

# ПАНИКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

Шапотин Андрей 9"А" класс

# Чрезвычайная ситуация

**Чрезвычайная ситуация** — это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которая может повлечь или повлекла за собой человеческие жертвы, а также ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей

# Паника

- Паника – это безотчетный ужас, который спровоцирован неизвестностью: человек либо не понимает чего нужно бояться, заражаясь паническим поведением окружающих, либо не знает, что нужно делать, когда угрожающая обстановка застала его врасплох. В подобных ситуациях паническое состояние очень часто приводит к нелепым смертям.



**БЕЗ  
ПАНИКИ!**

# Преодоление трудностей в борьбе с паникой:

- 1) Мотивация собственных поступков , которые помогут преодолевать трудности,
- 2) Опыт, предыдущие испытания, прожитая жизнь могут придать силы человеку,
- 3) Объяснение опасности, которая в данный момент несущественна

# В чрезвычайной обстановке важно, чтобы вы были в

## **СОСТОЯНИИ:**

- — Принимать быстрые решения,
- Постоянно и непрерывно контролировать самого себя,
- Определять и знать свои возможности и не падать духом
- В любой ситуации пытаться найти выход

**СПАСИБО**

**ЗА ВНИМАНИЕ!**