Преувеличенная занятость темой смерти или самоубийства других людей.

Раннее убийство в семье, другие семейные проблемы, особенно подавленность родителей и наркомания.

Планирование: раздаривает свои вещи, играет с ножами, необдуманно рискует, большие личностные изменения, возможно употребление наркотиков.

Дополнительно необходимо обращать внимание **на стадию приближения:**

Близкий друг покойного, нашел покойного или видел совершение его самоубийства или был с ним непосредственно до совершения самоубийства

Упомянут в прощальном письме.

Знал, что это может произойти (был в курсе), однако ничего не сделал.

Ссора, раздор, трещина в отношениях непосредственно до совершения самоубийства.

Случаями самоубийства являются любовная боль или другие серьезные или вымышленные потери, конфликты с родителями, друзьями или другими, оскорбления (обиды) и др.

После самоубийства важно оперативно вмешаться. Если кто-то и в курсе о планах самоубийства ученика, так это, как правило, друзья. Исследования показывают, что осведомленность родителей о помыслах и попытках самоубийства ребенка немногочисленна.

Если у ребенка есть план, который описывает методы и возможное время совершения самоубийства, необходимо как можно быстрее связаться с родителями и позвать профессиональную помощь. Также нельзя предполагать, что он последует твоим советам, его нельзя оставлять одного. В таких случаях ты должен напрямую известить родителей и других учеников; сказать ученику, что ты это сделал; связаться со специалистом; поручить заботу об ученике школьному персоналу с опытом консультирования до того времени, пока не прибудет помощь (подготовить направление в больницу).

Феномен суицида (самоубийства) заключается в том, что в течение относительно короткого времени происходит на ограниченном участке несколько самоубийств. Заразительный эффект исходит из суицидальной наклонности детей и подростков идентифицироваться с разрушительными решениями. Дело с необычным феноменом, который можно предотвратить, если в школе рассматривается произошедшее самоубийство правильным способом. Самоубийство не стоит романтизировать; учеников необходимо контролировать позитивными беседами, нельзя давать возможность в медиа-источниках детально описывать самоубийство, и молодым стоит помочь осознать эту сильную боль, которую причиняет самоубийство близким.

Проведенные в Финляндии небольшие исследования показали, что в школах, где корректно вмешались в ситуацию, не произошло ни одного нового самоубийства на протяжении 4-х летнего надзорного периода.

Зато в школах, где отсутствовало кризисное вмешательство, возросло число самоубийств. При помощи раннего анкетирования и интервью screening можно выделить уязвимых личностей. Также является существенно важной длительная систематическая профилактическая работа с помощью умения справляться и других программ.

Если в местной общине происходит самоубийство нескольких учеников, школа должна в сотрудничестве с рабочей группой специалистов как можно скорее созвать собрание, чтобы спланировать, как рассмотреть вопрос - непосредственно сразу и на протяжении длительного времени.

Кто больше всего нуждается в помощи?

Ниже описанные признаки могут указать на то, что ребенок нуждается в большей помощи.

Ребенок отдаляется как от друзей, так и от взрослых.

Поведение ребенка меняется до неузнаваемости на длительное время, например, поведение стало вызывающим и агрессивным, ребенок провоцирует драки.

Ребенок становится сверхчувствительным в отношении окружающего и появляется усиленная настороженность.

Ребенок реагирует с сильным самоосуждением.

Заметно снижается успеваемость в учебе.

Последующие реакции усиленные и длительные.

На протяжении долгого времени ребенок всего избегает и постоянно думает о произошедшем.

Ребенок ведет себя так, как будто он никого и ничего не боится (и в случае опасности, ведет себя неподходяще, говорит, что ничего в этом мире его больше не пугает).

Ребенок склонен попадать в беду, рискуя тем, от чего раньше воздерживался, вовлекает себя в жизненно опасные ситуации, говорит о нанесении себе физических увечий или о самоубийстве.

Ребенок создает пессимистичную картину будущего, у него пропадает способность преодолевать другие трудности повседневной жизни, пропадает надежда и необходимость хорошо справляться.

В связи с тем, что многие из данных факторов встречаются часто одновременно, достаточно легко обнаружить, кому из учеников особенно необходима помощь. Намного сложнее с тихими учениками, которые не показывают, как сложно им, и с учениками, у кого возникает сильная фобия (избегают всего, что напоминает о произошедшем), но кто не выглядит страдающим, т.к. они очень хорошо научились избегать обстоятельства. Их стратегия затрачивает больше умственной энергии, результатом чего является неэффективная учеба. Оценка поведения ученика в школе очень важна для того, чтобы выявить необходимость дополнительной помощи.

Тихие ученики и ученики с фобиями часто страдают проблемами нарушения сна, что ведет в свою очередь к более серьезным недостаткам. В совместной работе с домом возможно рано обнаружить трудности и найти им помощь. Необходима и внимательность со стороны учителя, чтобы заметить проблему ученика.

Факторы риска

За учеником необходимо следить с особым вниманием после критического случая, если встречаются следующие факторы:

Обстоятельства случившегося (травмирующие влияния):

физическая травма и/или опасность для своей жизни;

свидетель насильственной смерти;

крайняя беспомощность в случае опасности;

насильственный или неожиданно драматический случай смерти;

безответственность перед случившимся.

Личность и ранний жизненный кризис:

Ранняя угнетённость и / или депрессия;

закрытая позиция;

неразработанные кризисы/ травмы;

Воздействующие факторы окружающей среды:

слабая социальная сеть;

недостаточное домашнее общение и открытость;

неприятные реакции со стороны семьи или школы;

равнодушная школьная среда;

дефицит друзей;

вторичные травмы;

сложные жизненные ситуации.

1.11. Пищевое отравление в школе

Что такое пищевое отравление?

В общем, яды можно проглотить, вдохнуть, их можно ввести, они могут проникать через кожу или глаза. Бактериальное пищевое отравление – расстройство здоровья вследствие ядовитых бактерий, содержащихся в пище. Хотя есть и токсичные продукты питания (растения, грибы), наибольшей угрозой являются загрязненные продукты питания.

В загрязненных или испорченных продуктах многие бактерии размножаются и выделяют токсины, которые вызывают отравление. Химические средства защиты растений и другие средства загрязнения окружающей среды, бытовые токсины, пестициды и тяжелые металлы обычно могут быть удалены с поверхности тщательной промывкой. Чтобы избежать пищевого отравления, нужно остерегаться испорченных и немытых продуктов питания. Обычное пищевое отравление проходит через пару дней. Редко, но пищевое отравление может закончиться смертью. Токсин ботулизма вызывает микроб *Clostridium botulinum*, который развивается в почве. Микробы разрушаются при нагревании, но споры могут выдерживать высокие температуры. Споры развиваются в бескислородной среде. Опасность представляют приготовленные дома с малым количеством соли мясо, грибы, горох и другие зимние заготовки. Дальнейший прогресс ботулизма будет зависеть от характера отравления. Также это может привести к общему снижению сопротивляемости организма, к травме плода, а также изменению в наследственной информации. Долгосрочное потребление даже низких доз способствует образованию опухолей. Ботулизм - инкубационный период составляет 30-36 часов. Смерть наступает в результате паралича центральной нервной системы. Сальмонеллез вызывает широко распространенный в природе микроорганизм *Salmonella*. Болезнь часто возникает из-за употребления в пищу сырых яиц или блюд из яиц. Отравление происходит через несколько часов после употребления зараженной пищи, иногда и позже. Стафилококковый токсин вызывает гнойное воспаление, которое может попасть в пищу через загрязненные руки или с гнойным воспалением пальца. Он разрушается при нагревании. Токсичность (боли в животе и диарея, рвота) происходят в течение нескольких часов после употребления зараженной пищи. Синильную кислоту может содержать кислый компот из косточковых фруктов. Синильная кислота высоко токсична. Доза синильной кислоты и её солей для смерти нужно очень мало, примерно одна двадцатая грамма (маленькая щепотка ножа). Отравление вызвано содержанием в косточковых вещества амүgdaliin. Нужно учитывать, что токсичная HCN (синильная кислота) может попасть в организм не только через пищевые продукты, напитки и из воздуха, но также и через кожу. HCN легко проникает через неповрежденную кожу. HCN – пары в быту могут образовываться при термическом разложении и горении нейлона и предметов полиуретана.

Предостережение о возможном отравлении:

Таблетки, ягоды или незнакомые предметы во рту ребенка, воспаления во рту или на коже, странный запах или дыхание, потение, расстройство пищеварения или рвота, головокружение или потеря сознания, судороги.

Признаки пищевого отравления

Признаки пищевого отравления проявляются после 2-10 часов после приема пищи. Тошнота, рвота, часто следует затем понос. Температура может быть немного повышенной, а затем даже меньше обычной. Состояние взрослых становится очень опасным и длится 4-6 часов, но у маленьких детей

состояние опасным для жизни может стать в течение часа. Особенно изнуряют рвота и расстройство пищеварения.

Признаки пищевого отравления – тошнота, рвота, боли в животе, понос и температура.

Признаки ботулизма – головная боль, слабость, двоиться в глазах, тошнота.

Признаки сальмонеллеза – боль в животе, головная боль, понос и высокая температура, могут быть боли в суставах.

Признаки стафилококка – боли в животе, понос, тошнота.

Признаки отравления синильной кислотой – жжение во рту и в горле, слюнотечение, чувство тяжести в области сердца.

Что делать?

Носи одноразовые резиновые перчатки.

Осмотри рот ученика. Удали все вещества изо рта.

Если возможно, выясни:

возраст ученика и вес;

что ученик проглотил;

какого типа был яд;

сколько и когда его приняли.

Если ученик потерял сознание, положи его на бок.

Проверь дыхательные пути.

Посмотри, послушай и почувствуй его дыхание.

Если нет признаков дыхания, начинай оживление.

При пищевом отравлении или при принятии других отравляющих веществ, важно знать, что яд держится в желудке около часа. Спустя час начинает двигаться по пищеварительному тракту, всасываться, и обратного действия нет.

ЛУЧШЕ НЕ старайся вызвать рвоту и не пей ничего.

Действие некоторых веществ при рвоте может нанести больше вреда.

ВВ! Рвоту нельзя вызывать, проглатывая отравляющие вещества!

Рвоту надо вызывать до того, как содержимое желудка начнет двигаться по пищеварительному тракту.

Рвоту надо вызвать в случае плохого лекарства, плохой еды или алкоголя.

Нельзя после рвоты сразу пить много воды, так как последует следом вновь рвота.

Нужно пить холодную воду маленькими глотками.

* нужно пить много прохладной воды без газов или чай с мятой, если рвота закончилась.

*используй активированный уголь

Достаточный эффект будет лишь при большом количестве угля. При отравлении нужно принимать 1 г на каждый кг веса человека. **В аптеке в продаже таблетка угля весит 0,25г. Если потерпевший весит 40 кг, то нужно принять 40г или 160 таблеток, а в одной упаковке 16 штук.**

Таблетки активированного угля адсорбируют содержимое желудка вместе с отравляющими веществами.

* При изнурительном поносе примите 2 таблетки Лоперамида.

- * При болях в животе помогут 1-2 таблетки Но-Шпы 2-3 раза в день.
- * При отравлении синильной кислотой в качестве оказания первой помощи принимают 0,2%-раствор марганцовки, растворы сероводорода, сульфата натрия сульфата железа.
- * При ботулизме – незамедлительно вызвать **скорую помощь 112.**

Для вызова скорой помощи позвони по номеру 112.

До вызова помощи, выясни, **какая помощь необходима.**

Постарайся **сохранять спокойствие** и расскажи о случившемся **диспетчеру**, отвечая на вопросы:

- что случилось?
- в сознании потерпевший и дышит?
- в каком месте находится потерпевший?
- есть ли кто из присутствующих, кто может оказать посильную помощь?

Не прерывай разговор прежде чем это разрешит диспетчер!

Хотя может показаться, что вызов помощи и ответы на вопросы – это растрачивание времени, но информация необходима для оказания помощи.

Оказывающий первую помощь должен действовать спокойно и целенаправленно!

2. Рекомендации для действия до, во время и после экстремальной ситуации

2.1. Связь со средствами массовой информации

В кризисной ситуации, безусловно, необходимо учитывать интерес средств массовой информации. Школа несет ответственность за обеспечение того, чтобы ученики, родители и персонал школы не пострадал бы из-за чрезмерного внимания средств массовой информации, но в то же время, попытаться понять, что журналисты делают свою работу, и найти наиболее безопасный способ для сотрудничества с ними.

Вообще общается со СМИ директор школы или уполномоченное им лицо. Связующее лицо со средствами массовой информации должно быть доступно в течение всего кризисного периода.

Уведомление должно быть продуманно и запланировано, информирование оперативным, информация четкой, точной и выражающей заботу. В общении со средствами массовой информации нужно принимать во внимание, что все слова будут услышаны журналистом и через средства массовой информации доведены до общественности.

При общении со средствами массовой информации необходимо договориться с журналистом об ограничениях и их обосновать (Пример: опрашивать и снимать детей в трауре неприемлемо, для публикации фото ребенка необходимо согласие родителя и ребенка, описывая самоубийство, есть чрезвычайно высокая опасность "заразного" эффекта и т.д.)

Если журналист связывается с вами, вы должны выяснить имя журналиста и контактные данные, а также цели его обращения к вам. Возможно, вам следует уточнить, какие вопросы интересуют журналистов и когда информация дойдет до общественности. Необходимо учитывать, что ответ «без комментариев» не мешает отобразить произошедшее в СМИ, но забирает возможность повлиять на смысл отображаемого события. В любом случае, не обязательно немедленно комментировать, у журналиста можно попросить больше времени, чтобы решить, что и каким образом комментировать. Желательно комментировать причины отказа - объяснить, почему информацию невозможно дать (исходя из интересов ребенка, с учетом пожеланий семьи, в интересах следствия дела и т.д.). Если необходимо, то целесообразно отправить репортера к другим источникам информации (профессионалам и т.д.) для получения пояснений по делу.

Если школа хочет по собственной инициативе информировать общественность через средства массовой информации, необходимо решить, в какой форме (обращение к определенному журналисту, пресс-релиз или пресс-конференция средствам массовой информации, статья-мнения, в газету, радио- или теле-интервью и т.д.) и через какой канал (национальные или местные средства массовой информации, письменные или аудиовизуальные средства массовой информации и т.д.) сделать это. Если необходимо, стоит проконсультироваться с экспертами в общении.

2.2. Как учителю подготовиться к кризису?

Научитесь распознавать и помочь себе.

Если комитет школы по кризисным ситуациям сообщил сотрудникам о случившемся, учителя несут ответственность, которая заключается в оказании помощи ученикам в их классах для решения инцидента. Зачастую учитель может быть единственным взрослым, которому дети могут выразить свои мысли и чувства, или осмелится это сделать. Даже если учитель не получил подготовку в кризисных ситуациях для детей, он может быть большой поддержкой. Учителя должны справиться со своей реакцией на стресс.

После травматического события могут проявиться у учителя следующие реакции: раздражительность, трудности с концентрацией внимания, трудности при проведении уроков, страх, что разговор с учениками о том, что произошло может сделать еще хуже, дискомфорт в связи со своими сильными чувствами (страх, гнев), отрицание травматического действия события. Чтобы помочь ученикам, учитель должен быть в курсе своего состояния и при необходимости обратиться за соответствующей помощью самим себе.

Инструкция учителю

1. Информировуй о несчастье службу спасения по телефону 112 (не стоит бояться, что кто-то другой уже позвонил – здесь действует главное правило о том, что лучше больше, чем вообще никто).
2. Будь активным и решительным. Это будет способствовать восстановлению у учеников чувства защищённости и равновесия.
3. Будь вместе с детьми, не оставляй детей одних.
4. По необходимости, дай информацию о случившемся парамедикам, спасателям или служащим полиции. Дай действительный обзор случившемуся, говори только об известных фактах. Попытайся в своих высказываниях остаться спокойным и описывая происшедшее ясно и просто. Если тебе по каким-либо причинам трудно говорить одному, позови себе в помощь коллегу или участника критической ситуации.
5. Дай время для реагирования и для того, чтобы задали вопросы.
6. Избегай обещаний. Не обещай того, что всё скоро образуется, но в то же время поддерживай надежду, что в кризис всё-таки будет преодолён.
7. Подбадривай учеников говорить о кризисной ситуации. Зачастую хочется постоянно говорить о случившемся и задавать одни и те же вопросы, так как со случившимся трудно свыкнуться. Ободрай детей говорить как о фактах, связанных со случившемся, так и о своих чувствах. По необходимости, обговорите время, когда вы поговорите о случившемся в течение дня.
8. Сохраняй в классе обычные правила. Поддерживай в учениках всяческую деятельную активность (например, уборку класса и подобную повседневную деятельность). Это углубит чувство сплочённости и защищённости. А также поможет восстановить чувство контроля.
9. Измени временно учебный план. Кроме травматического события у учеников есть трудности с концентрацией и памятью, а также понижается способность обучения.
10. Будь внимателен в отношении учеников с трудностями. Учениками с повышенным риском могут быть пострадавшие сёстры/братья; близкие друзья; дети с высокой эмоциональностью; очевидцы случившегося; те, у кого в семье проблемы или дети, потерявшие членов семьи; ученики с депрессионными проявлениями или склонные к суициду. Они требуют неотлагательной индивидуальной психологической помощи.
11. Помоги восстановить самоконтроль. Сильные чувства в кризисной ситуации естественны. Помоги им успокоиться и достичь контроля своего поведения.
12. Объясни ученикам, как общаться с журналистами. Скажи, чтобы они не отвечали на вопросы журналистов без разрешения родителей.

13. Сохраняй контакт с другими учителями, персоналом школы и с родителями учеников. Важно знать, как ученики справятся с кризисной ситуацией не только в школе, а также дома и вне дома. Также некоторый ученик может нуждаться в помощи специалиста. И старшие нуждаются в руководстве.
14. Своим поведением будь примером ученикам. Чем чаще взрослые показывают пример, как быть компетентным, решающим проблемы, а также сочувствующим и заботливым, тем ученикам легче вести себя адекватно.
15. Осознавай свои реакции, а также заботься о себе. Разрешается показывать и свои чувства, но не теряй контроль. Не оставайся один, разговаривай с коллегами, делись своими чувствами и мыслями, в случае необходимости, ищи помощи специалистов.

2.3. Помощь во время кризиса и позже

Важно проявлять постоянное бережное отношение, помогая восстановлению общего ощущения безопасности и формированию доверительных (совместных) отношений как внутри так и вне школы: родители, местные жители, учреждения помощи и т.д.

Меры, принятые в связи с кризисной ситуацией можно разделить на применяемые во время кризиса и на послекризисные актуальные задачи.

Информация очень важна в кризисных ситуациях. Проверенное, адекватное и хорошо продуманное предоставление информации поможет школьному персоналу быть готовым иметь дело с реакциями учащихся.

Уменьшается распространение слухов, ненужное усиление страха и беспокойства. Информацию должны получить также те, кто не присутствует на месте.

Информация за пределами школы

Важно, что инициатива информирования шла со стороны школы. Это помогает предотвратить как в школе, так и в ее окружении часто пугающее распространение слухов, контролировать то, что произошло, не давая лишних моментов для обсуждения средствам массовой информации, так, чтобы пострадавшие, соученики, их семьи и персонал школы не пострадали эмоционально, будучи в водовороте тревожной или даже болезненной информации. Адекватно проверенная информация позволит восстановление нормального функционирования школы как можно скорее.

Информирование родителей

Составляется письмо родителям, где объясняется, что произошло. Уведомляется о плане действий школы, каких-либо временных изменениях в организации обучения, о предоставляемой помощи учащимся, родителям и работникам школы. К письму прилагаются контактные имена и номера телефонов уполномоченных лиц, чтобы ответить на вопросы родителей.

При необходимости организуются собрания родителей, куда приглашаются различные представители учреждений.

Медиа-информация

Директор школы организует обмен информацией с медиа-каналами. Учителя могут предоставлять СМИ информацию по договоренности с администрацией школы, а у

школьников должно быть разрешение родителей на общение с прессой.

Насущные задачи во время и сразу после кризиса

Руководитель школы оценивает кризисную ситуацию, обеспечивает сотрудников и учащихся четкими указаниями и пытается стабилизировать ситуацию.

После кризиса, когда ситуация успокаивается, школа организует совещание всех работающих в школе взрослых. В ходе совещания:

- согласуют приоритетные направления деятельности, ответственности и разделения труда;
- определяют и оценивают собственный опыт кризисных ситуаций всех работников для решения проблем;
- собирают как можно больше данных об учащихся;
- договариваются о том, как общаться с близкими учащихся;
- договариваются о предложенных мерах;
- договариваются, какие совместные действия организуются для урегулирования ситуации и определяется ответственность, связанная с деятельностью;
- приходят к соглашению, как на различных уроках обсуждают случившееся, избегают чрезмерного упоминания кризиса и подчеркивают, что главная задача учителя заключается в том, чтобы слушать, отвечать на вопросы, предоставлять информацию и контролировать потенциальные реакции учащихся в связи с произошедшим;
- достигается договоренность о том, как предоставлять информацию любым представителям средств массовой информации; здесь следует быть особенно осторожным, особенно в защите учащихся;
- договариваются о том, как взаимодействовать с деловыми партнерами, чтобы получать помощь экспертов и т.п. за пределами школы;
- договариваются, каким образом будут решаться проблемы на уровне работников школы и обсуждают, какая помощь им необходима;

Руководитель школы организует встречу с кризисной командой школы. В ходе встречи согласуются планы действий, ответственность и разделение обязанностей:

- договариваются о роле каждого в коллективе в общении с семьями и учащимися, и о необходимости оказания помощи в получении информации;
- достигается договоренность, кто и какую помощь может предложить в школе, и как более широкую поддержку могут получать учащиеся за ее пределами;
- решается, как кризисная группа поддерживает других сотрудников;
- обсуждается, есть ли необходимость в организации общего школьного собрания.

Важно то, чтобы директор школы, руководя во время кризиса и после него, заботился о своем физическом состоянии.