

مانور

بررسی حوادث نشان می‌دهد که تجربه به دست آمده در طول تمرینات (مانورها) بهترین راه برای آماده سازی تیم‌ها برای پاسخ موثر به شرایط اضطراری می‌باشد. تمرین‌ها باید طوری طراحی شوند که اعضای تیم را درگیر کرده و آنها را وادار به همکاری برای مدیریت واکنش به یک حادثه فرضی کند. تمرین‌ها دانش افراد از برنامه‌ها را افزایش می‌دهند، به اعضا اجازه می‌دهند عملکرد خود را بهبود بخشند و فرصت‌هایی را برای بهبود قابلیت‌ها برای پاسخگویی به رویدادهای واقعی شناسایی کنند.

می‌توان گفت تمرینات یک روش عالی برای:

- ارزیابی برنامه آمادگی
- شناسایی کاستی‌های برنامه ریزی و رویه‌ای
- آزمایش یا اعتبار سنجی رویه‌ها یا طرح‌هایی که اخیراً تغییر کرده‌اند
- تفهیم نقش‌ها و مسئولیت‌ها
- دریافت بازخورد و توصیه‌های شرکت‌کنندگان را برای بهبود برنامه
- اندازه‌گیری بهبود در مقایسه با اهداف عملکردی
- بهبود هماهنگی بین تیم‌ها، سازمان‌ها و نهادهای داخلی و خارجی
- تأیید آموزش
- افزایش آگاهی و درک از خطرات و اثرات بالقوه خطرات
- ارزیابی قابلیت‌های منابع موجود و شناسایی منابع مورد نیاز

توسعه یک برنامه تمرینی

برنامه تمرینی باید با ارزیابی نیازها و قابلیت‌های فعلی سازمان شروع شود. برای این منظور لازم است سازمان ارزیابی ریسک و اهداف عملکردی خود را بررسی کند. در مرحله بعد باید بمنظور آشنایی اعضای تیم با برنامه‌های آمادگی، یک جلسه هماهنگی برگزار شود. در این جلسه باید نقش‌ها و مسئولیت‌ها بررسی شود تا اطمینان حاصل شود که همه با مدیریت حوادث آشنا هستند. سپس باید سناریوهای احتمالی برای شرایط اضطراری و اختلال در کسب و کار شناسایی گردند. این سناریوها اساس تمرینات روی میزی هستند. به تدریج با بلوغ برنامه باید تمرینات کاربردی در نظر گرفته شوند. بهترین تمرین می‌تواند برگزاری یک تمرین در مقیاس واقعی باشد، برای این منظور بهتر است با مقامات محلی تماس گرفته شود تا مشخص شود که آیا فرصتی برای شرکت در یک تمرین در مقیاس کامل در سازمان وجود دارد یا خیر.

تمرین‌ها باید برای تعیین اینکه آیا اهداف تمرین برآورده شده‌اند و استخراج فرصت‌های بهبود، ارزیابی می‌شوند. انجام یک بحث و گفت‌وگو «شستشوی داغ» که در پایان تمرین برگزار می‌شود، راهی عالی برای درخواست بازخورد از افراد و شناسایی پیشنهادهای برای بهبود است. فرم‌های ارزشیابی راه دیگری برای ارائه نظرات و پیشنهادات شرکت‌کنندگان می‌باشد. لازم است بعد از تمرین یک گزارش تهیه شود و به همراه پیشنهاد های ارائه شده در اختیار مدیریت و دیگران قرار گیرد. پیشنهادات بهبود باید از طریق برنامه اقدام اصلاحی سازمان مورد توجه قرار گیرد.

هنگام توسعه تمرینات، مهم است که:

- هدف تمرین تعریف شود
- تعریف روشنی از دامنه تمرین، نیاز به تمرین و هدف اجرای آن با روشن کردن اینکه چه کسانی باید درگیر باشند، ارائه گردد.
- ارائه یک بیانیه
- برای مثال «تجارت ما به شدت به انتقال اطلاعات در شبکه‌های مخابراتی وابسته است. ما باید برای ادامه فعالیت‌های مهم تجاری آماده باشیم حتی اگر شبکه‌های مخابراتی از کار بیفتند. هدف از این تمرین اطمینان از این است که گروه‌های تجاری می‌توانند با شرایط اضطراری غیر عملی، مانند از دست دادن شبکه‌های مخابراتی، سازگار شوند و اقداماتی را که ممکن است برای ادامه فعالیت‌های مهم تجاری لازم باشد، درک کنند».
- جمع آوری تیم برنامه ریزی
- اندازه تیم برنامه ریزی به دامنه تمرین بستگی دارد. این تیم باید شامل نمایندگان از تمام سازمان‌های اصلی درگیر در تمرین باشند.
- توسعه سناریو
- وظیفه اولیه تیم برنامه ریزی توسعه سناریوی تمرین است. سناریو باید یک رویداد قابل قبول باشد که با هدف تمرین مقیاس بندی شده باشد.
- سناریوی نمونه زیر برای یک تمرین در مقیاس می باشد: «فردی که یک کوله پشتی به دست داشت در حالی که بیهوش در داخل دروازه شمالی دراز کشیده بود، پیدا شد. از کوله پشتی مایع نارنجی نشت می کرد. یک افسر امنیتی به فرد نزدیک شد و بیهوش شد. فردی ناشناس از مجاورت ساختمان اداری در حال فرار دیده شد و باعث انفجار و آتش سوزی در داخل ساختمان شد. مکان فعلی او ناشناخته است، اما گمان می‌رود جایی در سایت باشد.»
- توسعه دستورالعمل‌های تمرینی
- بسته به نوع تمرین و سناریو، تیم برنامه‌ریزی باید هرگونه محدودیتی را که در طراحی، توسعه و اجرای تمرین ایجاد می‌شود، شرح دهد. محدودیت‌ها می‌توانند توانایی پاسخ‌دهندگان برای مشارکت، لزوم دریافت مجوز، مناطقی که ممکن است به دلایل ایمنی غیرمجاز باشند یا محدودیت‌های مالی باشد. نمونه‌ای از یک دستورالعمل در زیر آمده است: «هیچ پرسنلی نمی‌توانند در هر زمانی وارد موتورخانه شوند، زیرا موتورخانه در طول تمرین در حال کار می باشد.»
- آماده کردن دعوت نامه و راهنمای ارزیابی
- شرکت کنندگان باید دعوت نامه‌هایی را دریافت کنند که هدف تمرین را شرح می دهد. در این دعوت نامه لازم است سناریو مربوطه و نقش این افراد؛ و سایر برنامه‌ها توصیف شوند. ارائه راهنمایی برای ناظرانی که اقدامات و تصمیمات را در حین انجام تمرین ارزیابی می کنند، به همان اندازه مهم هستند.
- ارزیابی کامل بعد از تمرین

ارزیابی های پس از تمرین، مبنایی را برای بهبود برنامه ها یا رویه هایی که به عنوان بخشی از تمرین مورد آزمایش قرار گرفته اند، فراهم می کند.

انواع تمرینات

انواع مختلفی از تمرین ها وجود دارد که می توان از آنها برای ارزیابی طرح ها، رویه ها و قابلیت های برنامه استفاده کرد:

- تمرین های مبتنی بر بحث: شرکت کنندگان را با برنامه ها، خط مشی ها، توافق ها و رویه های جاری آشنا می کند یا ممکن است برای توسعه طرح ها، سیاست ها، توافق نامه ها و رویه های جدید استفاده شوند.
- تمرین های مبتنی بر عملیات: طرح ها، خط مشی ها، توافق نامه ها و رویه ها را تأیید می کنند. برای تفهیم نقش ها و مسئولیت ها؛ و شناسایی شکاف های منابع در یک محیط عملیاتی کاربرد دارند.

تمرینات مبتنی بر بحث

تمرین های مبتنی بر بحث شامل سمینارها، کارگاه ها، تمرین های رومیزی و بازی ها می شوند. از این نوع تمرینات با توجه به اهداف زیر استفاده می شود:

- به عنوان نقطه شروع برای انجام سایر تمرینات
- برای برجسته کردن برنامه ها، سیاست ها، موافقت نامه های بین سازمانی/بین حوزه های و رویه های موجود
- به عنوان ابزار ارزشمندی برای آشنایی سازمان ها و پرسنل با قابلیت های جاری یا مورد انتظار یک واحد تجاری
- تمرکز بر مسائل استراتژیک و سیاست مدار

سمینارها

سمینارها کسانی را که نقش یا علاقه ای به طرح واکنش دارند گرد هم می آورند تا در مورد طرح و مفاهیم اولیه برای یک تمرین سالانه یا تمرین جامع عمیق تر بحث کنند.

سمینارها:

- معمولاً در قالب سخنرانی با بازخورد یا تعامل محدود از شرکت کنندگان انجام می شود.
- در سمینارها سازمان درگیر اجرای واقعی برنامه نمی شود.
- هر شرکت کننده قادر است تا با طرح و نقش ها، مسئولیت ها و رویه های افراد درگیر آشنا شود.
- می تواند محلی مناسب برای بحث و تشریح مسائل فنی با پرسنل درگیر و غیر فنی باشد.

راهنمایی برگزاری سمینار

از سمینارها می توان برای پرداختن به طیف وسیعی از موضوعات استفاده کرد. اگرچه موضوعات ممکن است متفاوت باشد، همه سمینارها:

- در یک محیط کم استرس انجام می شوند.

- انتقال اطلاعات از طریق تکنیک‌های آموزشی مختلف، که ممکن است شامل سخنرانی‌ها، ارائه‌های چند رسانه‌ای، بحث‌های میزگرد، بحث‌های مطالعه موردی، سخنرانی کارشناسان یا هر ترکیبی از آنها باشد.
- شامل بحث‌های غیررسمی می باشد که توسط یک رهبر سمینار رهبری می شود.
- هیچ محدودیتی در زمان واقعی "ساعت" نداشته ندارد.
- برای گروه‌های کوچک و بزرگ موثر می باشد.

توجه: قبل از شرکت در یک سمینار، شرکت کنندگان باید درک روشنی از اهداف تمرین داشته باشند.

کارگاه‌های آموزشی

در طول کارگاه‌ها، تعامل شرکت‌کنندگان افزایش می‌یابد و تمرکز بر دستیابی یا ساختن یک محصول (مانند پیش‌نویس طرح یا خط‌مشی) است. کارگاه‌ها اغلب همراه با توسعه تمرینات برای موارد زیر استفاده می‌شوند:

- تعیین اهداف
- توسعه سناریوها
- تعریف معیارهای ارزیابی

توجه: برای اثربخشی، کارگاه‌ها باید به شدت بر روی یک موضوع خاص متمرکز شوند و نتیجه یا هدف مورد نظر باید به وضوح تعریف شود.

راهنمایی برگزاری کارگاه

کارگاه‌های موثر:

- روی یک نتیجه، محصول یا هدف به وضوح تعریف شده تمرکز می‌کنند.
- معمولاً با یک ارائه یا جلسه توجیهی شروع می‌شوند تا نتایج مورد انتظار مشخص شود.
- اغلب از جلسات تسهیل شده برای افزایش تعامل شرکت‌کنندگان استفاده می‌شود.
- با تشکیل مجدد در یک جلسه عمومی برای ارائه نتایج پایان می‌یابد.

تمرینات روی میز

تمرینات روی میز جلساتی مبتنی بر بحث و گفتگو هستند که در آن اعضای تیم در یک محیط غیررسمی و کلاس درس با یکدیگر ملاقات می‌کنند تا در مورد نقش خود در شرایط اضطراری و پاسخ آنها به یک موقعیت اضطراری خاص بحث کنند. یک تسهیل‌کننده شرکت‌کنندگان را از طریق بحث در مورد یک یا چند سناریو راهنمایی می‌کند. مدت زمان تمرین روی میز به مخاطب، موضوع مورد تمرین و اهداف تمرین بستگی دارد. بسیاری از تمرینات روی میز را می‌توان در چند ساعت انجام داد، بنابراین آنها ابزارهای مقرون به صرفه‌ای برای اعتبارسنجی برنامه‌ها و قابلیت‌ها در سازمان هستند. تمرین روی میز برای موارد زیر کاربرد دارد:

- جلسه مالک و مقامات مدیریت اضطراری محلی و ملی.
- برای ارزیابی طرح و رویه‌های پاسخ را با توصیف یک رویداد شبیه‌سازی شده

- بررسی عمیق مسائل و مشکلات از طریق بحث عمیق در مورد مشکل

راهنمایی برگزاری تمرینات روی میزی

هنگام انجام تمرینات روی میز، باید:

- مواد مرجع مانند طرح های اقدام اضطراری، نقشه ها و سایر مطالب مرتبط را ارائه شود.
- از مهارت های ارتباط موثر برای تسهیل بحث و حل مسئله استفاده شود.
- همه باید از برنامه ها و مسئولیت های سازمانی قابل اجرا آگاه شوند.

بازی ها

بازی ها شبیه سازی عملیاتی هستند که اغلب دو یا چند تیم از قوانین، داده ها و رویه ها برای به تصویر کشیدن یک موقعیت واقعی یا فرضی در زندگی واقعی استفاده می کنند.

هدف یک بازی بررسی فرآیندهای تصمیم گیری و پیامدهای آن تصمیمات است. تفاوت یک بازی با رومیزی این است که توالی رویدادها بر تصمیمات بازیکنان تأثیر می گذارد و به نوبه خود تحت تأثیر قرار می گیرد.

سناریوها و شبیه سازی های کامپیوتری می توانند روشی واقعی تر و حساس تر به زمان برای معرفی موقعیت ها برای تجزیه و تحلیل در طول بازی ارائه دهند. آنها همچنین یک محیط مشارکتی را فراهم می کنند تا اتفاقات واقع بینانه منعکس شوند.

تمرینات مبتنی بر عملیات

تمرینات مبتنی بر عملیات شامل دریل، تمرینات عملکردی و تمرینات در مقیاس کامل می باشد. تمرینات مبتنی بر عملیات برای موارد زیر کاربرد دارند:

- برای اعتبارسنجی برنامه ها، سیاست ها، توافق ها و رویه های تثبیت شده در تمرین های مبتنی بر بحث استفاده می شوند.
- برای روشن کردن نقش ها و مسئولیت ها، شناسایی شکاف ها در منابع مورد نیاز برای اجرای طرح ها و رویه ها و بهبود عملکرد فردی و تیمی استفاده می شوند.
- برای تمرین عملی پاسخ به شرایط اضطراری؛ بسیج دستگاه ها، منابع یا شبکه ها؛ و تعهد پرسنل استفاده می شوند.

دریل

دریل یک تمرین سطح پایین است که مهارت ها را در یک روش واکنش اضطراری آزمایش می کند، توسعه می دهد یا حفظ می کند. یک دریل:

- یک فعالیت هماهنگ و تحت نظارت است که معمولاً برای تأیید یک عملیات یا عملکرد خاص در یک آژانس یا سازمان واحد استفاده می شود.
- ممکن است بخشی از یک برنامه آموزشی برای ارائه دستورالعمل در مورد تجهیزات جدید، توسعه یا تأیید خط مشی ها و رویه های جدید، یا حفظ مهارت های فعلی باشد.

- تمرکز محدودی دارد اما در یک محیط واقع گرایانه انجام می شود.
- با استفاده از استانداردهای تعیین شده برای اندازه گیری عملکرد، بازخورد فوری ارائه می دهد.
- ممکن است برای آماده سازی پرسنل برای تمرینات در مقیاس بزرگتر استفاده شود.

راهنمای برگزاری دریل

هنگام انجام یک دریل، مهم است که:

- برنامه‌ها، خط‌مشی‌ها و رویه‌های کاملاً تعریف‌شده وجود داشته باشند.
 - پرسنل با برنامه‌ها و سیاست‌ها آشنا باشند و در مورد فرآیندها و رویه‌هایی که قرار است بررسی شوند آموزش دیده باشند.
 - پرسنل بدانند که در یک تمرین شرکت می‌کنند و نه یک وضعیت اضطراری واقعی.
 - کنترل‌کننده‌ها اطمینان دهند که رفتار شرکت‌کننده در محدوده‌های از پیش تعریف‌شده باقی می‌ماند و نهادهایی که در تمرین دخالت ندارند (به عنوان مثال حراست، سازمان آتش‌نشانی) به طور غیرضروری بسیج نمی‌شوند.
 - ارزیابان رفتارها را مشاهده کنند و آنها را با برنامه‌ها، خط‌مشی‌ها، رویه‌ها و رویه‌های استاندارد (در صورت وجود) مقایسه کنند.
 - کنترل‌کننده‌های ایمنی اطمینان حاصل کنند که تمام فعالیت‌ها در یک محیط امن انجام می‌شود.
- نکته: تمرین زمانی شروع می‌شود که کنترل‌کننده‌ها و ارزیاب‌ها به درستی مستقر شوند. اگر مشکل ایمنی پیش نیاید، تمرین تا زمانی که فرآیند کامل شود، زمان منقضی شود یا اهداف به پایان برسد ادامه می‌یابد.

تمرینات عملکردی

تمرین عملکردی بالاترین سطح تمرینی است که می‌توانید بدون فعال کردن کامل تمام جنبه‌های برنامه اقدام اضطراری خود یا تخلیه ساکنان انجام دهید. یک تمرین عملکردی:

- شامل سطوح مختلفی از پرسنل مدیریت تسهیلات و شرایط اضطراری محلی است.
- شامل شبیه‌سازی خرابی تاسیسات یا سایر رویدادهای مشخص شده است که نیاز به واکنش سریع توسط پرسنل آموزش دیده ای دارد که نقش واقعی خود را "ایفای نقش می‌کنند".
- در یک محیط استرس‌زا با محدودیت زمانی اتفاق می‌افتد.
- توانایی‌های داخلی و پاسخ‌های صاحبان تاسیسات و مقامات مدیریت اضطراری را ارزیابی می‌کند.
- فعالیت‌های هماهنگی بین مالک تاسیسات و پرسنل مدیریت اضطراری را ارزیابی می‌کند.

راهنمایی برگزاری تمرین عملکردی

هنگام انجام یک تمرین عملکردی، مهم است که:

- شرکت‌کنندگان در مورد اهداف، نحوه اجرای تمرین، دوره زمانی شبیه‌سازی شده و قوانین و رویه‌های اصلی آگاه باشند.

- تا حد امکان، تمرین در همان مرکز و در همان پیکربندی عملیاتی به عنوان یک وضعیت اضطراری واقعی انجام می شود.
- شرکت کنندگان می توانند از میان طیف کاملی از پاسخ هایی که معمولاً در مواقع اضطراری برای آنها در دسترس است تصمیم بگیرند.
- توانایی شرکت کنندگان در تصمیم گیری، برقراری ارتباط و انجام مسئولیت ها محدود نمی شود.
- هنگام به تصویر کشیدن رویدادها و موقعیت هایی که در یک دوره زمانی طولانی رخ می دهند، انتقال های زمان پرش به حداقل می رسد، و در صورت امکان، همزمان با یک نقطه شکست طبیعی است.

تمرینات در مقیاس کامل

یک تمرین در مقیاس کامل:

- یک تمرین تعاملی است که برای ارزیابی قابلیت عملیاتی تمام جنبه های سیستم مدیریت اضطراری تحت بررسی در یک محیط بسیار واقعی و پر استرس طراحی شده است.
- با یک تمرین عملکردی از طریق حرکت میدانی و بسیج واقعی، به جای شبیه سازی، متفاوت است.
- واقع گرایی تمرین در مقیاس کامل را می توان از طریق اقدامات و تصمیمات در صحنه، "قربانیان" شبیه سازی شده، دستگاه های ارتباطی، استقرار تجهیزات و تخصیص منابع و پرسنل منتقل کرد.

راهنمایی تمرین در مقیاس کامل

هنگام انجام یک تمرین در مقیاس کامل، مهم است که:

- مجموعه کامل تمرینات سطح پایین قبلاً انجام شده و اقدامات اصلاحی مورد نیاز انجام شده باشد.
- اطلاع رسانی و فعال سازی پرسنل تا حد امکان واقع بینانه باشد.
- همه تصمیمات و اقدامات در زمان واقعی اتفاق می افتد و پاسخ ها و پیامدهای واقعی را ایجاد می کند.
- توجه زیادی به توسعه، اجرا و نظارت بر برنامه های ایمنی و بهداشت داده می شود.
- ناظران متعدد تصمیمات، نتایج، تضادها، استفاده از منابع و اثربخشی طرح ها یا پروتکل ها را ثبت و ارزیابی می کنند.
- به دلیل فعالیت میدانی گسترده، ایمنی به عنوان یک نگرانی عمده در نظر گرفته می شود.

ارزشیابی پس از تمرین

ارزشیابی پس از تمرین باید پس از تمام تمرینات تکمیل شود. ارزیابی های بعد از تمرین شامل عناصر زیر است:

شستشوی داغ¹

شستشوی گرم یک بحث تسهیل شده است که بلافاصله پس از تمرین در بین شرکت کنندگان از هر ناحیه عملکردی برگزار می شود. این برنامه برای گرفتن بازخورد در مورد مسائل، نگرانی ها یا پیشرفت های پیشنهادی که ممکن است شرکت کنندگان در مورد تمرین داشته باشند، طراحی شده است. شستشوی گرم فرصتی برای شرکت کنندگان است تا نظرات خود را در مورد تمرین و عملکرد

¹ Hot Wash

خود بیان کنند. این جلسه تسهیل شده به شرکت کنندگان اجازه می‌دهد تا در ارزیابی مشارکت داشته باشند. در این زمان، ارزیاب‌ها همچنین می‌توانند در مورد اقدامات خاص و آنچه که شرکت کنندگان را وادار به انجام آن‌ها کرده است، توضیح دهند. ارزیابان باید در حین شستشوی گرم یادداشت برداری کنند و این مشاهدات را در تحلیل خود لحاظ کنند. شستشوی گرم نباید بیش از ۳۰ دقیقه طول بکشد.

جلسه توجیهی^۲

جلسه توجیهی، انجمنی است برای برنامه ریزان، تسهیل کنندگان، کنترل کنندگان و ارزیابان برای بررسی و ارائه بازخورد پس از برگزاری تمرین. این جلسه باید یک بحث تسهیل شده باشد که به هر فرد این فرصت را بدهد تا یک نمای کلی از حوزه عملکردی که مشاهده کرده است ارائه دهد و هم نقاط قوت و هم زمینه‌های بهبود را مستند کند. توضیحات باید توسط رهبر تیم برنامه ریزی تمرین یا مدیر برنامه تمرین تسهیل شود. نتایج باید برای گنجاندن در گزارش پس از اقدام و برنامه بهبود ثبت شوند. یک جلسه توجیهی با شستشوی گرم متفاوت است، زیرا شستشوی گرم برای شرکت کنندگان در نظر گرفته شده است تا بازخورد ارائه کنند.

گزارش پس از اقدام

پس از پایان تمرین باید یک گزارش پس از اقدام^۳ (AAR) تهیه شود. هدف از AAR ارائه بازخورد به شرکت کنندگان در مورد عملکرد آنها در طول تمرین است. AAR رویدادهای تمرین را خلاصه می‌کند و عملکرد وظایفی را که در طول فرآیند برنامه ریزی مهم تشخیص داده شده‌اند، تجزیه و تحلیل می‌کند. همچنین دستیابی به اهداف تمرین انتخابی و نشان دادن قابلیت‌های کلی را ارزیابی می‌کند. پس از تکمیل AAR، آخرین مرحله ایجاد یک برنامه بهبود است. هدف آن تبدیل درس‌های آموخته شده از تمرین به مراحل مشخص و قابل اندازه‌گیری است که منجر به بهبود قابلیت‌های پاسخ می‌شود.

طرح بهبود

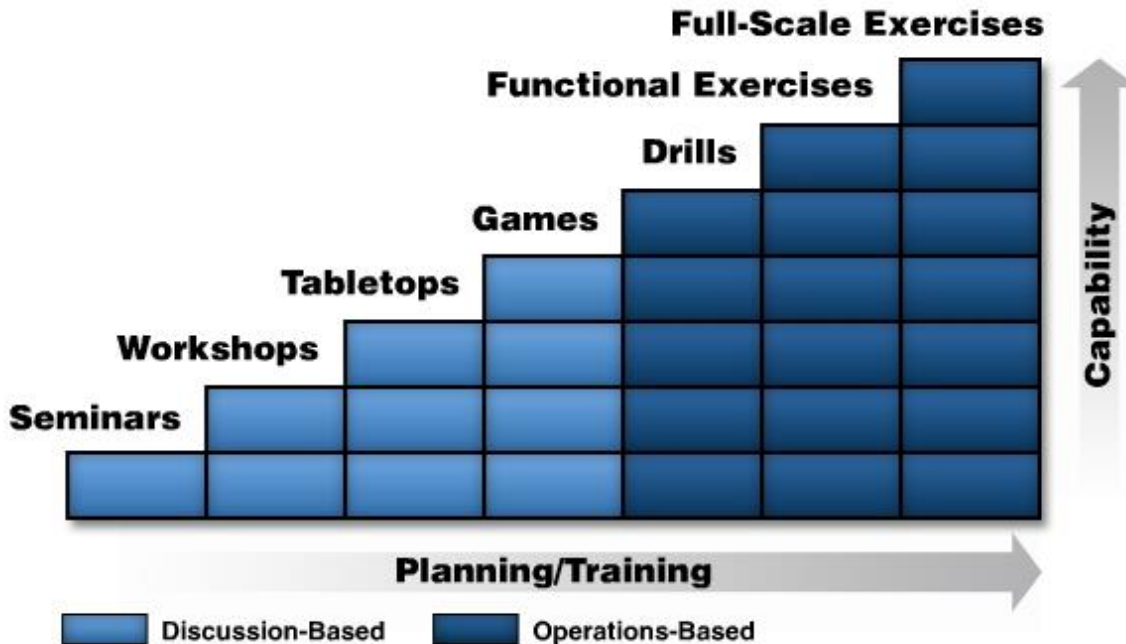
آخرین مرحله، ایجاد یک برنامه بهبود برای تبدیل درس‌های آموخته شده از تمرین به مراحل مشخص و قابل اندازه‌گیری است که منجر به بهبود قابلیت‌های پاسخ شود. برنامه بهبود اقدامات اصلاحی انجام شده، طرف یا سازمان مسئول و تاریخ تکمیل مورد انتظار را فهرست می‌کند. طرح بهبود در گزارش نهایی پس از اقدام گنجانده شده است.

تداوم تمرینات

نمودار زیر تمرینات مبتنی بر بحث تا عملیات مقیاس کامل را خلاصه می‌کند. با افزایش سطح قابلیت‌های اعمال شده، تعهد مورد نیاز برای برنامه ریزی و زمان آموزش نیز افزایش می‌یابد.

² Debrief

³ After-Action Report



فرکانس تمرین

اکثر کسب و کارها باید سمینارها، کارگاه‌ها، تمرینات رومیزی، بازی‌ها، دریل‌ها و تمرین‌های عملکردی را در اولویت خود قرار دهند و در بازه‌های زمانی مشخص (با توجه به ریسک‌های سازمان تکرار کنند)

تمرینات در مقیاس کامل باید به عنوان فعالیت‌های تمرین اضطراری اختیاری در نظر گرفته شوند و باید در درجه اول زمانی انجام شوند که نیاز خاصی برای ارزیابی حرکت میدانی و استقرار واقعی وجود داشته باشد. هنگامی که یک تمرین در مقیاس کامل انجام می‌شود، ایمنی به دلیل فعالیت میدانی گسترده به یک نگرانی اصلی تبدیل می‌شود. اگر سازمان توانایی انجام یک تمرین در مقیاس کامل را داشته باشد، باید قبل از انجام هر تمرین در مقیاس کامل، کل مجموعه تمرینات ذکر شده در بالا را برنامه‌ریزی و انجام دهد. همچنین لازم است که حداقل یک تمرین عملکردی قبل از انجام یک تمرین در مقیاس کامل انجام شود.

انواع مختلفی از تمرین‌ها وجود دارد که می‌توان از آنها برای ارزیابی طرح‌ها، رویه‌ها و قابلیت‌های برنامه استفاده کرد.

- دوره‌های آموزشی، کارگاه‌ها یا سمینارهای جهت‌دهی
- تمرینات روی میز
- تمرینات کاربردی
- تمرینات در مقیاس کامل

دوره های آموزشی، کارگاه ها و سمینارهای جهت دهی، آموزش های اساسی برای اعضای تیم هستند. آنها طراحی شده اند تا اعضای تیم را با واکنش اضطراری، تداوم کسب و کار و برنامه های ارتباطات بحران و نقش ها و مسئولیت های آنها همانطور که در برنامه ها تعریف شده است آشنا کنند.

تمرینات روی میز جلساتی مبتنی بر بحث و گفتگو هستند که در آن اعضای تیم در یک محیط غیررسمی و کلاس درس با یکدیگر ملاقات می کنند تا در مورد نقش خود در شرایط اضطراری و پاسخ آنها به یک موقعیت اضطراری خاص بحث کنند. یک تسهیل کننده شرکت کنندگان را از طریق بحث در مورد یک یا چند سناریو راهنمایی می کند. مدت زمان تمرین روی میز به مخاطب، موضوع مورد تمرین و اهداف تمرین بستگی دارد. بسیاری از تمرینات روی میز را می توان در چند ساعت انجام داد، بنابراین آنها ابزارهای مقرون به صرفه ای برای اعتبارسنجی برنامه ها و قابلیت ها در سازمان هستند.

تمرینات عملکردی به پرسنل این امکان را می دهد که با انجام وظایف خود در یک محیط عملیاتی شبیه سازی شده، برنامه ها و آمادگی خود را تأیید کنند. تمرین های عملکردی سناریو محور هستند، مانند شکست یک عملکرد تجاری حیاتی یا انفجار مخازن در یک پالایشگاه. تمرین های کاربردی برای تمرین اعضای تیم، رویه ها و منابع خاص (مانند ارتباطات، هشدار، اعلان ها و تنظیم تجهیزات) طراحی شده اند.

یک تمرین در مقیاس کامل تا حد امکان به واقعیت نزدیک است. این تمرین، یک تمرین طولانی است که در مکان واقعی با استفاده از تجهیزات و پرسنلی که در یک رویداد واقعی مورد استفاده قرار می گیرند تا حد امکان انجام می شود. تمرینات در مقیاس کامل توسط سازمان های دولتی انجام می شود.