

## Для столичных школьников провели занятие по безопасности

03.10.2019

**«4 октября в России отмечают День гражданской обороны. На сегодняшний день ГО - это комплекс различных мероприятий по защите жителей, культурных и материальных ценностей от каких-либо опасностей, - говорит заместитель начальника Управления по ЦАО Департамента ГОЧСиПБ Евгений Алаев. - В преддверии этого праздника мы организуем в образовательных учреждениях Центрального административного округа города Москвы уроки по основам безопасности жизнедеятельности».**

Сотрудники ГКУ «ПСЦ» и Управления по ЦАО Департамента ГОЧСиПБ г.Москвы провели открытый урок по безопасности жизнедеятельности для учащихся 5 класса «В» Школы № 2055 имени Героев Советского Союза Анатолия Живова и Юрия Костикова.

«Ребята, сегодня мы с вами поговорим о безопасности в повседневной жизни, о наших эмоциях и о психологической поддержке в экстремальной ситуации», - обратилась к школьникам Кристина Заславская, психолог отдела психологического обеспечения ГКУ «ПСЦ».

В чрезвычайном происшествии люди обычно напуганы, испытывают горе, страх, плачут, злятся, испытывают истерику или находятся в апатии. В беседе со школьниками Кристина рассказала, как правильно себя вести с таким человеком. «Если человек после какого-то чрезвычайного происшествия плачет - то это нормальная реакция на стресс, - рассказывает Кристина. - Плач - естественная физиологическая реакция организма, после которого наступает облегчение».

Нужно помнить и об ограничениях при оказании психологической поддержки. «Не давайте человеку невыполнимые обещания. Не обсуждайте с другими состояние пострадавшего при нем, - говорит Кристина Заславская. - В шоковом состоянии информация может быть неверно воспринята. Если вы оставляете пострадавшего одного, то убедитесь, что он в безопасности. При этом помните: ваша безопасность первостепенна!»

Ребята не отводили глаз от психолога. Тема была очень интересна и затронула всех: мальчишки и девчонки рассказывали о том, какие случаи были в их жизни, жизни друзей и знакомых, кто как себя вел. Кристина отвечала на многочисленные вопросы, беседа проходила эмоционально и живо.

В конце урока ребята поблагодарили гостей за интересное занятие.

---

Адрес страницы: <http://cao.mos.ru/important-in-the-district/detail/8394559.html>

---

[Префектура Центрального административного округа города Москвы](#)