**КАК ВЕСТИ СЕБЯ ПРИ ТЕРАКТАХ**

**БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ!**

**Безопасность зависит от нас самих. Милиция может помочь, может посодействовать в предотвращении терактов, но стоять за спиной каждого не в силах. Притупление нашей бдительности — извечная мечта террористов. На улице, в транспорте, во дворах и подъездах мы должны быть вни­мательными и осмотрительными. Это не подозрительность. Нет. Это наш хозяйский подход ко всему окружающему.**

**Нас почему-то перестало интересовать, кто живёт рядом, чем занимается. Это не мещанское любопытство, а необходимые вежливость и уважение к соседу, человеку, с которым каждый день встречаемся. А может быть, у него несчастье — надо предложить помощь, оказать содействие. Может, у него день рождения — хорошо бы поздравить. Этого требует нормальное, доброе чело­веческое общение.**

**Вдруг появились новые люди: откуда, зачем, к кому? Если самому вы­яснить не удаётся, можно предупредить участкового, позвонить в отде­ление милиции, обратиться в домоуправление.**

**Если вы внимательны, то знаете во дворе почти все автомашины и их владельцев. Появилась новая, незнакомая, она стоит близко у дома... И это должно озаботить вас. Здесь помогут ГИБДД, граждане своего же дома. Заметили, что с двери, ведущей в подвал, сорван замок, проинформи­руйте хотя бы дворника или работников домоуправления.**

**В последнее время террористы перевозят взрыв­чатку в мешках, маскируя под сахар. Могут быть ящики и коробки, тюки и большие сумки, которыми пользуются "челноки" и торговцы. Груз дос­таточно велик и не заметить его нельзя. Надо быть бдительным.**

**Действия при обнаружении взрывоопасного предмета**

* **Обнаружив подозрительную вещь в общественном транспорте, опросите пассажиров. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите об этом водителю.**
* **Обнаружив бесхозный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей. Если владелец не установлен, немедленно сообщите об этом в отделение милиции.**
* **Обнаружив признаки установки взрывного устройства в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации**
* **Не подходите к подозрительному предмету, не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте его**
* **Запомните время обнаружения подозрительного предмета**
* **Предупредите людей, чтобы они отошли как можно дальше от опасной находки**
* **Обязательно дождитесь специалистов, так как вы являетесь самым важным очевидцем**
* **Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с подозрительными предметами — это может привести к многочисленным жертвам и разрушениям!**
* **Помните! Для маскировки взрывных устройств чаще всего используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, портфели, игрушки.**

**Действия при стрельбе в населенном пункте**

**Человека, случайно попавшего под обстрел, обычно охватывают паника и страх. Как правило, он не знает, что делать. У него появляется неодолимое желание убежать от опасности. В таких ситуациях нельзя мешкать, а сразу предпринять определенные действия**

**На улице:**

* **Несмотря ни на что, сразу же ложитесь и замрите.**
* **Осмотритесь, чтобы найти укрытие (канаву, угол здания, подземный переход, бордюрный камень)**
* **Осторожно, лучше ползком переместитесь за укрытие.**
* **Учтите, что неосторожным передвижением вы можете вызвать огонь на себя, так как стреляющие могут принять вас за противника.**

**В доме (квартире):**

* **Ни в коем случае не подходите к окнам, так как опасность прямого попадания пули достаточно велика.**
* **Укройтесь в помещении, которое не имеет окон (ванная, туалет). Это поможет вам уберечься от рикошета, так как пуля, попавшая в окно, от бетонных или кирпичных стен может срикошетировать не один раз.**
* **Если после перестрелки возникла необходимость оказать помощь раненым, громко предупредите их об этом. Иначе находящиеся в шоковом состоянии люди могут продолжить стрельбу.**

**Действия при захвате в заложники**

**Захват, как правило, осуществляется внезапно и быстро в любом месте: на улице, в транспорте, в доме, в учреждении, на производственном предприятии. Чаще всего захват заложников происходит в транспорте.**

**В связи с этим:**

* **во время путешествия одевайтесь скромно и неброско.**
* **не берите с собой материалы политического, религиозного, военного характера и по возможности документы, подтверждающие ваш социальный статус.**
* **как можно быстрее возьмите себя в руки, не паникуйте, помните: ваша цель — остаться в живых;**
* **если нет полной уверенности в успехе, не пытайтесь бежать;**
* **располагайтесь подальше от окон, дверей и преступников (места рядом с ними наиболее опасны при проведении спецслужбами операции по освобождению);**
* **если вы ранены, постарайтесь меньше двигаться, этим можно сократить потерю крови;**
* **в первые часы после захвата не высказывайте категорических отказов преступникам, не противоречьте им; позже не бойтесь обращаться к ним с просьбами о том, в чем нуждаетесь, постепенно повышая их уровень;**
* **если террористы находятся в состоянии наркотического или алкогольного опьянения, по возможности ограничьте с ними любые контакты;**
* **на совершение любых действий (сесть, встать, сходить в туалет, попить, поесть) спрашивайте разрешение, без раздумий и сопротивления отдавайте свои вещи, если этого требуют террористы;**
* **при общении с преступниками избегайте презрительного, вызывающего тона и поведения, которые могут вызвать гнев террористов и привести к человеческим жертвам;**
* **по возможности не допускайте прямого зрительного контакта с террористами, разговаривайте с ними спокойно, на вопросы отвечайте кратко;**
* **если вас допрашивают, многословно и свободно разговаривайте только на второстепенные темы, соблюдайте осторожность в том случае, если затрагиваются важные государственные и личные вопросы, контролируйте те свои ответы, которые в последующем могут повредить вам и другим людям;**
* **для поддержания сил ешьте все, что вам предлагают, даже ту пищу, которая категорически не нравится;**
* **соблюдайте личную гигиену и чистоту, насколько позволяет ситуация;**
* **наблюдайте за преступниками и постарайтесь запомнить как можно больше информации о террористах (их количество, вооружение, имена, клички, приметы, особенности речи и манеры поведения, телосложения, тематику разговоров).**

**Действия при поступлении угрозы по телефону:**

* **Если у вас есть автоматический определитель номера, сразу же запишите определившийся номер телефона**
* **При наличии звукозаписывающей аппаратуры запишите разговор, извлеките кассету и примите меры для ее сохранности**
* **При отсутствии звукозаписывающей аппаратуры постарайтесь дословно запомнить разговор и немедленно запишите его**
* **По ходу разговора запоминайте такие детали, как пол и примерный возраст звонившего, особенности его речи (голос: громкий, тихий, низкий, высокий и т. д.; речь: быстрая, медленная, внятная, невнятная, с заиканием, шепелявая, с акцентом или диалектом, с нецензурными выражениями, развязная и т. п.), звуковой фон (шум автодороги или железнодорожного транспорта, звук телевизора или радио, другие голоса и т. д.)**
* **По возможности во время разговора постарайтесь получить ответы на следующие вопросы: § кому, куда и по какому телефону звонят? § что от вас требуют и кто выдвигает эти требования? § когда и каким образом можно связаться со звонившим? § кому вы можете или должны сообщить о разговоре?**
* **Зафиксируйте точное время начала и окончания разговора. Не бойтесь запугивания, по окончании разговора немедленно сообщите о нем в правоохранительные органы**
* **В ходе разговора постарайтесь склонить собеседника к тому, чтобы вам дали как можно больше времени для принятия решения или совершения каких-либо действий.**

**Действия при получении писем и записок, содержащих угрозы**

**Угрозы в письменном виде могут быть отправлены по почте, переданы со случайным человеком, подброшены в почтовый ящик, прикреплены к автомобилю.**

* **Постарайтесь не оставлять на письме или записке отпечатки своих пальцев**
* **Не мните полученный документ и не делайте на нем пометки.**
* **Положите все, что получено (письмо, записка, упаковка, конверт, другие вложения), в чистый полиэтиленовый пакет и поместите этот пакет в плотную жесткую папку.**
* **Обратитесь с полученными материалами в правоохранительные органы, оформив их передачу путем подачи письменного заявления или протоколом**
* **Ограничьте и не расширяйте круг лиц, которые знают о содержании полученного вами письма (записки).**

**Психологическая подготовленность человека к действиям в опасных и экстремальных ситуациях**

**Неподготовленный в психологическом отношении человек, столкнувшись с реальной угрозой для жизни, перестает правильно оценивать ситуацию. Он думает, что опасность гораздо больше, чем есть на самом деле, и начинает заранее представлять себе самые жуткие картины своего будущего.**

**В чрезвычайной обстановке важно, чтобы человек был в состоянии:**

* **принимать быстрые решения;**
* **уметь импровизировать;**
* **постоянно и непрерывно контролировать самого себя;**
* **уметь различать опасности;**
* **уметь распознавать людей;**
* **быть самостоятельным и независимым;**
* **когда потребуется, быть твердым и решительным, но уметь подчиняться, если это необходимо;**
* **определять и знать свои возможности и не падать духом;**
* **в любой ситуации не сдаваться и пытаться найти выход.**

***Каким же образом должен подготовить себя человек к тому, чтобы помочь себе выжить в опасной или экстремальной ситуации?***

**1) развивать у себя установку на выживание, т. е. на готовность к спокойным и целенаправленным действиям:**

* **осознание («Я понимаю, где я оказался и что со мной происходит»);**
* **оценку («Я не растеряюсь и не испугаюсь»);**
* **поведение («Я вспомню все, что знаю и чему меня учили. Я буду терпеливым, внимательным и наблюдательным»).**

**2) уметь анализировать свои поступки и действия, ошибки и промахи, чтобы в будущем их не повторять;**

**3) развивать и укреплять свои волевые качества (уверенность, настойчивость, целеустремленность, умение противостоять трудностям и преодолевать их);**

**4) научиться побеждать свой страх, заставить себя спокойно рассуждать и поставить перед собой цель — выжить во что бы то ни стало. Чтобы побороть свой страх, необходимо:**

* **внимательно осмотреться, найти удобное положение, позволяющее расслабиться и успокоиться;**
* **дышать глубоко и спокойно;**
* **сосредоточившись на ближайших делах, размышлять и планировать свои дальнейшие действия.**