

Оглавление	
Введение	3
Глава I. Общие правила безопасности	3
Общие рекомендации	4
Как выявить террориста	4
Поведение в толпе	6
Эвакуация	7
Первая помощь в случае ранения	8
Советы психолога	10
Глава II. Как вести себя при терактах	12
При захвате в заложники	12
Психология заложника	14
Безопасность на транспорте	17
В самолёте	18
В поезде	20
В автобусах	21
Действия при взрыве, пожаре, завале	23
Если обнаружена бомба	23
Безопасное расстояние	24
Взрывчатые вещества	25
Если вы оказались в завале	27
Поведение при пожаре	27
Безопасность на производстве	28
При обнаружении взрывного устройства	29
Безопасность в школе	30
Глава III. Обеспечение личной безопасности	35

Поступление угрозы по телефону	35
Угроза в письме	37
Оценка степени угрозы и агрессора	38
Заключение	43

Введение

Террористы сегодня ведут войну против мирных граждан практически на всех континентах. Захват заложников или взрыв с большим числом пострадавших, к сожалению, перестали быть уникальными событиями. Не обошла эта беда и Россию - все мы помним трагические события последних лет, горе и возмущение наших сограждан.

Пережитая за эти годы боль изменила и наше общество, и наше государство. Были приняты жесткие меры для обеспечения безопасности, вводятся в действие законы, препятствующие деятельности террористов и их пособников. Мы, чего уже давно не было, стали воспринимать чужую боль как свою. Мы увидели, как выстраиваются очереди, чтобы сдать кровь для пострадавших, как реально изменилось сознание людей. Россияне больше, чем прежде стали выражать готовность помогать власти бороться с террористами. Уже очень многие понимают, что сколь бы сильны ни были силовые структуры, без участия в этой борьбе каждого гражданина жизнь и его собственная, и его детей, и его близких все же не будет в полной безопасности.

Для эффективной борьбы с терроризмом в нее должны включаться не только наиболее сознательные граждане и те, кого затронула беда, а все общество.

Для мирных граждан, оказавшихся вольно или невольно в экстремальной ситуации, существуют определенные, основанные на мировом опыте правила поведения. Каждый, кто следует им, не только сохраняет собственную жизнь, но и помогает сохранить чужие.

Глава I. Общие правила безопасности

К террористическому акту невозможно подготовиться заранее, поэтому следует всегда быть настороже. Следует проявлять особую осторожность на многолюдных мероприятиях с тысячами участников, в популярных развлекательных заведениях, гипермаркетах.

Общие рекомендации:

- обращайтесь внимание на подозрительных людей, предметы, на любые подозрительные мелочи. Сообщайте обо всем подозрительном сотрудникам правоохранительных органов;

- никогда не принимайте от незнакомцев пакеты и сумки, не оставляйте свой багаж без присмотра;

- у семьи должен быть план действий в чрезвычайных обстоятельствах, у всех членов семьи должны быть номера телефонов, адреса электронной почты служб экстренного реагирования.

- необходимо назначить место встречи, где вы сможете встретиться с членами вашей семьи в экстренной ситуации;

- в случае эвакуации, возьмите с собой набор предметов первой необходимости и документы;

- всегда узнавайте, где находятся резервные выходы из помещения;

- в доме надо укрепить и опечатать входы в подвалы и на чердаки, установить домофон, освободить лестничные клетки и коридоры от загромождающих предметов;

- организовать дежурство жильцов вашего дома, которые будут регулярно обходить здание, наблюдая, все ли в порядке, обращая особое внимание на появление незнакомых лиц и автомобилей, разгрузку мешков и ящиков;

- если произошел взрыв, пожар, землетрясение, никогда не пользуйтесь лифтом;

- старайтесь не поддаваться панике, что бы ни произошло.

Как выявить террориста

Деятельность террористов не всегда бросается в глаза. Но вполне может показаться подозрительной и необычной. Осторожно проверьте, то

ли это, за что они себя выдают? Если признаки странного поведения подтверждаются, то немедленно сообщите об этом в силовые структуры.

Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д.

Не пытайтесь их останавливать сами - Вы можете стать первой жертвой.

Что может быть связано с деятельностью террористов в первую очередь?

- подозрительные лица, иногда нарочито неприметные, не выделяющиеся, но чем-то странные;
- небольшие группы людей;
- сдаваемые/снимаемые квартиры;
- подвалы;
- небольшие фирмы;
- подсобные помещения, склады;
- телефонные разговоры;
- связь с базами террористов (странные связи с регионами России, СНГ, мира, откуда распространяется терроризм).

Проявить настойчивость, при необходимости привлечь близких и знакомых, соседей. Некоторые беспечные граждане скажут: это паранойя.

Нет, это бдительность, принятая во всех развитых странах мира.

Рекомендации специалистов российских и израильских служб безопасности:

- будьте особо бдительными и остерегайтесь людей, одетых не по сезону. Если вы видите летом человека, одетого в плащ или толстую

куртку - будьте особенно осторожны - под такой одеждой террористы чаще всего прячут бомбы. Лучше всего держаться от него подальше и обратить на него внимание сотрудников правоохранительных органов;

- остерегайтесь людей с большими сумками, баулами и чемоданами, особенно, если они находятся в непривычном месте (например, с баулом в кинотеатре или на празднике). Несмотря на то, что этот человек, скорее всего окажется туристом или торговцем, все же лишняя осторожность не повредит;

- старайтесь удалиться на максимальное расстояние от тех, кто ведет себя неадекватно, нервозно, испуганно, оглядываясь, проверяя что-то в одежде или в багаже;

- если вы не можете удалиться от подозрительного человека, следите за мимикой его лица. Специалисты сообщают, что шахид, готовящийся к теракту обычно выглядит чрезвычайно сосредоточено, губы плотно сжаты, либо медленно двигаются, как будто читая молитву;

- ни в коем случае не поднимайте забытые вещи: сумки, мобильные, кошельки;

- ни в коем случае не принимайте от незнакомых лиц никаких подарков, не берите вещей с просьбой передать другому человеку.

Поведение в толпе

Террористы часто выбирают для атак места массового скопления народа. Помимо собственно поражающего фактора террористического акта, люди гибнут и получают травмы еще и в результате давки, возникшей вследствие паники. Поэтому необходимо помнить следующие правила поведения в толпе:

- выберете наиболее безопасное место. Оно должно быть как можно дальше от середины толпы, трибун, мусорных контейнеров, ящиков, оставленных пакетов и сумок, стеклянных витрин, заборов и оград;

- в случае возникновения паники обязательно снять с себя галстук, шарф;

- при давке надо освободить руки от всех предметов, согнуть их в локтях, застегнуть одежду на все пуговицы;
- не хвататься за деревья, столбы, ограду;
- стараться всеми силами удержаться на ногах;
- в случае падения свернуться клубком на боку, резко подтянуть ноги и постараться подняться по ходу движения толпы;
- не привлекать к себе внимание высказыванием и выкрикиванием лозунгов;
- не приближаться к агрессивно настроенным лицам и группам лиц;
- не вмешиваться в происходящие стычки;
- постараться покинуть толпу.

Эвакуация

Сообщение об эвакуации может поступить не только в случае обнаружения взрывного устройства и ликвидации последствий совершенного террористического акта, но и при пожаре, стихийном бедствии и т.п.

Получив сообщение от представителей властей или правоохранительных органов о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте их команды.

Если вы находитесь в квартире, выполните следующие действия:

- возьмите личные документы, деньги и ценности;
- отключите электричество, воду и газ;
- окажите помощь в эвакуации пожилых и тяжело больных людей;
- обязательно закройте входную дверь на замок — это защитит квартиру от возможного проникновения мародеров.

Не допускайте паники, истерик и спешки. Помещение покидайте организованно.

Возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

Помните, что от согласованности и чёткости ваших действий будет зависеть жизнь и здоровье многих людей.

Первая помощь в случае ранения

В случае, если вы получили ранение, постарайтесь сами себе перевязать рану платком, полотенцем, шарфом, куском ткани. Остановите кровотечение прижатием вены к костному выступу или наложите давящую повязку, используя для этого ремень, платок, косынку, полосу прочной ткани. Окажите помощь тому, кто рядом с вами, но в более тяжелом положении.

Раны бывают резаные, колотые, огнестрельные, ожоговые, укушенные. Как правило, при ранении отмечается различной интенсивности кровотечение. Поэтому, оказывая первую помощь, следует остановить кровотечение.

При артериальном кровотечении кровь яркая, алая, выплескивается из артерии фонтаном. В случае сильного кровотечения на кисти или предплечье, необходимо максимально согнуть локтевой сустав; при кровотечении на стопе и голени - согнуть ногу в колене суставе. При артериальном кровотечении на бедре - наложить жгут (закрутку) на ногу ниже паха; на плече - жгут чуть ниже плечевого сустава. При венозном кровотечении кровь истекает равномерной струей темного или почти черного цвета. Для остановки этого кровотечения достаточно максимально поднять конечность и наложить давящую повязку.

После остановки кровотечения края раны надо смазать раствором йода или зеленкой, прикрыть рану марлевой салфеткой или чистой тряпицей и наложить повязку бинтом, куском материи или поясом. Боль при ранении может привести к шоковому состоянию пострадавшего. В этом случае, помимо остановки кровотечения необходимо:

- положить или усадить пострадавшего так, чтобы его руки и ноги были несколько приподняты;

- использовать обезболивающие средства;
- закутать пострадавшего, чтобы обеспечить максимальное тепло.

При оказании первой помощи в случаях ранения категорически нельзя:

- промывать рану;
- извлекать любые инородные тела;
- класть в рану вату, смоченную йодом.

В экстренных случаях можно просто взять кусок относительно чистой материи (носовой платок, кусок рубашки и т.д.), положить его в рану и крепко прижать рукой, держа так все время транспортировки в лечебное учреждение.

На небольшие ожоговые раны следует накладывать трехслойную повязку, если возможно, смоченную раствором фурациллина. Повязку необходимо прибинтовать к пораженному месту. Она присохнет, но отрывать ее нельзя, она будет сама отходить от раны по мере заживания.

При ранении в голову пострадавшего укладывают горизонтально, обеспечивают покой. Надо учитывать, что ранению в голову обычно сопутствует сотрясение мозга.

В случае получения ранения в лицо следует зажать рану стерильным тампоном, салфеткой или платком. Для спасения жизни получившего ранение в голову необходимо наложить повязку и обратиться за квалифицированной медицинской помощью.

При ранениях позвоночника пострадавшего необходимо обездвижить и уложить. После этого пострадавшего не следует трогать до прибытия медиков. В случае остановки дыхания и сердца пострадавшему нужно произвести непрямой массаж сердца и искусственное дыхание. Самостоятельная транспортировка такого раненого не рекомендуется.

Чрезвычайно опасны ранения в шею. Они могут осложняться повреждением гортани и повреждениями позвоночника, а также сонных

артерий и вен шеи. В первом случае пострадавшего иммобилизуют, а во втором незамедлительно производят остановку кровотечения. Смерть от кровопотери при ранении сонной артерии может наступить в течение 10-12 секунд. Поэтому артерию пережимают пальцами, а рану немедленно туго тампонируют стерильным бинтом. Транспортировка такого пострадавшего должна осуществляться как можно более осторожно.

При ранениях в грудь, для предотвращения попадания воздуха в плевральную полость необходимо наложить на рану воздухопроницаемую повязку - марлевую салфетку обмазанную борной мазью или вазелином, кусок полиэтилена, в крайнем случае, плотно зажать рану ладонью. Пострадавшего усаживают в полусидячее положение. Надо учитывать, что остановка кровотечения затруднена.

Советы психолога

Страх перед террористическим насилием, случается, совершенно не соразмерен реальному риску подвергнуться нападению. В результате появляется постоянное чувство тревоги, которое может в соответствующий момент перерасти в ужас, а он проявится физической слабостью, неподвижностью или паническим бегством.

Такое угнетенное состояние затрудняет поиск выхода из экстремальной ситуации, вызывает чувство безнадежности, ведет к отказу от активного сопротивления, и даже от борьбы за собственную жизнь.

Проанализируйте свое поведение в экстремальной ситуации. Возможно, оно характеризуется одним из следующих признаков:

Дезорганизация поведения может проявиться в неожиданной утрате ранее приобретенных навыков, которые, казалось, были доведены до автоматизма. Некоторые люди в обычных условиях проявляют чудеса владения различными приемами самообороны, но в экстремальной ситуации вдруг, напрочь забывают о них.

Торможение действий характеризуется тем, что экстремальная ситуация может вызывать состояние ступора (оцепенения).

Повышение скорости выражается в мобилизации всех ресурсов организма на преодоление экстремальной ситуации. При этом наблюдается четкость восприятия и оценки происходящего, совершаются адекватные ситуации действия. Эта форма реагирования, конечно же, самая желательная, однако она появляется, как правило, только при наличии определенных навыков и специальной подготовки.

Чтобы действовать адекватно в экстремальной ситуации, постарайтесь по возможности следовать следующему плану действий:

- прежде, чем принимать какое-то решение, проанализируйте ситуацию, в которой вы оказались;

- попробуйте, насколько это будет возможно, оценить человека, противостоящего вам, обратив внимание на его физические и психические данные, его настроение и возможные особенности в поведении;

- приведите себя в состояние, которое позволит вам не только действовать, но и думать;

- определите тактику своего поведения в зависимости от всего объема поступившей к вам информации и ведите себя в соответствии с ней.

Многие допускают одну из двух ошибок - переоценивают свои возможности, либо сильно их занижают. И то, и другое делает вас потенциальной жертвой. Следовательно, необходимо уметь различать опасности действительные и мнимые, правильно оценивать людей и контролировать себя. Наконец. Грустный совет, но психологически надо быть всегда готовым к применению насилия, что уже само по себе является эффективным средством защиты. Главное правило - понять, в какую ситуацию вы попали, насколько реальна угроза физического насилия, и можно ли ее избежать.

Ваше восприятие будет, прежде всего, зависеть оттого, где вам угрожают. Например, если это ваша квартира, помните, что тот, кто угрожает, гораздо хуже ориентируется в обстановке, которая вам хорошо знакома. Если это помещение, в котором хозяином положения является

угрожающий, само по себе незнание обстановки во многом может сковывать ваши действия. Экстремальная ситуация может по-разному восприниматься и на улице. В темное время суток любая угроза воспринимается серьезнее, чем днем.

Важна оценка количества людей, реально угрожающих вам. Характер взаимоотношений между ними может подсказать, кто в группе главный, впервые ли эти люди совершают нападение, или они действуют как слаженная преступная группа.

При непосредственном нападении следует принимать в расчет собственные физические возможности. Избегайте мгновенно реагировать на нападение насильственными действиями, особенно если преступники вооружены. В таком случае лучше не сопротивляться, хотя это и не кажется достойным выходом из ситуации. Практика показывает, что подвергшийся нападению имеет больше шансов выжить, если признает за преступником его превосходство.

Прежде, чем что-либо предпринимать, следует взвесить свои реальные возможности и возможные последствия. Постарайтесь не допустить паники. Для этого необходимо заставить себя некоторое время сохранять спокойствие, свободно и глубоко дышать. Если паника возникла на улице, и нет других угрожающих факторов, спокойно объясните ситуацию и выведите людей из опасного места.

Глава II. Как вести себя при терактах

При захвате в заложники

К сожалению, никто из нас не защищён от ситуации, когда мы можем оказаться в заложниках у террористов. Но все же есть несколько универсальных правил.

Постарайтесь соблюдать спокойствие и не показывать своего страха. Не оказывайте террористам сопротивления, не пытайтесь вступить с ними в беседу, не стремитесь разжалобить их или отговорить от выполнения намеченного ими плана. Выполняйте их требования и не реагируйте на их действия в отношении других заложников.

Не нарушайте установленных террористами правил, чтобы не спровоцировать ухудшения условий вашего содержания. Не следует, например, пробовать связаться с родными, или правоохранительными органами. Если об этом станет известно вашим похитителям, они воспримут это как неподчинение и, как минимум, сделают режим вашего содержания более жестким.

Может наступить такой момент, когда забота о состоянии собственного духа и тела станет казаться вам бессмысленной. Тем не менее, в такой ситуации очень важно не забывать о личной гигиене, делать физические упражнения. Нельзя позволять себе сосредотачиваться на переживаниях. Способов отвлечься существует немало: попробуйте придумать себе какую-либо игру, вспоминать полузабытые стихотворения, анекдоты и т.п. Для верующих большим подспорьем является молитва.

Пребывание в заложниках наносит психическую травму даже весьма стойким людям. Освобожденных нередко тяготят чувство вины и стыда, утрата самоуважения, разного рода страхи. Помните, что это нормальная для бывших заложников реакция. Для возвращения к нормальной жизни требуется довольно длительный период.

Заложники обычно находятся в условиях резкого ограничения свободы перемещения и отсутствия средств связи. Они не располагают информацией о том, что происходит во внешнем мире, как развиваются события вокруг захвата.

Это осложняет принятие решений. Если заложнику разрешили вступить в контакт с родными, следует успокоить близких и попросить приложить максимум усилий для освобождения. Также при разговоре с родственниками надо объяснить, если вы имеете такую информацию, каковы требования похитителей.

Рекомендации к действиям при захвате

Когда происходит захват заложников следует помнить, что:

- только в момент захвата заложников есть реальная возможность скрыться с места происшествия;

- ни в коем случае нельзя кричать, высказывать свое возмущение;

- если начался штурм, необходимо упасть на пол и закрыть голову руками, старайтесь при этом занять позицию подальше от окон и дверных проемов;

- держитесь подальше от террористов, потому что при штурме по ним будут стрелять снайперы;

- если вы получили ранение, главное - постараться остановить кровотечение, перевязав рану. Окажите помощь тому, кто рядом, но в более тяжелом положении;

- не следует брать в руки оружие, чтобы вас не перепутали с террористами;

- не старайтесь самостоятельно оказать сопротивление террористам;

- если на вас повесили бомбу, нужно без паники голосом или движением руки дать понять об этом сотрудникам спецслужб. Фиксируйте в памяти все события, которые сопровождают захват.

Эта информация будет очень важна для правоохранительных органов.

Психология заложника

Оказавшийся в заложниках человек сначала не может поверить в то, что это произошло. Случившееся кажется ему дурным сном, однако, несмотря на это, нужно сразу начинать строго придерживаться правил, которые позволят вам сохранить жизнь и здоровье - и свое, и чужое.

Во время захвата важно не потерять самообладание. У некоторых из ставших заложниками может возникнуть неуправляемая реакция протеста против совершаемого насилия. В таком случае человек бросается бежать, даже когда это бессмысленно, кидается на террористов, борется, пытается выхватить у боевиков оружие. Взбунтовавшегося заложника террористы,

как правило, убивают, даже если не планировали убийств и рассчитывали только шантажировать власти.

После первого такого убийства ситуация меняется. Вина террористов перед законом возросла - они уже чувствуют себя обреченными и ожесточаются. В свою очередь заложники, увидев свою вполне вероятную участь, получают сильнейшую психическую травму. Их психику начинает разрушать ужас.

В случае, если вы уже захвачены, и возможность бежать, которая, как правило, есть только в первый момент, пропала, не нужно проявлять никакой активности. Террористы, как правило, находятся в состоянии сильнейшего стресса. Нередко многие из них впервые оказываются в такой ситуации, их нервная система перенапряжена, а психика работает на пределе. Они тоже боятся, и их страх выливается в агрессию.

Активное поведение заложников может напугать террористов, и в ответ они проявят жестокость. Чем меньше у них страха, тем меньше будет и агрессии. На каждое значительное движение, которое вы собираетесь произвести, следует просить разрешения. Если кто-то из заложников, даже из лучших побуждений, проявляет активность, его необходимо успокоить, удерживать, не давать кричать и ругаться.

С первых дней у заложников начинается процесс адаптации - приспособления к абсолютно ненормальным условиям существования. Однако дается это ценой психологических и телесных нарушений. Быстро притупляются острота ощущений и переживаний, таким образом, психика защищает себя. То, что возмущало или приводило в отчаяние, воспринимается, как обыденность. Главное при этом окончательно не утратить человеческий облик. Как удержаться? Многие эксперты отмечают, что те несчастные люди, с которыми в заложниках оказались их дети, как правило, оказываются избавлены от распада личности и потери человеческого лица.

По возможности не замыкайтесь в себе, постарайтесь присмотреться к другим людям, выяснить, не нужна ли кому-то помощь. Даже мелочь - понимающий взгляд, слово поддержки - будет способствовать тому, что

между вами возникнет контакт. Если человек чувствует поддержку, и ему, и всем, кто рядом с ним, становится легче. Это первый шаг к вашему спасению. Обратите внимание на людей, которые впали в ступор: не пытайтесь вывести их из этого состояния - лучше, если будет возможность, накормить их, напоить, помочь устроиться поудобнее.

Тем не менее, заложникам, как правило, не удастся избежать апатии и агрессивности, возникающих у них довольно скоро. Если условия содержания суровы, то уже через несколько часов кто-то из заложников начинает злобно ругаться с соседями, иногда даже со своими близкими. Такая агрессия помогает снимать эмоциональное перенапряжение, но вместе с тем истощает человека.

Апатия - это тоже способ уйти от страха и отчаяния. Но и апатия нередко прерывается вспышками беспомощной агрессивности. Полностью этого не избежать.

Тем не менее, можно и необходимо избегать пробуждения садизма - стремления в «праведном гневе» наказать кого-либо слабого, глупого, заболевшего по своей вине, или делающего что-то не то, или не так.

Остерегайтесь присоединяться к проявлениям садизма своеобразных лидеров, которые могут выделиться из числа заложников - психологические последствия этого могут преследовать вас долгие годы.

Заложники иногда могут совершить еще одну серьезную ошибку. В сознании человека может возникнуть представление, что всё не столь ужасно, и надо только, с одной стороны, понять террористов, а с другой - слезами разбудить в них сочувствие. Однако это вредная иллюзия. Симпатии к террористам могут стать вашим первым шагом к предательству по отношению к другим заложникам и распаду личности. Не думайте, что хоть на минуту боевики при этом станут воспринимать вас как-то по-новому. Ситуация, в которой вы окажетесь, станет, по большому счету, еще более ужасной.

Постоянная угроза жизни и осознание своей беспомощности могут привести к развитию и других явлений. Может казаться, что вы слышите

звуки вроде бы начавшегося штурма, голоса отсутствующих людей, видите нечто странное в темноте. Однако это не признак помешательства, а расстройство, которое пройдет не позже чем через две недели после освобождения.

Безопасность на транспорте

Отечественный и зарубежный опыт показывают, что общественный транспорт нередко подвергается атакам террористов. Чтобы избежать опасности или снизить возможный ущерб в случае теракта, необходимо следовать несложным правилам:

- нельзя спать во время движения транспортного средства;
- обращайтесь внимание на всех подозрительных лиц и на подозрительные предметы, об их обнаружении сообщайте водителю, дежурным по станции или милиционерам;
- не стойте у края платформы, подходите к дверям после остановки состава и выхода пассажиров, старайтесь сесть в вагоны в центре состава, они обычно меньше страдают от аварии, чем передние или задние;
- если произошел взрыв или пожар, закройте рот и нос платком и ложитесь на пол вагона или салона, чтобы не задохнуться;
- одевайтесь нейтрально, неброско, избегайте военных цветов одежды и формы, большого количества украшений;
- не разговаривайте на политические темы, не читайте порнографических, политических или религиозных публикаций, чтобы не стать оправданной мишенью для террористов;
- не употребляйте алкоголь;
- в случае захвата транспортного средства выполняйте все указания террористов, не смотрите им прямо в глаза;
- если вы чувствуете, что штурм неизбежен, старайтесь держаться подальше от окон, чтобы не мешать снайперам стрелять по террористам.

При штурме главное лечь на пол и не шевелиться до завершения операции;

- ни в коем случае не подбирайте оружие, брошенное террористами, группа захвата может принять вас за одного из них.

В самолёте

К сожалению, несмотря на серьезные меры безопасности и контроля, террористам удастся проникнуть на самолёт. Если вы пользуетесь самолётом, надо помнить следующие общие правила безопасности:

- тщательно отбирайте авиакомпанию;

- лучше всего лететь экономическим классом, поскольку это более безопасно. Террористы обычно начинают захват самолета с салона 1 класса, и используют находящихся там пассажиров в качестве живого щита при штурме;

- сидеть лучше всего у окна, а не в проходе. В этом случае, другие кресла обеспечат вам защиту при штурме или в случае открытия стрельбы террористами, тогда как места в проходе легко простреливаются;

- лучше всего путешествовать прямыми рейсами, без промежуточных посадок;

- при промежуточных посадках всегда выходите из самолета, так как террористы иногда захватывают самолет именно во время таких стоянок;

- одевайтесь нейтрально, неброско, избегайте военных цветов одежды и формы;

- не разговаривайте на политические темы, не читайте порнографических, политических или религиозных публикаций, чтобы не стать оправданной мишенью для террористов;

- надевайте на себя как можно меньше ювелирных украшений;

- не употребляйте алкоголь.

В случае захвата самолёта террористами, эксперты советуют выбрать тактику пассивного сопротивления, не рисковать. Чаще всего такое поведение притупляет внимание террористов, дает возможность выиграть время, а любая задержка идет на пользу заложникам. При захвате необходимо:

- выполнять все указания террористов, определив для себя, кто из них наиболее опасен, отдать все вещи, которые требуют террористы;

- не смотреть в глаза террористам;

- осмотреться в поисках наиболее укромного места, где можно укрыться в случае стрельбы;

- если с вами ребёнок, постараться быть все время с ним рядом, устроить его как можно более удобно и безопасно;

- не повышать голоса, не делать резких движений;

- не пытаться оказать сопротивление террористам, даже если вы уверены в успехе. В салоне может находиться их сообщник, который может взорвать бомбу;

- как можно меньше привлекать к себе внимание;

- не реагировать на провокационное и вызывающее поведение;

- прежде чем передвинуться или раскрыть сумку спросить разрешения

- при стрельбе лечь на пол и укрыться за сиденьем, никуда не бежать;

- если у вас есть компрометирующие документы - спрятать их;

- держите под рукой фотографии родных и детей.

Главное, помните, нельзя впадать в панику. Думайте о спасении. Не теряйте веры в счастливый исход. Старайтесь занять себя - читать, или

если вам разрешают - разговаривать с соседями. Некоторые захваты длятся по нескольку дней. Будьте спокойны, приготовьтесь к ожиданию. С террористами ведутся переговоры и вас освободят!

В поезде

Основные требования к личной безопасности в поезде такие же, как для других транспортных средств. Но есть и некоторые особенности:

- покупая билеты, отдавайте предпочтение центральному вагону. В случае железнодорожной катастрофы, они страдают намного меньше, чем головные или хвостовые;

- выбирайте сидячие места против движения поезда;

- не засыпайте, если ваши попутчики вызывают у вас недоверие;

- не выключайте свет в купе;

- держите дверь купе закрытой;

- документы и бумажник держите в надежном месте, а портфель ближе к окну;

- особенное внимание уделяйте своим вещам на промежуточных остановках.

Если начался штурм, он происходит молниеносно. Но при штурме главное лечь на пол и не шевелиться до завершения операции. Спецназ забросает вагон светошумовыми гранатами, и будет требовать лежать и не двигаться. Те, кто останется на ногах или с оружием в руках, рассматриваются спецназом как потенциальные террористы. Поэтому, повторим, главное - лечь на пол и не двигаться. Подчиняйтесь приказам штурмовой группы, не отвлекайте её вопросами. Ни в коем случае не бросайтесь навстречу вашим спасителям. При освобождении выходите из поезда после соответствующего приказа, но как можно скорее. Помогите детям, женщинам, больным, раненым, но не теряйте времени на поиски своих вещей и одежды. Помните, что поезд может быть заминирован.

В автобусах

Основные меры личной безопасности, которые необходимо соблюдать при передвижении на общественном наземном транспорте (автобусы, троллейбусы, трамваи) во многом схожи с теми мерами, которые надо применять, находясь в самолете:

- внимательно осмотрите салон, чтобы убедиться в отсутствии подозрительных предметов и личностей, а также запомните, где находятся экстренные выходы, огнетушитель;

- в общественном наземном транспорте лучше сидеть, таким образом, уменьшается вероятность поражения в случае взрыва, или при захвате автобуса террористами;

- одевайтесь нейтрально, неброско, избегайте военных цветов одежды и формы;

- не разговаривайте на политические темы, не читайте порнографических, политических или религиозных публикаций;

- надевайте на себя как можно меньше ювелирных украшений;

- имейте при себе мобильный телефон.

В случае захвата автобуса, трамвая или троллейбуса террористами, эксперты советуют выбрать тактику пассивного сопротивления, не рисковать. При захвате необходимо:

- выполнять все указания террористов, определив для себя, кто из них наиболее опасен, отдать все вещи, которые требуют террористы;

- не смотреть в глаза террористам;

- осмотреться в поисках наиболее укромного места, где можно укрыться в случае стрельбы;

- если с вами ребёнок, постараться быть все время с ним рядом, устроить его как можно более удобно и безопасно;

- не повышать голоса, не делать резких движений;

- не пытаться оказать сопротивление террористам, даже если вы уверены в успехе. В салоне может находиться их сообщник, который может взорвать бомбу;

- как можно меньше привлекать к себе внимание;

- не реагировать на провокационное и вызывающее поведение;

- прежде чем передвинуться или раскрыть сумку, спросить разрешения;

- при начале стрельбы лечь на пол и укрыться за сиденьем, не бежать никуда;

- если у вас есть компрометирующие документы - спрятать их;

- держать под рукой фотографии родных и детей.

Штурм общественного наземного транспортного средства происходит намного быстрее, чем штурм самолёта. Если вы чувствуете, что штурм неизбежен, старайтесь держаться подальше от окон, чтобы не мешать снайперам стрелять по террористам. При штурме главное лечь на пол и не шевелиться до завершения операции. Подчиняйтесь приказам штурмовой группы, не отвлекайте её вопросами. Ни в коем случае не бросайтесь навстречу вашим спасителям. При освобождении выходите из салона транспортного средства после соответствующего приказа, но как можно скорее. Помогите детям, женщинам, больным, раненым, но не теряйте времени на поиски своих вещей и одежды. Помните, что салон может быть заминирован.

При подготовке поездки особое внимание надо уделить истории, религиозным обрядам и географии вашего пункта назначения. В записную книжку выпишите телефоны консульства, посольства и местный телефон спасения.

Действия при взрыве, пожаре, завале

Если обнаружена бомба

Злоумышленники стремятся разместить взрывные устройства в наиболее уязвимом месте, где действием взрыва может быть достигнут наибольший эффект. К таким местам, как правило, относятся: автомашины, проходы в здания, места отдыха и массового скопления людей, а также различные предметы, используемые в качестве подарков: букеты цветов и т.п. Помня это, указанные места (объекты) следует держать в поле своего зрения, систематически осуществлять за ними контроль, проявлять осмотрительность.

Ни в коем случае нельзя принимать от неизвестных лиц подарки, посылки, букеты цветов и другие предметы, позволяющие укрыть взрывное устройство.

Взрывные устройства типа "бомба в письме" обычно имеют толщину 5-10 мм. Письмо имеет сходство (по вложению) с носовым платком или с карманным календарем, оно заметно тяжелее, чем предметы, указанные выше. При получении письма, схожего с описанными предметами, не вскрывать его, а вызвать специалистов и передать им для проверки.

Следует обращать внимание на «забытые» предметы: чемоданы, атташе-кейсы, зонтики, свертки, книги и т.п., в которых может быть подложено взрывное устройство. Указанные и иные предметы невыясненного происхождения не перемещать, не осматривать самостоятельно, а вызвать специалистов.

При обнаружении предметов, подозреваемых в принадлежности к взрывоопасным, следует соблюдать следующие меры безопасности:

- не курить;
- не пользоваться электрозажигалками и другими источниками огня или искровоспроизводящими предметами;
- не трогать руками и не касаться с помощью других предметов;

- не трясти, не бросать, не сгибать, не открывать;
- место обнаружения предмета немедленно покинуть, обеспечив охрану;
- оповестить окружение (сотрудников, членов семьи, других людей);
- незамедлительно сообщить о случившемся в правоохранительные органы или органы по делам ГОЧС по телефону;
- помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.д;
- не подходить к взрывным устройствам и подозрительным предметам (должностным лицам организовать их оцепление) ближе расстояния, указанного в таблице.

Безопасное расстояние

Рекомендуемые расстояния удаления и оцепления при обнаружении взрывного устройства или предмета похожего на взрывное устройство

ВУ или подозрительные предметы	Расстояние
Граната РГД-5	Не менее 50 м
Граната Ф-1	Не менее 200 м
Тротиловая шашка массой 200 гр	45 м
Тротиловая шашка массой 400 гр	55 м
Пивная банка 0,33 литра	60 м
Чемодан (кейс)	230 м
Дорожный чемодан	350 м
Легковой автомобиль «ВАЗ»	460 м
Легковой автомобиль «ГАЗ»	580 м
Микроавтобус	920 м
Грузовая машина (фургон)	1240 м

Взрывчатые вещества

Взрывчатые вещества (ВВ) - химические соединения или смеси, которые под воздействием определенных внешних воздействий способны взрываться.

Взрыв - процесс превращения взрывчатого вещества в большое количество сильно сжатых и нагретых газов, которые, расширяясь, производят разрушение. Отличие взрыва от обычного процесса горения только в скорости. По скорости, взрывы делятся на два типа: горение и детонация.

Так, порох взрывается горением, а тротил, гексоген, аммонит и подобные веществ взрываются детонацией. При детонации возникает ударная волна, которая движется со сверхзвуковой скоростью (7 тысяч метров в секунду).

Для того, чтобы произошел взрыв, необходимо внешнее воздействие. Оно бывает нескольких типов:

- механическое (удар, накол, трение);
- тепловое (искра, пламя, нагревание);
- химическое (химическая реакция взаимодействия какого-либо вещества с ВВ)
- детонационное (взрыв рядом с ВВ другого ВВ).

Из всех ВВ наиболее опасны бризантные - именно ими снаряжают снаряды, мины, бомбы, фугасы. Есть еще иницирующие - типа ртути и метательные - типа пороха.

Самые мощные среди бризантных - гексоген, тэн, тетрил. Средней мощности - тротил, мелинит, пластит. Пониженной мощности - аммиачная селитра.

Бризантность- способность ВВ разрушать.

Мощность ВВ измеряется в тротиловом эквиваленте (мощность тротила условно принимается за единицу). ВВ повышенной мощности на 35% сильнее тротила, а ВВ пониженной мощности на 20-30% слабее тротила.

Гексоген - белый кристаллический порошок без вкуса и запаха. В воде не растворяется, токсичен. Свое название получил из-за внешнего вида структурной химической формулы.

ТЭН (тетранитрат пентаэритрита) - белый кристаллический порошок. Нерастворим в воде.

Тетрил - порошок из белых кристаллов, желтеющих на свету. Нерастворим в воде.

Тротил - твердое коричневатое вещество, приобретает любые формы. Чаще всего имеет форму брусков бурого цвета, похожих на хозяйственное мыло, иногда его делают похожим на картошку. Запах также немного напоминает хозяйственное мыло, но человек его чувствует с трудом.

Мелинит - твердое кристаллическое вещество желтого цвета, горькое на вкус, встречается в порошкообразном, прессованном и литом виде. Слабо растворяется в холодной воде, лучше растворяется в горячей воде. Сильно окрашивает кожу рук в желтый цвет.

Пластит - пластичное глинообразное вещество, не растворяется водой, слабо пахнет нефтью.

Аммиачная селитра - чаще всего порошкообразное вещество белого, серого, желтого цвета. Применяется в порошкообразном (не прессованном) виде. Растворяется водой. При повышенной влажности теряет взрывчатые свойства.

Если вы оказались в завале

- не старайтесь самостоятельно выбраться;
- постарайтесь укрепить «потолок» находящимися рядом обломками мебели и здания;
- отодвиньте от себя острые предметы;
- если у вас есть мобильный телефон - звоните по телефону «112», «101», «102», «103»;
- закройте нос и рот носовым платком и одеждой, по возможности влажными;
- стучать с целью привлечения внимания спасателей лучше по трубам;
- кричите только тогда, когда услышали голоса спасателей - иначе есть риск задохнуться от пыли;
- ни в коем случае не разжигайте огонь.

Поведение при пожаре

Нередко при взрыве может возникнуть пожар, тогда следует:

- если дым и пламя позволяют выйти из помещения наружу, уходите скорее от огня; ничего не ищите и не собирайте;
- обмотать лицо влажными тряпками или одеждой, чтобы дышать через них;
- если в здании пожар, а перед вами закрытая дверь, предварительно потрогайте ручку тыльной стороной ладони. Если она не горячая, откройте дверь и проверьте, есть ли в соседнем помещении дым или огонь, после этого проходите. Если ручка двери или сама дверь горячая, никогда не открывайте ее;
- если вы не можете выбраться из здания, необходимо подать сигнал спасателям, кричать при этом следует только в крайнем случае, т.к. вы

можете задохнуться от дыма. Лучше всего размахивать из окна каким-либо предметом или одеждой.

Безопасность на производстве

Террористы могут выбрать для атаки крупный промышленный объект, поэтому руководителям предприятий и рядовым сотрудникам следует помнить несколько правил:

При поступлении угрозы по телефону:

- не оставлять без внимания ни одного подобного звонка, передать полученную информацию в правоохранительные органы, запомнив пол, возраст звонившего и особенности его речи;
- зафиксировать точное время начала разговора и его продолжительность;
- в ходе разговора постараться получить как можно больше информации.

Действия предупредительного характера:

- ужесточение пропускного режима при входе и въезде на территорию объекта;
- установка систем сигнализации, аудио и видеозаписи;
- осуществление ежедневных обходов территории объектов;
- периодическая комиссионная проверка складских помещений;
- тщательный подбор и проверка кадров;
- проведение регулярных инструктажей персонала о порядке действий при приеме телефонных сообщений с угрозами террористического характера.

Действия при захвате заложников

- о сложившейся ситуации незамедлительно сообщить в правоохранительные органы;
- по своей инициативе не вступать в переговоры с террористами;
- принять меры к беспрепятственному проходу (проезду) на объект сотрудников правоохранительных органов, автомашин скорой медицинской помощи, МЧС России;
- оказать помощь сотрудникам МВД, ФСБ в получении интересующей их информации;
- при необходимости, выполнять требования преступников, если это не связано с причинением ущерба жизни и здоровью людей. Не противоречить преступникам, не рисковать жизнью окружающих и своей собственной;
- не допускать действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам.

Помните, что в соответствии с законодательством руководитель несет персональную ответственность за жизнь и здоровье своих сотрудников.

При обнаружении взрывного устройства

- незамедлительно сообщить о случившемся в правоохранительные органы или органы по делам ГОЧС по телефону;
- не трогать, не вскрывать и не перемещать находку. Запомнить время её обнаружения. Помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.д.;

- не предпринимать самостоятельно никаких действий с предметами, подозрительными на взрывное устройство - это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям!

- не подходить к взрывным устройствам и подозрительным предметам (должностным лицам организовать их оцепление) ближе расстояния, указанного в вышеприведенной таблице (раздел «Действия при взрыве, пожаре, завале»);

- обеспечить возможность беспрепятственного подъезда к месту обнаружения взрывных устройств автомашин правоохранительных органов, скорой помощи, органов управления по делам ГОЧС, служб эксплуатации;

- обеспечить присутствие на работе лиц, обнаруживших находку, до прибытия оперативно - следственной группы и фиксацию их данных;

- в случае необходимости принять решение и обеспечить эвакуацию людей, согласно имеющегося плана.

Помните! В соответствии с законодательством руководитель несет персональную ответственность за жизнь и здоровье своих сотрудников

Безопасность в школе

В последнее время озабоченность по поводу безопасности школы серьезно возросла. Эта озабоченность связана не только с физическими факторами, но и психологические факторы также могут ассоциироваться с опасностью. В школе и прилегающих к ней территориях есть множество уязвимых мест, где вполне возможно скрытое запугивание или устрашение детей. Опыт Екатеринбурга, где в качестве эксперимента в ряде школ была введена должность «заместителя директора по внутренней безопасности» можно оценить только положительно. И это сразу дало положительный эффект - количество правонарушений резко сократилось.

В соответствии со статьей 1 Закона Российской Федерации от 8 октября 1992 года №2446-ФЗ «О безопасности» «Безопасность - состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз. К основным объектам безопасности относятся: личность - ее права и свободы; общество - его материальные и духовные ценности; государство - его конституционный строй, суверенитет и территориальная целостность».

Статья 2 того же закона определяет субъектов обеспечения безопасности: «... граждане, общественные и иные организации и объединения являются субъектами безопасности, обладают правами и обязанностями по участию в обеспечении безопасности в соответствии с законодательством Российской Федерации, законодательством республик в составе Российской Федерации, нормативными актами органов государственной власти и управления краев, областей, автономных округов, принятыми в пределах их компетенции в данной сфере».

Необходимость рассматривать подход к решению проблемы безопасности школы как системы адекватного реагирования на комплекс угроз, четко определена в статье 3 Закона: «Угроза безопасности - совокупность условий и факторов, создающих опасность жизненно важным интересам личности, общества и государства. Реальная и потенциальная угроза объектам безопасности, исходящая от внутренних и внешних источников опасности, определяет содержание деятельности по обеспечению внутренней и внешней безопасности».

Ответы на вопросы о том, как должна обеспечиваться комплексная безопасность школ, находятся прежде всего в статьях 4 и 9, где говорится, что: во-первых «...безопасность достигается проведением единой государственной политики в области обеспечения безопасности, системой мер адекватных угрозам жизненно важным интересам личности, общества и государства...»; во-вторых, основными функциями системы безопасности, создаваемой в школе, а именно:

- выявление и прогнозирование внутренних и внешних угроз жизненно важным интересам объектов безопасности;

- осуществление комплекса мер по предупреждению и нейтрализации выявленных угроз;
- создание и поддержание в готовности сил и средств обеспечения безопасности;
- управление силами и средствами обеспечения безопасности в повседневных условиях и при чрезвычайных ситуациях;
- осуществление системы мер по восстановлению нормального функционирования объектов безопасности, пострадавших в результате возникновения чрезвычайной ситуации..."

Исходя из методологии подхода законодателя к вопросу решения проблем безопасности личности, общества и государства, становится очевидным, что для достижения этих определенных законом целей функционирования комплексной системы безопасности в школе, заместитель директора школы по безопасности должен (с учетом фактического технического состояния школы, условий организации учебного и воспитательного процесса и других особенностей), решить пять главных задач:

1. Своевременно обнаружить потенциальные и реальные угрозы комплексной безопасности школе: криминальные, природные, и техногенные угрозы безопасности:

- педагогическому коллективу, обучаемым, родителям учеников, посетителям школы и гражданам, проживающим в микрорайоне школы.
- финансам собственным, заемным и находящимся на хранении в школе, документальной и компьютерной информации, информации передаваемой по всем средствам связи;
- недвижимому и движимому имуществу школы и личному имуществу ее сотрудников и посетителям при их нахождении в школе;
- техническим системам и средствам обеспечения безопасности школы;

2. Своевременно проинформировать заинтересованных лиц и заинтересованные организации об этих угрозах (директора школы, пожарную часть, дежурных РУВД, МЧС, прокуратуры и ФСБ участкового, скорую помощь, руководителей частного охранного предприятия, охраняющего школу).

3. Затруднить (сдержать) реализацию возникших угроз.

Предупредить разрастание угрозы, сдержать ее распространение, продвижение к школе, персоналу, учащимся, к наиболее важным объектам. Например, при воздействии на школу техногенных угроз их сдерживание позволит увеличить запас времени на эвакуацию людей, ценностей и организацию подготовки к ликвидации угрозы.

4. Ликвидировать, нейтрализовать угрозы.

Самостоятельно или во взаимодействии с представителями правоохранительных органов, частных охранно-сыскных структур, пожарными и МЧС принять необходимые меры по ликвидации или нейтрализации возникших угроз.

5. Документировать процессы, относящиеся к важным событиям жизни школы в аспектах безопасности, в ходе своего повседневного функционирования, а также в случаях реализации угроз и мероприятий по противодействию этим угрозам.

Реализация данных задач обуславливает совершенствование системы комплексной безопасности школы и оказания помощи правоохранительным органам при расследовании происшествий.

Суммируя сказанное можно предположить, что в качестве одного из рабочих вариантов для обсуждения рабочей группы, может быть предложен следующий вариант квалификационной характеристики заместителя директора школы по безопасности.

Квалификационная характеристика заместителя директора школы по безопасности.

Основные задачи: Своевременно обнаружить потенциальные и реальные угрозы комплексной безопасности школе: криминальные, природные, и техногенные угрозы безопасности:

- педагогическому коллективу, обучаемым, родителям учеников, посетителям школы и гражданам, проживающим в микрорайоне школы.

- финансам собственным, заемным и находящимся на хранении в школе, документальной и компьютерной информации, информации передаваемой по всем средствам связи;

- недвижимому и движимому имуществу школы и личному имуществу ее сотрудников и посетителям при их нахождении в школе;

- техническим системам и средствам обеспечения безопасности школы;

Своевременно проинформировать заинтересованных лиц и заинтересованные организации об этих угрозах (директора школы, пожарную часть, дежурных УМВД России по городу Краснодару, ЦУКС ГУ МЧС России по Краснодарскому краю, прокуратуры и ФСБ, участкового, скорую помощь, руководителей частного охранного предприятия, охраняющего школу).

Предупредить разрастание угрозы, сдержать ее распространение, продвижение к школе, персоналу, учащимся, к наиболее важным ее объектам.

Самостоятельно или во взаимодействии с представителями правоохранительных органов, частных охранно-сыскных структур, пожарными и МЧС принять необходимые меры по ликвидации или нейтрализации возникших угроз.

Документировать процессы, относящиеся к важным событиям жизни школы в аспектах безопасности, в ходе своего повседневного функционирования, а также в случаях реализации угроз и мероприятий по противодействию этим угрозам.

Глава III. Обеспечение личной безопасности

Если вам угрожают.

Поступление угрозы по телефону

В настоящее время телефон является основным каналом поступления сообщений, содержащих информацию о заложенных взрывных устройствах, о захвате людей в заложники, вымогательстве и шантаже.

Как правило, фактор внезапности, возникающее паническое, а порой и шоковое состояние, да и сама полученная информация приводят к тому, что человек оказывается не в состоянии правильно отреагировать на звонок, оценить реальность угрозы и получить максимум сведений из разговора.

Звонки с угрозами могут поступить лично вам и содержать, например, требования выплатить значительную сумму денег.

Если на ваш телефон уже ранее поступали подобные звонки или у вас есть основания считать, что они могут поступить, в обязательном порядке установите на телефон автоматический определитель номера (АОН) и звукозаписывающее устройство.

При наличии АОНа сразу запишите определившийся номер телефона в тетрадь, что позволит избежать его случайной утраты.

При наличии звукозаписывающей аппаратуры сразу же извлеките кассету (диск) с записью разговора и примите меры к её сохранности. Обязательно установите на ее место другую кассету.

Помните, что без номера звонившего и фонограммы разговора у правоохранительных органов крайне мало материала для работы и отсутствует доказательная база для использования в суде.

При отсутствии звукозаписывающей аппаратуры и АОНа значительную помощь правоохранительным органам для предотвращения совершения преступлений и розыска преступников окажут следующие ваши действия:

- постарайтесь дословно запомнить разговор и зафиксировать его на бумаге;

- по ходу разговора отметьте пол и возраст звонившего, особенности его (ее) речи: голос (громкий или тихий, низкий или высокий), темп речи (быстрый или медленный), произношение (отчетливое, искаженное, с заиканием, шепелявое, с акцентом или диалектом), манера речи (развязная, с издевкой, с нецензурными выражениями);

- обязательно отметьте звуковой фон (шум автомашин или поездов, звук теле- или радиоаппаратуры, голоса, другое);

- отметьте характер звонка — городской или междугородный;

- обязательно зафиксируйте точное время начала разговора и его продолжительность.

Необходимо, если это возможно, в ходе разговора получить ответы на следующие вопросы:

Куда, кому, по какому телефону звонит этот человек?

Какие конкретные требования он (она) выдвигает?

Выдвигает требования он (она) лично, выступает в роли посредника или представляет какую-то группу лиц?

На каких условиях он (она) или они согласны отказаться от задуманного?

Как и когда с ним (с ней) можно связаться?

Кому вы можете или должны сообщить об этом звонке?

Постарайтесь добиться от звонящего максимально возможного промежутка времени для принятия вами решений по «удовлетворению его требований» или совершения каких-либо иных действий.

Не бойтесь запугиваний преступников, по окончании разговора немедленно сообщите о нем в правоохранительные органы. Если есть опасения, что ваш телефон прослушивают преступники — перезвоните с

другого номера. Практика показывает, что сокрытие факта подобных угроз значительно осложняет положение и способствует безнаказанному совершению преступления.

Кроме угроз, выдвигаемых по телефону лично вам, преступники могут использовать ваш номер телефона для сообщения информации, которую вы должны будете передать в правоохранительные органы.

Например, на ваш телефон поступает звонок, в котором неизвестный сообщает, что ваш дом заминирован. При ведении разговора такого рода старайтесь следовать изложенным выше рекомендациям и получить максимально возможную информацию. По его окончании немедленно сообщите эту информацию в правоохранительные органы.

Угроза в письме

Угрозы в письменной форме могут поступить к вам как по почте, так и в различного рода анонимных материалах (записках, надписях, информации на дискете и т.д.). После получения такого документа обращайтесь с ним максимально осторожно. Постарайтесь не оставлять на нем отпечатков своих пальцев.

Не мните документ, не делайте на нем пометок. По возможности уберите его в чистый плотно закрываемый полиэтиленовый пакет и поместите в отдельную жесткую папку.

Если документ поступил в конверте — его вскрытие производите только с левой или правой стороны, аккуратно отрезая кромки ножницами.

Сохраняйте все: сам документ с текстом, любые вложения, конверт и упаковку, — ничего не выбрасывайте.

Не расширяйте круг лиц, знакомых с содержанием документа. Все это поможет правоохранительным органам при проведении последующих криминалистических исследований.

Прием от граждан анонимных материалов, содержащих различного рода угрозы и требования, оформляется их письменным заявлением или протоколом принятия устного заявления о получении или обнаружении таких материалов.

Оценка степени угрозы и агрессора

Чтобы принять обоснованное решение насчет своих действий в экстремальной ситуации, необходимо также объективно оценить нападающего, его физическое, психическое и эмоциональное состояние.

Если есть угроза нападения, или оно уже совершается, то в первую очередь необходимо оценить физические данные противника: рост, вес, телосложение, признаки того, что он проходил какую-то специальную подготовку.

Прежде всего, обратите внимание на то, как он стоит. Боксер, как правило, принимает открытую стойку, сжимает кулаки, нередко кулаком одной руки постукивает в открытую ладонь другой (это поможет определить, левша он, или правша). Нередко у боксеров бывает характерная форма носа - результат неоднократных травм переносицы.

Борец стоит, несколько опустив плечи, с руками, свисающими вдоль туловища, иногда полусогнутыми. Пальцы рук при этом как бы готовы что-то схватить, ноги на ширине плеч или чуть шире. Движения у борца более плавные, чем у боксера. Каратист может непроизвольно принять одну из обычных для этого вида единоборства стоек, пальцы при этом не всегда сжаты в кулаки, а если сжаты, то гораздо плотнее, чем у боксеров.

Люди, имеющие специальную подготовку, как правило, заметно физически развиты, хорошо двигаются, все время смотрят на партнера, фиксируя малейшие изменения в его поведении.

Психическое состояние лиц, от которых исходит угроза нападения, можно разделить на три большие группы:

- психически нормальные люди без видимых отклонений в поведении;

- психически нормальные люди, но находящиеся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения;

- люди с патологическими отклонениями в психике.

Важно понять, какова степень агрессивности нападающего, направлена ли она против вас лично или это агрессивность «общего» характера, т.е. направлена на вас как на объект, над которым ему поручено произвести насилие. Попробуйте оценить, вероятно ли физическое нападение, или вас пробуют «взять на испуг».

Большое значение имеет эмоциональное состояние противника - от этого зависит быстрота его действий, степень агрессивности, возможность вести с ним диалог и избежать нежелательных для вас последствий.

Иногда можно столкнуться с ситуацией, когда человек, угрожающий или нападающий на вас, сам испытывает страх. В таком случае, вероятнее всего, такого рода ситуация еще не стала для угрожающего привычной, и он сам точно не знает, чем для него может закончиться конфликт.

Страх, как правило, проявляется скованностью в движениях, наблюдается дрожание рук, ног, нижней челюсти. Глаза раскрыты широко, нередко расширены зрачки. Взгляд бегущий - не фиксируется на одном объекте. Происходит активное потение. Громкость голоса снижается, тембр, повышается. Могут происходить резкие изменения в темпе речи: паузы между слогами, словами, фразами. Часто эти «пустоты» заполняются междометьями, или ненормативной лексикой.

Состояние гнева может служить своеобразным индикатором агрессивности. Поза принимает угрожающий характер, человек будто готовится к броску. Мышцы напряжены. Выражение лица нахмуренное, глаза могут продолжительное время фиксироваться на источнике гнева. Резко повышается громкость голоса. Речь «сквозь зубы» часто перемежается матом. В сильном гневe даже люди нерусской национальности используют русскую нецензурную лексику. В гневe человек ощущает прилив силы, становится гораздо более энергичным и

импульсивным в своем поведении. Особенность этого состояния в том, что человек испытывает потребность в физическом действии. Самоконтроль при этом снижен.

Презрение, в отличие от гнева, редко вызывает импульсивное поведение, но именно поэтому оно может быть более опасно. Голова поднята вверх, и даже если нападающий ниже вас ростом, создается впечатление, что он смотрит на вас сверху вниз. В позе, мимике, речи наблюдается превосходство.

Особая опасность этого состояния в том, что, находясь в нем, человек может совершить любое действие против вас спокойно и хладнокровно. Как правило, действия таких людей расчетливы, но если что-то из задуманного не получается, то может появиться еще и эмоция гнева. Соединение этих двух эмоций воедино несет еще большую опасность.

Агрессивные действия могут также быть вызваны отвращением. Человек в этом состоянии выглядит так, будто ему в рот попало что-то отвратительное на вкус или он почувствовал крайне неприятный для него запах. Нос наморщивается, верхняя губа задирается наверх. Так же как и при презрении, возникает поза «отстраненности», но без выражения превосходства.

Алкоголь и наркотики приводят психику нападающего или угрожающего в состояние повышенного возбуждения, резко снижают уровень самоконтроля. Поэтому в экстремальных ситуациях важно определить, «принял» ли что-либо нападающий и, следовательно, чего можно от него ожидать.

Наиболее опасны легкая и средняя стадии алкогольного опьянения, вызывающие повышение агрессивности. Некоторые принимают алкоголь «для храбрости», преодолевая чувство страха, признаки которого вы, тем не менее сможете заметить. При алкогольном опьянении снижается критичность восприятия происходящего, человек с трудом воспринимает или вообще не воспринимает какую бы то ни было аргументацию. Движения активизируются и довольно быстро могут перейти в

агрессивные. Как правило, физическому нападению сначала предшествует словесная агрессия, когда угрожающий вам человек начинает браниться, «заводя» сам себя, а затем переходит к прямому физическому нападению.

Человек, находящийся в состоянии наркотического опьянения, внешне выглядит практически нормально и тот, кто ни разу не видел людей в таком состоянии, может этого и не заметить. Наркотическое опьянение характеризуется, как правило, повышенной активностью в движениях. Легкая степень характерна следующими признаками: речь быстрая и чрезмерно живая, реакция на вопросы не совсем адекватная, иногда возникают приступы беспричинного смеха, в глазах - своеобразный «блеск».

У некоторых людей в этом состоянии уменьшается чувствительность к боли, практически отсутствует сознание ответственности за свои действия, чувство сопереживания. Наркотик действует на нападающего возбуждающе.

У хронического наркомана можно заметить следы уколов, мешки под глазами. Кстати, следует иметь в виду, что действие наркотика может быть достаточно кратковременным. Окончание его действия может вызвать у наркомана абстиненцию, следствием которой будет резкое ухудшение состояния: он может стать подавленным, злобным, еще более возбужденным и агрессивным. У него может возникнуть непреодолимое желание как можно скорее устранить препятствие на пути к получению очередной дозы. У некоторых наркоманов период «активизации» длится непродолжительное время, после которого может наступить резкая депрессия, когда они становятся неопасным и практически беспомощным. Но до наступления этого состояния они весьма и весьма опасны.

Лиц, страдающих психическим расстройством, условно можно разделить на четыре группы:

- больные шизофренией параноидального типа;

- больные, страдающие маниакально-депрессивным психозом;
- больные с "антисоциальным типом личности";
- больные с неадекватной личностью.

Если человек, угрожающий вам, относится к первой группе, то следует помнить, что эти люди практически утратили связь с реальностью, у них часто наблюдаются галлюцинации, а также мании либо величия, либо преследования. В первом случае человек считает себя наделенным особыми качествами, в силу которых он намного выше других. Во втором - что его преследуют за «особую миссию», «особый дар» и т.п.

Такой человек может считать вас «великим грешником», а свою миссию видит в том, чтобы избавить от вас мир. Обладая достаточно развитым интеллектом, такие люди хитры и вполне проницательны, и в определенных ситуациях могут быть весьма агрессивными.

Лица, страдающие манией преследования, обычно находятся в состоянии глубокой депрессии, теряют связь с реальным миром и часто считают себя недостойными жить, но готовы и вас забрать с собой в мир иной. Их речь и движения чрезвычайно замедленны, для ответов на самые простые вопросы им необходимо 15 и более секунд. У них могут происходить спонтанные улучшения состояния, когда они могут вдруг совершенно успокоиться. Не радуйтесь раньше времени, поскольку, возможно, у такого человека просто созрело решение покончить с собой, а заодно и с вами.

Неадекватные или асоциальные лица - они не теряют связи с реальностью. Асоциальный тип - классический «манипулятор» или аферист. Один из наиболее важных симптомов данного расстройства - полное отсутствие у такого человека совести или чувства вины. Его способность относиться к тем, кому он угрожает, или на кого оказывает физическое воздействие, как к людям - весьма мала. Нередко он стремится к получению физических удовольствий, любит манипулировать другими людьми, умеет подать себя и на первых порах может сформировать о себе

мнение как о приятном человеке. Этот тип весьма импульсивен и может добиваться немедленного удовлетворения своих требований.

Лица, которых можно отнести к «неадекватному» типу, не теряя связей с реальностью, мыслят незрело, хотя и могут осознавать последствия своих поступков. Они проявляют неадекватную реакцию на стресс, чувствуют себя неудачниками в жизни. Для них нередко нападение на случайного человека это возможность доказать кому-то что то важное для них, а возможность физического столкновения может рассматриваться ими как одно из острых ощущений.

Заключение

Кровопролитные теракты унесли не одну тысячу жизней. Мы все должны по другому посмотреть на проблему терроризма. Терроризм жесток. Сегодня самые эффективные методы террора - насилие не в отношении представителей власти, а против мирных людей, которые оказываются наиболее беззащитными, попав в ситуацию теракта.

Чаще всего они не знают, как себя вести при угрозе теракта или при свершившемся террористическом нападении. Настоящие рекомендации позволяют получить информацию, помогающую лучше ориентироваться в вопросах обеспечения личной безопасности.