

# Методика проведения мероприятий по антитеррористической безопасности

В зависимости от возрастной категории с обучающимися необходимо проводить профилактические беседы на следующие темы:

- правила личной безопасности;
- поведение при возникновении /угрозы террористического акта в школе, в транспорте, на улице;
- оказание первой медицинской помощи;
- терроризм;
- экстремизм.

Профилактические беседы для родителей на тему: «Профилактика экстремизма в молодежной среде»

## **Правила личной безопасности**

Самая незащищенная и уязвимая часть нашего населения — дети. Охрана их здоровья — главная задача, которая стоит перед обществом. Современный ребенок постоянно находится в мире природных, техногенных, социальных, криминальных опасностей, часто угрожающих его здоровью и жизни.

Познавая окружающий мир, дети часто сталкиваются с опасностями и становятся жертвами своего незнания, легкомыслия, а иногда беспечности взрослых. Часто подобные несчастные случаи предотвратимы, можно избежать травм или других негативных последствий.

Правила личной безопасности для школьников — правила, которые необходимо периодически повторять с детьми и дома и в школе.

**Безопасность дома и в городской среде.** Чтобы обезопасить себя в городе и дома, нужно соблюдать несколько простых правил:

1. Если звонят в твою квартиру, не спеши открывать дверь, сначала посмотри в глазок и спроси: «Кто?» (независимо от того, кто находится дома).
2. Не открывай дверь на ответ: «Я», попроси человека назваться.
3. Если ты не знаешь пришедшего, а он представился знакомым родных, которых в данный момент нет дома, попроси его прийти в другой раз и дверь не открывай.
4. Если же человек называет незнакомую фамилию, говоря, что ему дали этот адрес, — объясни, что он ошибся, не открывая дверь.
5. Если незнакомый человек представился работником жилищно-эксплуатационной конторы, почты и других служб, попроси его назвать фамилию, причину прихода, затем позвони ему на работу и, только получив подтверждение личности, открой дверь.
6. Если незнакомый человек просит разрешения воспользоваться телефоном для вызова полиции или скорой помощи, не спеши открывать дверь — ты и сам можешь вызвать полицию и скорую помощь.
7. Если на твоей лестничной площадке собралась компания, распивающая спиртное или устраивающая потасовку, не вступая с ней в контакт, вызови полицию.
8. Ее оставляй на дверях квартиры записки о том, куда ты ушел и когда вернешься.
9. Никуда не ходи с незнакомыми людьми, как бы они не уговаривали, и чтобы интересное не предлагали.
10. Не разговаривай с незнакомыми и малознакомыми людьми, не бери от них подарки.
11. Избегай случайных знакомств, приглашений в незнакомые компании.
12. Попроси своих друзей и знакомых, чтобы они предупреждали тебя о своем визите по телефону.
13. Не садись в машину к незнакомым людям.

14. Не играй на улице с наступлением темноты.
15. Не входи в подъезд, лифт с незнакомыми людьми.
16. Не играй, не прыгай и не наступай на канализационные люки.
17. Уходя из дома, всегда сообщай, куда ты идешь, с кем и как с этими людьми можно связаться в случае необходимости.

**Противопожарная безопасность.** Чтобы избежать пожара, нужно соблюдать простые правила:

1. Не играть с огнем.
2. Не бросать зажженные спички в почтовые ящики и мусоропровод.
3. Не разводить костры вблизи строений и в парковых зонах.
4. Не оставлять без присмотра включенные в сеть бытовые электроприборы.
5. Не играть с предметами и веществами, способными привести к взрывам и возгораниям.
6. Не включать в розетку более трех приборов, не совать в розетку посторонние вещи.
7. Не тушить водой загоревшиеся электроприборы, включенные в сеть.
8. При выходе из дома обязательно нужно проверить, выключены ли газ и свет. При возникновении пожара вызови пожарную охрану по телефону «01» или «112», сообщи взрослым.

### **Техника безопасности по дороге в школу и обратно:**

1. Избегай выходить из дома и из школы в одиночку, лучше, если тебя будут сопровождать взрослые.
2. Избегай ходить через лес, парк, гаражи, пустыри и иные безлюдные места.
3. Вместе с родителями выбери безопасный маршрут в школу и обратно. Запомни его и ходи по нему.

4. Если тебе показалось, что за тобой следят, перейди на другую сторону дороги, зайди в магазин, на автобусную остановку, обратись к любому взрослому человеку.

5. Если навстречу тебе идет компания, перейди на другую сторону, стараясь не вступать в конфликт.

6. Если ты по пути хочешь куда-нибудь зайти, обязательно предупреди родителей, с кем или к кому ты идешь (при возможности укажи адрес и телефон) и в каком часу вернешься.

### **Безопасность в местах массового скопления:**

1. В местах массового отдыха запрещается распитие спиртных напитков, выражение нецензурными словами, курение.

2. Соблюдай вежливость с ровесниками и взрослыми. Не вступай в конфликтные ситуации.

3. Отправляясь в кинотеатр, на стадион, не бери с собой объемных сумок, портфелей, они могут помешать тебе в толпе. Твоя одежда должна быть удобной и недорогой (стремление уберечь дорогую одежду может пойти вразрез с требованиями безопасности).

4. Приходи заранее, чтобы избежать толпы при входе.

5. Старайся приобрести билеты с местами, расположенными недалеко от выходов, но не на проходах.

6. Во время входа в зал не приближайся к дверям и ограждениям, особенно на лестницах - тебя могут сильно прижать к ним.

7. На концертах избегай нахождения в первых рядах: здесь самое громкое звучание, утомляющее и притупляющее реакцию, именно здесь обычно скапливаются поклонники артистов, отсюда начинаются беспорядки.

8. Заняв место, сразу оцени возможность добраться до выхода. Подумай, сможешь ли ты сделать это в темноте.

9. Если в зале начались беспорядки, уйди, не дожидаясь окончания концерта. Контроль массовых беспорядков - дело, не поддающееся прогнозу. Не кричи, не конфликтуй.

10. Если ты оказался в толпе, ни в коем случае не давай сбить себя с ног, не позволяй себе споткнуться - подняться тебе будет очень сложно.

11. Старайся держаться в середине людского потока, не ищи защиты у стен и ограждений - тебя могут сильно прижать и покалечить.

12. Не предпринимай активных действий, держи руки согнутыми в локтях, оберегая грудную клетку от сдавливания, пусть толпа сама несет тебя.

13. Если ты упал, сгруппируйся, защищая голову руками.

14. Выбравшись из здания, постарайся двигаться домой по обходному пути, чтобы избежать повторной давки.

### **Если тебя захватили в заложники:**

1. Не пытайся оказывать сопротивление, не проявляй ненужного героизма, пытайся разоружить бандита или прорваться к выходу или окну.

2. Не допускай действий, которые могут спровоцировать применение оружия и привести к человеческим жертвам.

3. Будь готов к применению террористами кляпов, наручников или веревок, повязок на глаза.

4. Не смотри преступникам в глаза (для нервного человека это сигнал к агрессии), не веди себя вызывающе.

5. Если тебя заставляют выйти из помещения, говоря, что ты взят в заложник не сопротивляйся.

6. При необходимости выполняй требования преступников, не противоречь им, не рискуй жизнью окружающих и своей собственной, старайся не допускать истерики и паники.

7. Если необходима медицинская помощь, говори спокойно и кратко, не нервнируя бандитов, ничего не предпринимай, пока не получишь разрешение.

8. Будь внимателен, постарайся запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, содержание разговоров и т.п.

9. Во время проведения спецслужбами операции по вашему освобождению неукоснительно соблюдай следующие требования:

- лежи на полу лицом вниз, голову закрой руками и не двигайся;
- ни в коем случае не беги навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять тебя за преступника;
- если есть возможность, держись подальше от проемов дверей и окон;
- сохраняй спокойствие и самообладание, постарайся понять, что происходит;
- будь настороже, сосредоточь внимание на звуках, движениях и т.п.;
- будь готов к «спартанским» условиям жизни (неадекватной пище и условиям проживания, неадекватным туалетным удобствам);
- если есть возможность, обязательно соблюдай правила личной гигиены;
- будь готов ответить на вопросы о наличии у тебя каких-либо документов, номеров телефонов и т.п.;
- не давай ослабнуть своему сознанию, разработай программу возможных упражнений (как умственных, так и физических), постоянно тренируй память: вспоминай исторические даты, фамилии, и т.п.;
- обязательно веди счет времени, отмечая с помощью спичек, камешков или черточек на стене прошедшие дни.

Твоя цель — остаться в живых!

Каждый школьник в обязательном порядке должен знать номера телефонов экстренных служб.

## **Поведение при возникновении угрозы террористического акта в школе, в транспорте, на улице**

Нахождение в общественных местах несет определенный риск попадания в перестрелку.

Если вы попали в уличную перестрелку, лучше всего, сразу залечь.

После того, как вы легли, надо немедленно осмотреться — не для того, чтобы знать, кто стреляет, а чтобы найти возможности укрытия. Укрытием может стать выступ здания, каменные ступени крыльца, фонтан, памятник, чугунное основание фонарного столба, кирпичный столб забора, канава, даже бетонная урна или бордюрный камень.

Часто в зарубежных фильмах-боевиках мы видим, как полицейские укрываются за автомобилем. Прячась за автомобилем, надо учитывать, что металл все же тонок, колеса — это резина с воздухом, а в баке — горючее, которое может вспыхнуть от трассирующей пули.

В любом случае надо исходить из того, что даже самое плохое укрытие куда надежнее, чем вовсе никакого.

Бывают ситуации, в которых безопаснее скользнуть за угол дома или в подворотню, в подъезд. В некоторых случаях рационально даже разбить окно и впрыгнуть в любую квартиру первого этажа. Идеальным местом спасения можно считать подземный переход. Во время перестрелки к нему и по ступеням следует пробираться ползком. При этом нужно учитывать опасность вызвать огонь на себя из-за передвижения. Особенно опасно открыто бежать — стреляющие могут принять вас за противника.

Во время перестрелки надо иметь в виду, что не менее опасен рикошет. Увы, рикошетом пуля убивает ничуть не реже, особенно в бетонных домах, где, залетев в комнату, она может срикошетить от стен и потолка не один раз. По

этой причине нельзя находиться в комнатах с окнами. Ошибочно полагать, что если вы находитесь ниже уровня подоконника, то вы в безопасности.

Во время вертикальной перестрелки, когда стреляют с чердака или из окна дома, рекомендуется укрыться в ванной комнате и лечь там на пол или в ванну. Находясь дома в укрытии, надо следить за возможным появлением дыма или огня. Каждая 3 — 5-я пуля боевого заряда пулемета или автомата обычно трассирующая, поэтому риск пожара очень высок. Если начался пожар, а стрельба прекратилась, квартиру надо немедленно ползком покинуть, закрывая по пути за собой все двери (сквозняки усиливают горение). В подъезде следует укрыться подальше от окон, лучше в нише.

Если стреляют даже далеко от вашего дома, опасно подходить к окнам, а тем более выглядывать с балкона: шальная пуля слишком часто оправдывает свое название.

В ситуациях, когда вокруг свистят пули, не может быть однозначных рекомендаций. Решение надо принимать на месте в зависимости от обстановки.

Если стрельба застала во время нахождения дома, требуется укрыться в ванной комнате (во избежание рикошета) и, улегшись на пол, прикрыв голову руками для большей безопасности, дождаться окончания стрельбы.

В последнее время часто отмечаются случаи обнаружения гражданами подозрительных предметов, которые могут оказаться взрывными устройствами. Подобные предметы обнаруживают в транспорте, на лестничных площадках, около дверей квартир, в учреждениях и общественных местах.

Как защитить себя, уберечь свое здоровье и жизнь, спасти родных и друзей в случае возникновения чрезвычайной ситуации, должен знать каждый школьник:

1. Находясь в общественном месте (улице, парке, вокзале), совершая поездки в общественном транспорте, обращай внимание на оставленные сумки,

портфели, пакеты, свертки или другие бесхозные предметы. В них могут находиться взрывные устройства.

2. Обнаружив забытую или бесхозную вещь, спроси у людей, находящихся рядом, не принадлежит ли она им. Попробуй с помощью взрослых установить, кому она принадлежит или кто ее мог оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите об этом. В первую очередь и в обязательном порядке нужно позвонить в полицию по телефону «102», МЧС по телефону «101» или единую службу «112». Если предмет обнаружен в транспорте (машине, автобусе, поезде) поставь в известность водителя и кондуктора.

3. Если подозрительный предмет найден в учреждении (например, в школе), то о находке обязательно должен быть оповещен руководитель учреждения (директор, завуч).

4. Ни в коем случае не пытайся самостоятельно исследовать находку. Взрыватель может вызвать срабатывание взрывного устройства при любом внешнем воздействии: нажатии, ударе, прокалывании, трении, нагреве, снятии нагрузки, даже просвечивании ярким светом.

5. Если ты видел, кто оставил подозрительный предмет, запомни, как выглядит этот человек, куда он пошел. Попроси охранника школы принять меры к его задержанию.

6. При проведении эвакуации из здания напomini учителю или другому ответственному сотруднику администрации о том, что необходимо отключить электричество, электроприборы, перекрыть водопровод и систему отопления. Двери и окна нужно оставить открытыми – это уменьшит силу взрывной волны. Эвакуируясь, нужно опасаться падения штукатурки, арматуры, шкафов, полок, держаться в стороне от окон, застекленных дверей, зеркал, светильников.

При обнаружении постороннего предмета тебе необходимо:

- не трогать, не вскрывать и не передвигать находку, не позволять делать

этого другим, особенно учащимся младших классов;

- сохранять спокойствие и хладнокровие, помнить о том, что твоя нервозность, растерянный вид или неадекватные действия могут послужить причиной паники среди окружающих;

- зафиксировать (запомнить или записать) время обнаружения, принять меры к тому, чтобы люди отошли как можно дальше, отойти самому;

- обязательно дождаться прибытия полиции, МЧС, ФСБ и предельно точно и четко сообщить имеющуюся информацию;

- строго выполнять указания работников школьной администрации и сотрудников правоохранительных органов.

Совсем не обязательно признаком взрывного устройства являются торчащие разноцветные провода и громко тикающий часовой механизм, как это часто показывают в кино. Столь явные признаки – скорее всего результат чьей-то глупой шутки. Террористы же, как правило, гораздо коварнее и изобретательнее. Тем не менее, самый простой взрыватель делается из обыкновенного будильника. И в этом случае необходимо принимать все меры безопасности.

### **Оказание первой медицинской помощи**

Большинство людей, оказавшись на месте теракта, впадают в панику и не знают, что им делать до приезда медиков. А между тем дорога буквально каждая минута, главное – понимать, как правильно оказать первую помощь.

Остановить кровотечение, не промывать рану, не извлекать инородные тела и глубоко дышать — вот основные действия, которые могут помочь пострадавшим при теракте.

Длительность факта изоляции человека специалисты считают ключевым моментом для состояния пострадавших. Оптимально она не должна превышать

30 минут. Если дольше — у тяжелых пострадавших могут развиваться опасные для жизни осложнения или просто наступит смерть.

Известно, что в связи с несвоевременным оказанием медицинской помощи при катастрофах, инцидентах, любых происшествиях, где есть пострадавшие, в течение первого часа погибает до 30% пострадавших, через три часа — до 70%, а через шесть часов — до 90% (из тех, кто при своевременном оказании первой медицинской помощи имел бы возможность выжить).

Эти цифры показывают: первая помощь при терактах нужна, чем скорее, тем лучше, до приезда медиков.

На месте катастрофы или теракта вам надо справиться с тремя проблемами, которые убивают людей быстрее всего:

- внешняя угроза;
- сильное кровотечение;
- проблемы с дыханием.

Их надо ликвидировать в той же приоритетности. Вам надо сфокусироваться лишь на этих трёх вещах и количество выживших будет максимально.

Первая помощь — это комплекс срочных мер, направленных на спасение жизни человека. Несчастный случай, резкий приступ заболевания, отравление — в этих и других чрезвычайных ситуациях необходима грамотная первая помощь.

Согласно закону, первая помощь не является медицинской — она оказывается до прибытия медиков или доставки пострадавшего в больницу. Первую помощь может оказать любой человек, находящийся в критический момент рядом с пострадавшим. Для некоторых категорий граждан оказание первой помощи — служебная обязанность. Речь идёт о полицейских, сотрудниках ГИБДД и МЧС, военнослужащих, пожарных.

Умение оказать первую помощь — элементарный, но очень важный навык. В экстренной ситуации он может спасти чью-то жизнь.

## Алгоритм оказания первой помощи

Чтобы не растеряться и грамотно оказать первую помощь, важно соблюдать следующую последовательность действий:

1. Убедиться, что при оказании первой помощи вам ничего не угрожает, и вы не подвергаете себя опасности.

2. Обеспечить безопасность пострадавшему и окружающим (например, извлечь пострадавшего из горящего автомобиля).

3. Проверить наличие у пострадавшего признаков жизни (пульс, дыхание, реакция зрачков на свет) и сознания. Для проверки дыхания необходимо запрокинуть голову пострадавшего, наклониться к его рту и носу и попытаться услышать или почувствовать дыхание. Для обнаружения пульса необходимо приложить подушечки пальцев к сонной артерии пострадавшего. Для оценки сознания необходимо (по возможности) взять пострадавшего за плечи, аккуратно встряхнуть и задать какой-либо вопрос.

4. Вызвать специалистов: 112 — с мобильного телефона, с городского — 03 (скорая) или 01 (спасатели).

5. Оказать неотложную первую помощь. В зависимости от ситуации это может быть:

- восстановление проходимости дыхательных путей;
- сердечно-лёгочная реанимация;
- остановка кровотечения и другие мероприятия.

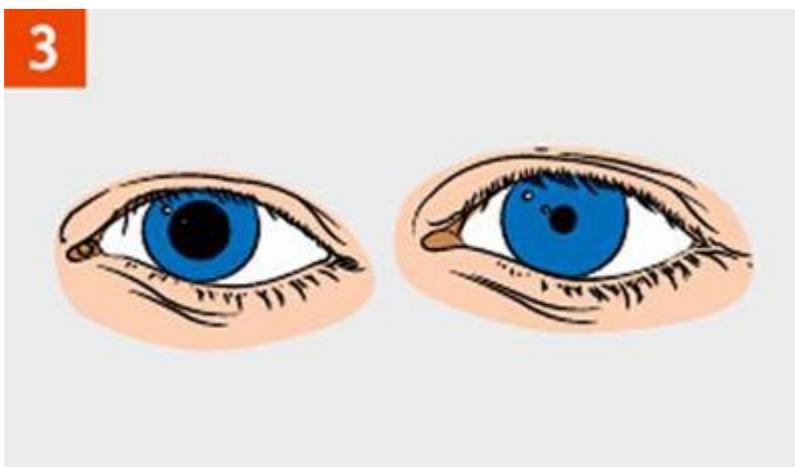
6. Обеспечить пострадавшему физический и психологический комфорт, дождаться прибытия специалистов.



*Рисунок 3.5. Признаки жизни: пульс*



*Рисунок 3.6. Признаки жизни: дыхание*



*Рисунок 3.7. Признаки жизни: реакция зрачков на свет*

## **Искусственное дыхание**

Искусственная вентиляция лёгких (ИВЛ) — это введение воздуха (либо кислорода) в дыхательные пути человека с целью восстановления естественной вентиляции лёгких. Относится к элементарным реанимационным мероприятиям.

Типичные ситуации, требующие ИВЛ:

- автомобильная авария;
- происшествие на воде;
- удар током и другие.

Существуют различные способы ИВЛ. Наиболее эффективным при оказании первой помощи неспециалистом считается искусственное дыхание рот в рот и рот в нос.

Если при осмотре пострадавшего естественное дыхание не обнаружено, необходимо немедленно провести искусственную вентиляцию лёгких.

### **Техника искусственного дыхания рот в рот:**

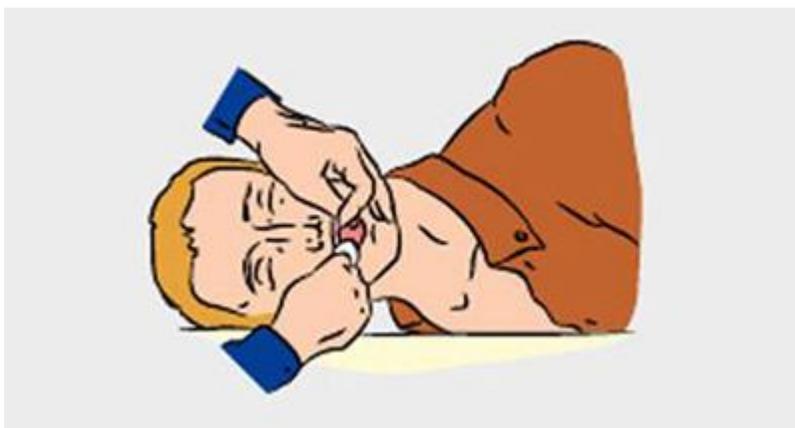
1. Обеспечьте проходимость верхних дыхательных путей. Поверните голову пострадавшего набок и пальцем удалите из полости рта слизь, кровь, инородные предметы. Проверьте носовые ходы пострадавшего, при необходимости очистите их.

2. Запрокиньте голову пострадавшего, удерживая шею одной рукой.

Не меняйте положение головы пострадавшего при травме позвоночника!

3. Положите на рот пострадавшего салфетку, платок, кусок ткани или марли, чтобы защитить себя от инфекций. Зажмите нос пострадавшего большим и указательным пальцем. Глубоко вдохните, плотно прижмитесь губами ко рту пострадавшего. Сделайте выдох в лёгкие пострадавшего. Первые 5–10 выдохов должны быть быстрыми (за 20–30 секунд), затем — 12–15 выдохов в минуту.

4. Следите за движением грудной клетки пострадавшего. Если грудь пострадавшего при вдохе воздуха поднимается, значит, вы всё делаете правильно.



*Рисунок 3.8. Шаг 1. Очистите верхние дыхательные пути*



*Рисунок 3.9. Шаг 2. Запрокиньте голову пострадавшего назад*



*Рисунок 3.10. Шаг 3. Сделайте искусственное дыхание*

## **Непрямой массаж сердца**

Если вместе с дыханием отсутствует пульс, необходимо сделать непрямой массаж сердца.

Непрямой (закрытый) массаж сердца, или компрессия грудной клетки, — это сжатие мышц сердца между грудиной и позвоночником в целях поддержания кровообращения человека при остановке сердца. Относится к элементарным реанимационным мероприятиям.

Внимание! Нельзя проводить закрытый массаж сердца при наличии пульса.

### **Техника непрямого массажа сердца**

1. Уложите пострадавшего на плоскую твёрдую поверхность. На кровати и других мягких поверхностях проводить компрессию грудной клетки нельзя.

2. Определите расположение у пострадавшего мечевидного отростка. Мечевидный отросток — это самая короткая и узкая часть грудины, её окончание.

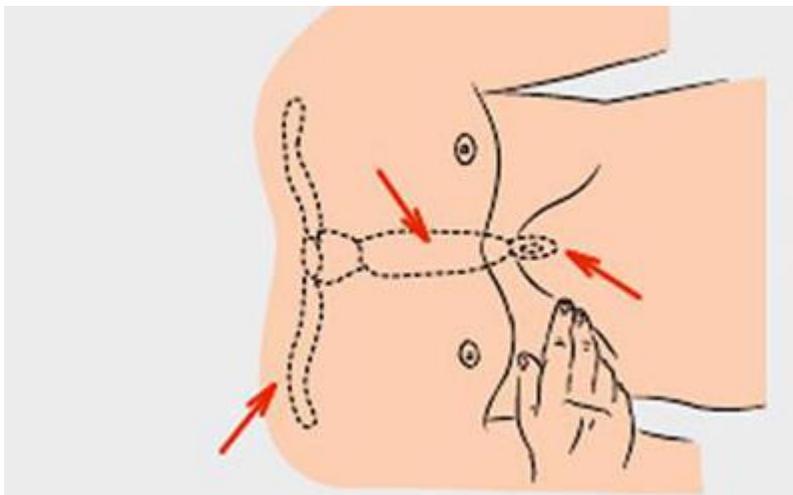
3. Отмерьте 2–4 см вверх от мечевидного отростка — это точка компрессии.

4. Положите основание ладони на точку компрессии. При этом большой палец должен указывать либо на подбородок, либо на живот пострадавшего, в зависимости от местоположения лица, осуществляющего реанимацию. Поверх одной руки положите вторую ладонь, пальцы сложите в замок. Надавливания проводятся строго основанием ладони — ваши пальцы не должны соприкасаться с грудиной пострадавшего.

5. Осуществляйте ритмичные толчки грудной клетки сильно, плавно, строго вертикально, тяжестью верхней половины вашего тела. Частота — 100–110 надавливаний в минуту. При этом грудная клетка должна прогибаться на 3–4 см.

Грудным детям непрямой массаж сердца производится указательным и средним пальцем одной руки. Подросткам — ладонью одной руки.

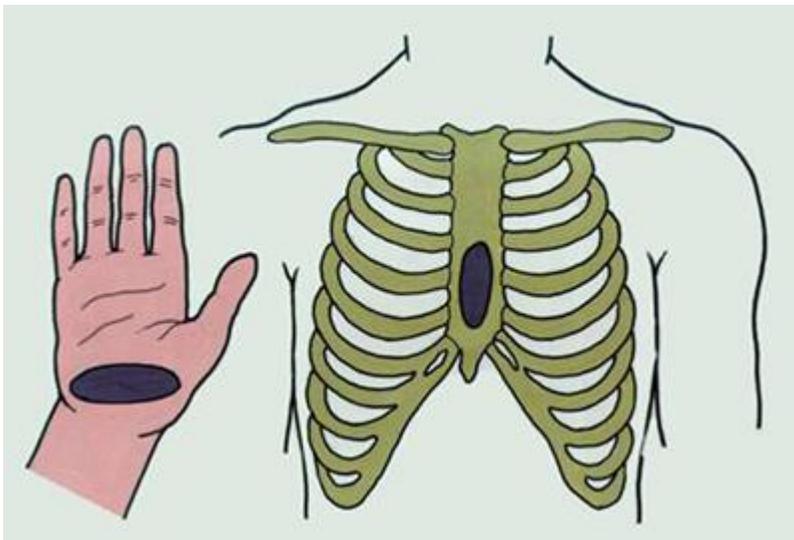
Если одновременно с закрытым массажем сердца проводится ИВЛ, каждые два вдоха должны чередоваться с 30 надавливаниями на грудную клетку.



*Рисунок 3.11. Мечевидный отросток*



*Рисунок 3.12. Шаг 1. Найдите мечевидный отросток*



*Рисунок 3.13. Шаг 2. Установите ладонь на точку компрессии*



*Рисунок 3.14. Шаг 3. Положите руки*



*Рисунок 3.15. Шаг 4. Осуществляйте ритмичные толчки грудной клетки*



*Рисунок 3.16. Непрямой массаж сердца младенцу*



*Рисунок 3.17. Непрямой массаж сердца подростку*



*Рисунок 3.18. Непрямой массаж сердца взрослому*

Если во время проведения реанимационных мероприятий у пострадавшего восстановилось дыхание или появился пульс, прекратите оказание первой помощи и уложите человека на бок, положив ладонь под голову. Следите за его состоянием до прибытия медиков.

### **Приём Геймлиха**

При попадании пищи или инородных тел в трахею, она закупоривается (полностью или частично) — человек задыхается.

Признаки закупоривания дыхательных путей:

- отсутствие полноценного дыхания, если дыхательное горло закупорено не полностью, человек кашляет; если полностью — держится за горло;

- неспособность говорить;
- посинение кожи лица, набухание сосудов шеи.

Очистку дыхательных путей чаще всего проводят по методу Геймлиха.

1. Встаньте позади пострадавшего.

2. Обхватите его руками, сцепив их в замок, чуть выше пупка, под рёберной дугой.

3. Сильно надавите на живот пострадавшего, резко сгибая руки в локтях.

Не сдавливайте грудь пострадавшего, за исключением беременных женщин, которым надавливания осуществляются в нижнем отделе грудной клетки.

4. Повторите приём несколько раз, пока дыхательные пути не освободятся.

Если пострадавший потерял сознание и упал, положите его на спину, сядьте ему на бёдра и обеими руками надавите на рёберные дуги.

Для удаления инородных тел из дыхательных путей ребёнка необходимо повернуть его на живот и похлопать 2–3 раза между лопатками. Будьте очень осторожны. Даже если малыш быстро откашлялся, обратитесь к врачу для медицинского осмотра.



*Рисунок 3.19. Шаг 1. Обхватите пострадавшего сзади под реберной дугой*



*Рисунок 3.20. Шаг 2. Сильно надавите на живот пострадавшего*



*Рисунок 3.21. Шаг 3. Если человек без сознания, сядьте ему на бедра и обеими руками надавите на реберные дуги*

### **Кровотечение**

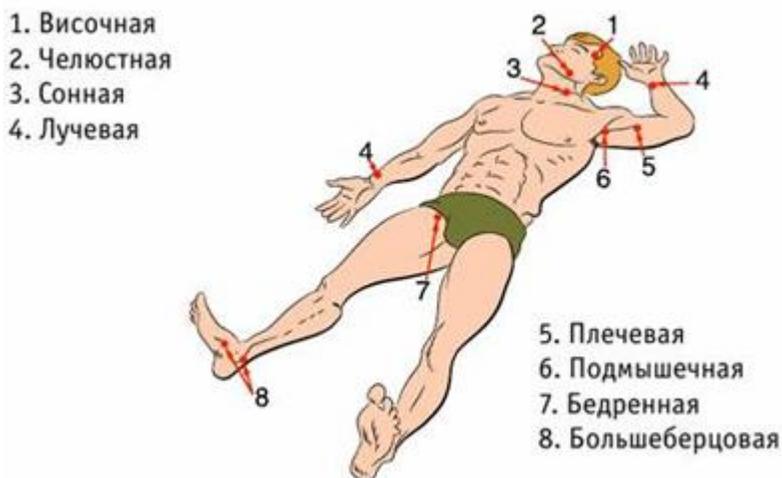
Остановка кровотечения — это меры, направленные на остановку потери крови. При оказании первой помощи речь идёт об остановке наружного кровотечения. В зависимости от типа сосуда выделяют капиллярное, венозное и артериальное кровотечения.

Остановка капиллярного кровотечения осуществляется путём наложения асептической повязки, а также, если ранены руки или ноги, поднятием конечностей выше уровня туловища.

При венозном кровотечении накладывается давящая повязка. Для этого выполняется тампонада раны: на рану накладывается марля, поверх неё

укладывается несколько слоёв ваты (если нет ваты — чистое полотенце), туго бинтуется. Сдавленные такой повязкой вены быстро тромбируются, и кровотечение прекращается. Если давящая повязка промокает, сильно надавите на неё ладонью.

Чтобы остановить артериальное кровотечение, артерию необходимо пережать.



*Рисунок 3.22. Точки прижатия артерий*

Техника пережатия артерии: сильно прижмите артерию пальцами или кулаком к подлежащим костным образованиям.

Артерии легкодоступны для пальпации, поэтому данный способ весьма эффективен. Однако он требует от лица, оказывающего первую помощь, физической силы.

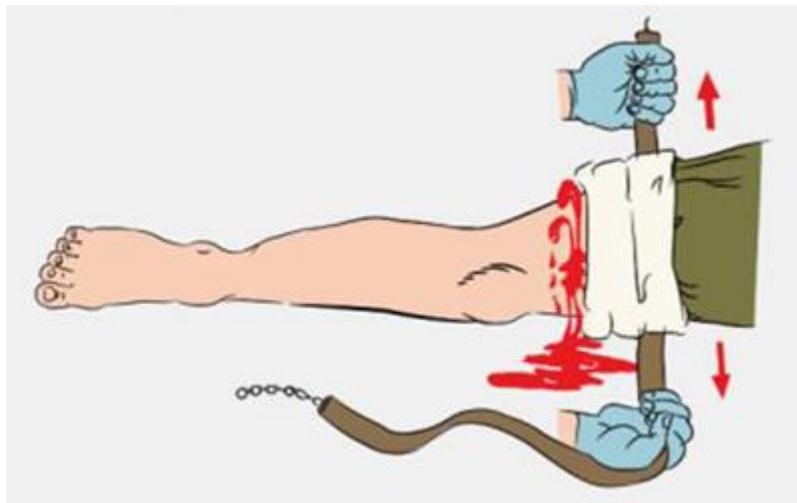
Если кровотечение не остановилось после наложения тугой повязки и прижатия артерии, примените жгут. Помните, что это крайняя мера, когда другие способы не помогают.

### **Техника наложения кровоостанавливающего жгута**

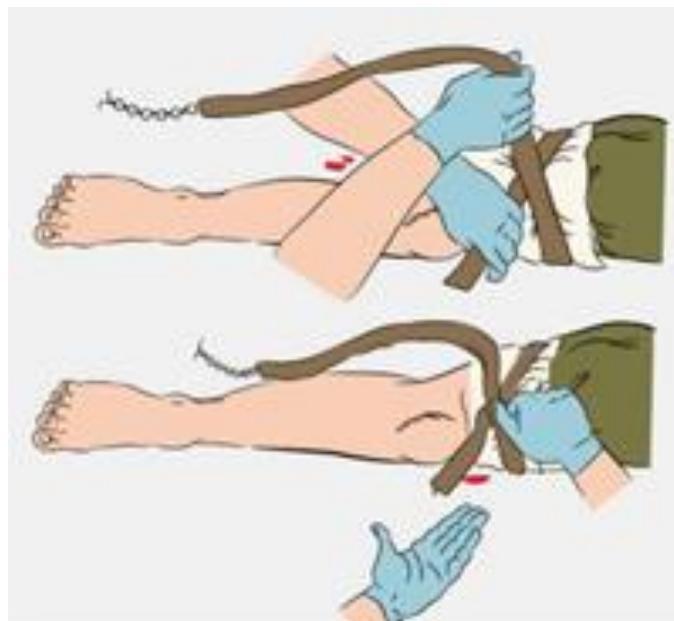
1. Наложите жгут на одежду или мягкую подкладку чуть выше раны.
2. Затяните жгут и проверьте пульсацию сосудов: кровотечение должно прекратиться, а кожа ниже жгута — побледнеть.
3. Наложите повязку на рану.

4. Запишите точное время, когда наложен жгут.

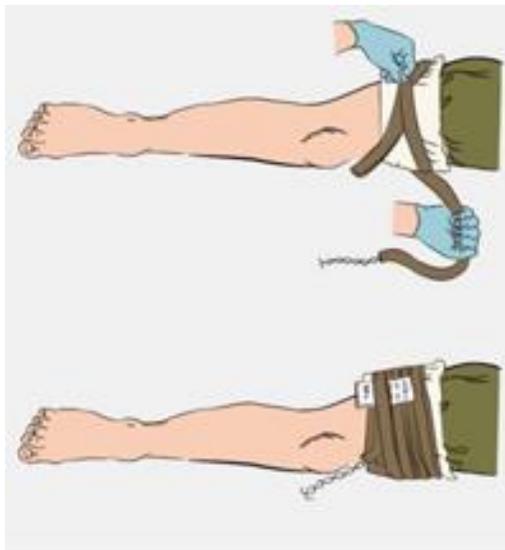
Жгут на конечности можно накладывать максимум на 1 час. По его истечении жгут необходимо ослабить на 10–15 минут. При необходимости можно затянуть вновь, но не более чем на 20 минут.



*Рисунок 3.23. Шаг 1. Наложение жгута через одежду или мягкую подкладку*



*Рисунок 3.24. Шаг 2. Проведите жгут под конечностью и растяните, затяните первый виток жгута и убедитесь, что кровотечение прекратилось*



*Рисунок 3.25. Шаг 3. Последующие витки жгута накладывают с меньшим усилием по восходящей спирали, захватывая предыдущий виток примерно наполовину.*

## **Переломы**

Перелом — нарушение целостности кости. Перелом сопровождается сильной болью, иногда — обмороком или шоком, кровотечением. Различают открытые и закрытые переломы. Первый сопровождается ранением мягких тканей, в ране иногда заметны обломки кости.

### **Техника оказания первой помощи при переломе**

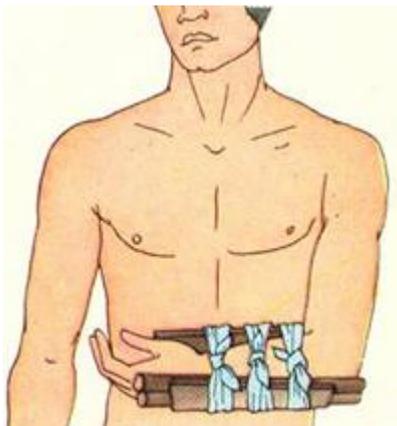
1. Оцените тяжесть состояния пострадавшего, определите локализацию перелома.
2. При наличии кровотечения остановите его.
3. Определите, возможно ли перемещение пострадавшего до прибытия специалистов.

Не переносите пострадавшего и не меняйте его положения при травмах позвоночника!

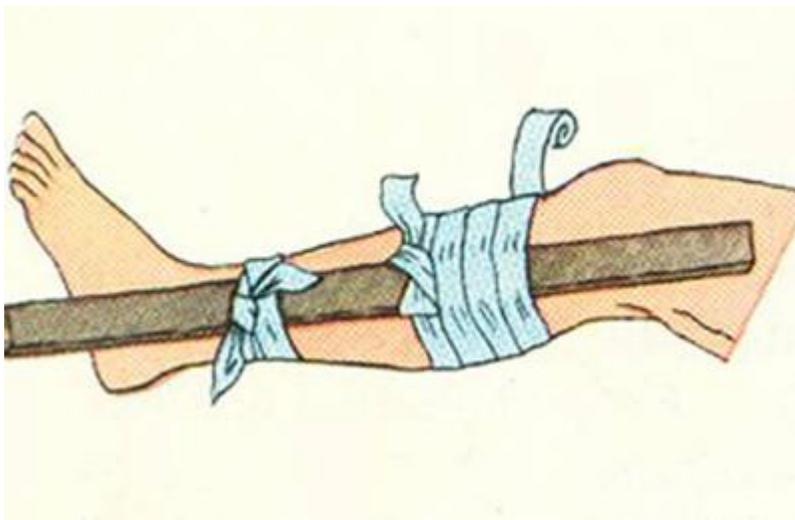
4. Обеспечьте неподвижность кости в области перелома — проведите иммобилизацию. Для этого необходимо обездвижить суставы, расположенные выше и ниже перелома.

5. Наложите шину. В качестве шины можно использовать плоские палки, доски, линейки, прутья и прочее. Шину необходимо плотно, но не туго зафиксировать бинтами или пластырем.

При закрытом переломе иммобилизация производится поверх одежды. При открытом переломе нельзя прикладывать шину к местам, где кость выступает наружу.



*Рисунок 3.26. Шаг 1. Наложите шину на предплечье*



*Рисунок 3.27. Шаг 2. Наложите шину на голень*

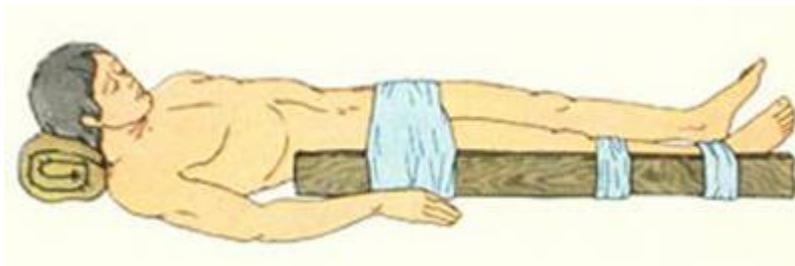


Рисунок 3.28. Наложение шины при переломе бедра

## Ожоги

Ожог — это повреждение тканей организма под действием высоких температур или химических веществ. Ожоги различаются по степеням, а также по типам повреждения. По последнему основанию выделяют ожоги:

- термические (пламя, горячая жидкость, пар, раскалённые предметы);
- химические (щёлочи, кислоты);
- электрические;
- лучевые (световое и ионизирующее излучение);
- комбинированные.



Рисунок 3.29. Градация ожогов по глубине поражения

При ожогах первым делом необходимо устранить действие поражающего фактора (огня, электрического тока, кипятка и так далее).

Затем, при термических ожогах, поражённый участок следует освободить от одежды (аккуратно, не отдирая, а обрезая вокруг раны прилипшую ткань) и в целях дезинфекции и обезболивания оросить его водоспиртовым раствором (1/1) или водкой.

Не используйте масляные мази и жирные кремы — жиры и масла не уменьшают боль, не дезинфицируют ожог и не способствуют заживлению.

После оросите рану холодной водой, наложите стерильную повязку и приложите холод. Кроме того, дайте пострадавшему тёплой подсоленной воды.

Для ускорения заживления лёгких ожогов используйте спреи с декспантенолом. Если ожог занимает площадь больше одной ладони, обязательно обратитесь к врачу.

## **Обморок**

Обморок — это внезапная потеря сознания, обусловленная временным нарушением мозгового кровотока. Иными словами, это сигнал мозга о том, что ему не хватает кислорода.

Важно отличать обычный и эпилептический обморок. Первому, как правило, предшествуют тошнота и головокружение.

Предобморочное состояние характеризуется тем, что человек закатывает глаза, покрывается холодным потом, у него слабеет пульс, холодеют конечности.

Типичные ситуации наступления обморока:

- испуг,
- волнение,
- духота и другие.

Если человек упал в обморок, придайте ему удобное горизонтальное положение и обеспечьте приток свежего воздуха (расстегните одежду, ослабьте ремень, откройте окна и двери). Брызните на лицо пострадавшего холодной водой, похлопайте его по щекам. При наличии под рукой аптечки дайте понюхать ватный тампон, смоченный нашатырным спиртом.

Если сознание не возвращается 3–5 минут, немедленно вызывайте скорую.

Когда пострадавший придёт в себя, дайте ему крепкого чая или кофе.

### **Утопление и солнечный удар**

Утопление — это проникновение воды в лёгкие и дыхательные пути, которое может привести к смерти.

#### **Первая помощь при утоплении**

1. Извлеките пострадавшего из воды.

Тонуший человек хватается за всё, что попадётся под руку. Будьте осторожны: подплывайте к нему сзади, держите за волосы или подмышки, держа лицо над поверхностью воды.

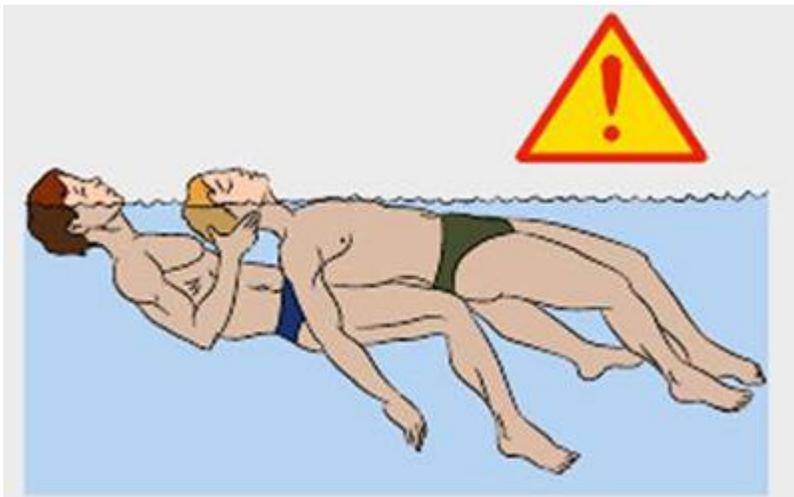
2. Положите пострадавшего животом на колени, чтобы голова была внизу.

3. Очистите ротовую полость от инородных тел (слизь, рвотные массы, водоросли).

4. Проверьте наличие признаков жизни.

5. При отсутствии пульса и дыхания немедленно приступайте к ИВЛ и непрямому массажу сердца.

6. После восстановления дыхания и сердечной деятельности положите пострадавшего набок, укройте его и обеспечивайте комфорт до прибытия медиков.



*Рисунок 3.30. Шаг 1.Извлеките пострадавшего из воды*



*Рисунок 3.31. Шаг 2.Проведите реанимационные мероприятия*



*Рисунок 3.32. Шаг 3.Уложите пострадавшего на бок, дождитесь специалистов*

В летний период опасность представляют также солнечные удары. Солнечный удар — это расстройство работы головного мозга, вызванное длительным пребыванием на солнце.

Симптомы:

- головная боль;
- слабость;
- шум в ушах;
- тошнота;
- рвота.

Если пострадавший по-прежнему остаётся на солнце, у него поднимается температура, появляется одышка, иногда он даже теряет сознание.

Поэтому при оказании первой помощи прежде всего необходимо перенести пострадавшего в прохладное проветриваемое место. Затем освободите его от одежды, ослабьте ремень, разуйте. Положите ему на голову и шею холодное мокрое полотенце. Дайте понюхать нашатырный спирт. При необходимости сделайте искусственное дыхание.

При солнечном ударе пострадавшего необходимо обильно поить прохладной, слегка подсоленной водой (пить часто, но маленькими глотками).



*Рисунок 3.33. Шаг 1. Перенесите пострадавшего в тень*



*Рисунок 3.34. Шаг 2. Освободите его от одежды*



*Рисунок 3.35. Шаг 3. Сделайте охлаждающие компрессы*

### **Переохлаждение и обморожение**

Переохлаждение (гипотермия) — это понижение температуры тела человека ниже нормы, необходимой для поддержания нормального обмена веществ.

#### **Первая помощь при гипотермии**

1. Заведите (занесите) пострадавшего в тёплое помещение или укутайте тёплой одеждой.

2. Не растирайте пострадавшего, дайте телу постепенно согреться самостоятельно.

3. Дайте пострадавшему тёплое питьё и еду.

Не используйте алкоголь!



*Рисунок 3.36. Шаг 1. Занесите пострадавшего в тепло*



*Рисунок 3.37. Шаг 2. Согрейте его*



*Рисунок 3.38. Шаг 3. Дайте пострадавшему горячее питье*

Переохлаждение нередко сопровождается обморожением, то есть повреждением и омертвением тканей организма под воздействием низких температур. Особенно часто встречается обморожение пальцев рук и ног, носа и ушей — частей тела с пониженным кровоснабжением.

Причины обморожения — высокая влажность, мороз, ветер, неподвижное положение. Усугубляет состояние пострадавшего, как правило, алкогольное опьянение.

Симптомы:

- чувство холода;
- покалывание в обмораживаемой части тела;
- затем — онемение и потеря чувствительности.

### **Первая помощь при обморожении**

1. Поместите пострадавшего в тепло.
2. Снимите с него промёрзшую или мокрую одежду.
3. Не растирайте пострадавшего снегом или тканью — так вы только травмируете кожу.
4. Укутайте обмороженный участок тела.
5. Дайте пострадавшему горячее сладкое питьё или горячую пищу.



*Рисунок 3.39. Шаг 1. Поместите пострадавшего в тепло*



*Рисунок 3.40. Шаг 2. Снимите с него примерзшую одежду*



*Рисунок 3.41. Шаг 3. Укутайте обмороженный участок тела*

## **Отравление**

Отравление — это расстройство жизнедеятельности организма, возникшее из-за попадания в него яда или токсина. В зависимости от вида токсина различают отравления:

- угарным газом;
- ядохимикатами;
- алкоголем;
- лекарствами;

- пищей и другие.

От характера отравления зависят меры оказания первой помощи. Наиболее распространены пищевые отравления, сопровождаемые тошнотой, рвотой, поносом и болями в желудке. Пострадавшему в этом случае рекомендуется принимать по 3–5 граммов активированного угля через каждые 15 минут в течение часа, пить много воды, воздержаться от приёма пищи и обязательно обратиться к врачу.

Кроме того, распространены случайное или намеренное отравление лекарственными препаратами, а также алкогольные интоксикации.

В этих случаях первая помощь состоит из следующих шагов:

1. Промойте пострадавшему желудок. Для этого заставьте его выпить несколько стаканов подсоленной воды (на 1 л — 10 г соли и 5 г соды). После 2–3 стаканов вызовите у пострадавшего рвоту. Повторяйте эти действия, пока рвотные массы не станут «чистыми».

Промывание желудка возможно только в том случае, если пострадавший в сознании.

2. Растворите в стакане воды 10–20 таблеток активированного угля, дайте выпить это пострадавшему.

3. Дождитесь приезда специалистов.

## **Транспортировка**

Важнейшей задачей первой помощи является организация быстрой, безопасной, щадящей транспортировки (доставки) больного или пострадавшего в лечебное учреждение. Причинение боли во время транспортировки способствует ухудшению состояния пострадавшего, развитию шока. Выбор способа транспортировки зависит от состояния пострадавшего, характера

травмы или заболевания и возможностей, которыми располагает оказывающий первую помощь.

При отсутствии какого-либо транспорта следует осуществить переноску пострадавшего в лечебное учреждение на носилках, в т. ч. импровизированных.

Первую помощь приходится оказывать и в таких условиях, когда нет никаких подручных средств или нет времени для изготовления импровизированных носилок. В этих случаях больного необходимо перенести на руках. Один человек может нести больного на руках, на спине, на плече.

Переноску способом «на руках впереди» и «на плече» применяют в случаях, если пострадавший очень слаб или без сознания. Если больной в состоянии держаться, то удобнее переносить его способом «на спине». Эти способы требуют большой физической силы и применяются при переноске на небольшие расстояния. На руках значительно легче переносить вдвоем. Пострадавшего, находящегося в бессознательном состоянии, наиболее удобно переносить способом «друг за другом».

Если больной в сознании и может самостоятельно держаться, то легче переносить его на «замке» из 3 или 4 рук.

Значительно облегчает переноску на руках или носилках носилочная лямка.

В ряде случаев больной может преодолеть короткое расстояние самостоятельно с помощью сопровождающего, который закидывает себе на шею руку пострадавшего и удерживает ее одной рукой, а другой обхватывает больного за талию или грудь.

Пострадавший свободной рукой может опираться на палку. При невозможности самостоятельного передвижения пострадавшего и отсутствии помощников возможна транспортировка волоком на импровизированной волокуше - на брезенте, плащ-палатке.

Таким образом, в самых разнообразных условиях оказывающий первую помощь может организовать тем или иным способом транспортировку

пострадавшего. Ведущую роль при выборе средств транспортировки и положения, в котором больной будет перевозиться или переноситься, играют вид и локализация травмы или характер заболевания. Для предотвращения осложнений во время транспортировки пострадавшего следует перевозить в определенном положении соответственно виду травмы.

Очень часто правильно созданное положение спасает жизнь раненого и, как правило, способствует быстрейшему его выздоровлению (таблица 3.2). Транспортируют раненых в положении лежа на спине, на спине с согнутыми коленями, на спине с опущенной головой и приподнятыми нижними конечностями, на животе, на боку.

*Таблица 3.2. Положение транспортировки пострадавшего соответственно виду травмы*

<b>Положение</b>	<b>Состояние</b>
лежа на спине	ранения головы повреждения черепа и головного мозга повреждения позвоночника и спинного мозга переломы конечностей
на спине с согнутыми в коленях ногами	травмы и заболевания органов брюшной полости перелом костей таза
на спине с приподнятыми нижними конечностями и опущенной головой	значительные кровопотери шок
на животе	травмы спины травмы затылочной части головы травмы спины, ягодиц, тыльной поверхности ног в состоянии комы. при частой рвоте. при подозрении на повреждение спинного мозга, когда в наличии есть только брезентовые носилки
на боку	бессознательное состояние
полусидя с вытянутыми ногами	травмы шеи значительное повреждение верхних конечностей
полусидя с согнутыми коленями	травмы мочевых и половых органов подозрение на кишечную непроходимость

	другие острые заболевания брюшных органов травмы брюшной полости ранения грудной клетки
--	---

## Первая психологическая помощь

### На месте катастрофы:

1. По возможности сохраняя спокойствие, необходимо покинуть место источника травмы, помогая в этом также и другим пострадавшим

**Важно:** неспециалистам не следует пытаться оказывать первую помощь другим на месте катастрофы. Убедиться в том, что опасности больше нет, они технически не могут — а в случае, когда она есть, задержка приведет к тому, что спасать придется ещё и всех, кто задержался для оказания помощи. Тут знаете, как? — как в самолёте предупреждают: в случае разгерметизации кабины вначале наденьте кислородную маску на себя, и только потом — на ребенка. Если ближе к катастрофам земным — то вначале удалите из места катастрофы себя вместе со всеми, кого можете прихватить без потери скорости удаления.

2. Выйдя из зоны непосредственной опасности, нужно оказать первую помощь прежде всего себе, потом близким

**Важно:** первое, что требуется — оценить обстановку. При наличии физических повреждений прежде всего необходимо оказать доврачебную помощь. В случае серьезных повреждений — вызвать скорую, наложить повязки, и т.п. В общем, обеспечить всю ту помощь, которая требуется помимо психологической для того, чтобы пострадавшие вернулись в безопасный мир — домой, на работу и т.п.

Если близкий вам человек находится в ступоре (остановившийся взгляд, неподвижность и т.п.) — не отпускайте его одного. Обнимите и поезжайте домой вместе с ним, рассказывая о своих планах словами: «Сейчас сядем в такси, поедem домой, я всё время буду с тобой» и т.д.

Если в ступоре находится незнакомец — вы можете ему помочь, просто подойдя поближе, взяв за руку, начав разговаривать: «Кто вы? Могу ли я чем-то

вам помочь?» Можно похлопывать человека по плечу, прикрыть чем-то теплым, если началась дрожь, побуждать разговаривать. Слёз бояться не следует: выражение эмоционального аффекта — это гораздо лучше, чем ступор.

### **Дома, после случившегося:**

#### **1. Острый эмоциональный шок, в норме — от 3 до 5 часов с момента происшествия**

Это время невероятного психического напряжения. Мобилизуются все психические резервы личности, и человеку необходимо что-то делать, по возможности — целесообразное: выбираться из места катастрофы, обследоваться у врача, сообщать на работу о случившемся, успокаивать родственников, и т.п.

В это время следует позаботиться о следующем этапе, обеспечить себе будущую возможность отдыха, от реагирования и восстановления сил. Пытаться насильно «загонять» человека отдыхать на этом этапе не нужно: какой уж тут отдых, когда тело дрожит, как провод под напряжением, сердце выпрыгивает из груди и голова кружится от волнения. Поднявшуюся энергию лучше сливать в деятельность, психологическая помощь будет в том, чтобы подсказать ему направление этой деятельности.

#### **2. Психофизиологическая демобилизация, от 1 до 3 суток с момента происшествия**

Это время тоски и растерянности. Накатывает ощущение собственного бессилия и паника, возникает вопрос «За что мне это? Почему именно я?», возможна тошнота и рвота, снижение аппетита, тяжесть в голове и забывание элементарных вещей. Хочется забиться в норку и там сидеть, не высываясь.

Наилучшей помощью на этом этапе будет — обеспечить человеку покой. Взять на себя все бытовые задачи, организовать ему возможность отдыха, быть рядом, но не требовать от него какого-либо взаимодействия. По-прежнему

желателен тактильный контакт — держать за руку, чаще и дольше обнимать, можно без всяких слов. Если пострадавший — ребенок, то необходимо быть готовым к некоторому регрессу: те умения, которые у него уже были достаточно усвоены, могут куда-то пропасть, чаще и больше ребенок будет проситься на ручки, и желательно обеспечить ему эту возможность.

### **3. Стадия разрешения, от 3 до 12 суток с момента происшествия**

Обычно на этой стадии человеку кажется, что он вернулся в норму: он возвращается к работе, активной деятельности и т.п. Однако в этот период ещё сохраняется сниженный эмоциональный фон, повышенная утомляемость, ограничение контактов с окружающими, снижение эмоциональной окраски речи и замедленность движений. Часто появляются кошмарные сновидения, в которых пострадавший заново переживает весь ужас происшедшего. К концу этого периода появляется желание выговориться, направленное обычно на тех близких, которые не были свидетелями катастрофы.

На этой стадии с пострадавшим нужно разговаривать о том, что произошло, как произошло, и какие чувства он испытал, когда это происходило. Можно выслушать историю несколько раз, желательно обнимать, гладить по голове и выражать своё сочувствие другими тактильными способами, побуждать к эмоциональным реакциям, а не успокаивать. Злиться, плакать и рыдать в этой ситуации — нормально: подобное реагирование является естественным биологическим механизмом совладания с психотравмирующей ситуацией. Не нужно говорить: «Не плачь, успокойся!» — лучше что-нибудь типа «Да, я представляю, как тебе было тяжело, и твои слёзы вполне оправданны».

### **4. Стадия восстановления, начинается приблизительно с 12-го дня после происшествия**

Человек действительно возвращается в норму по объективным наблюдениям. Возвращается эмоциональная окраска речи и мимических реакций, сновидения перестают быть кошмарными, возвращается способность

радоваться и шутить, активизируется межличностное общение, состояние тела стабилизируется: прекращаются непривычные головные боли, возвращается полноценный аппетит, отсутствует тошнота, уменьшается усталость и другие астенические проявления.

К сожалению, если восстановление по каким-то причинам произошло не полностью, то именно в этот момент начинают проявляться психосоматические расстройства, связанные с желудочно-кишечным трактом, сердцем и т.д., и невротические реакции — фобии, навязчивые действия, депрессия и т.п. Поэтому в течение месяца после катастрофы необходимо особенно внимательно следить за самочувствием, и, если в течение месяца состояние пострадавшего не пришло в норму — обращаться к специалистам.

## **Терроризм**

В переводе с латыни понятие «террор» обозначает страх и ужас. Исходя из этого, под терроризмом необходимо понимать социальное явление, целью которого является устрашение противника и его подавление всеми возможными способами, вплоть до физического уничтожения. Исторически сложилось, что террор заключается не только в устрашении, его суть отражается в моральном и физическом воздействии.

Террорист — это субъект, который выполняет определенные действия, направленные на устрашение и насилие. Субъектами данного насилия может быть отдельное лицо, организация, группа людей Лица (или группы лиц), которые совершают эти страшные действия, чаще всего имеют цель дестабилизации ситуации в стране или в обществе.

Террорист — это человек, который желает, чтобы страх и недоверие власти погнали людей на революционные меры, повлияли на решение государственных лиц. Страх и непонимание ситуации могут вызвать развязывание войны с другим государством, гражданскую войну, острое желание независимости.

Террористы — это не только отдельные лица. Незаконную устрашающую деятельность могут вести огромные организации и группировки, в том числе при финансировании и поддержке целых государств.

Сущность терроризма представляет собой противозаконную деятельность, поэтому имеет ряд определенных признаков.

Эта деятельность влечет за собой большую опасность, имея прямой умысел в причинении смерти одному, нескольким или большому количеству людей. Ему присущ публичный характер исполнения. О данном деянии должно стать известно большому количеству людей.

Целью противозаконных действий является прямое желание создать обстановку, в которой царят страх и подавленность.

При выполнении действий бандиты, влияя на одних, преследуют цель влияния на совсем других лиц. Если сравнить понятия «террор» и «терроризм», то можно сказать, что первое понятие более широкое, массивное и страдает от террора большое количество людей.

### **Международный терроризм: его субъекты и значение:**

Международный терроризм направлен против отдельных государств или определенного круга граждан. Основной его целью является серьезное нарушение нормальной деятельности государства, подрыв стабильности отношений его с другими странами. Субъектами его являются целые страны, граждане конкретной национальности, государственные объекты, политики или дипломаты. Данный вид терроризма называют экономической версией войны.

### **Типы терроризма**

• **Террористы-националисты** обычно ставят своей целью формирование отдельного государства для своей этнической группы. Они называют это «национальным освобождением», про которое, по их мнению, весь остальной мир забыл. Эти террористы часто завоевывают симпатии на международной арене.

• **Религиозные террористы** используют насилие в целях, которые, по их мнению, определены свыше. Они принадлежат не только к небольшим культам, но и к крупным религиозным конфессиям. Этот тип терроризма развивается гораздо динамичнее остальных. Так, на середину 90-х гг. XX в. из 56 известных террористических организаций почти половина заявляла о религиозных мотивах. Некоторые террористические группы были преднамеренно *поддержаны и использованы руководством* отдельных государств. Такие террористы наиболее опасны прежде всего тем, что их ресурсы обычно намного мощнее, чем у других. В качестве примера можно привести использование Ираном группы молодых боевиков для захвата заложников в американском посольстве в 1979 г. В настоящее время госдепартамент США считает Иран одним из основных спонсоров терроризма. В поддержке террористов обвиняются также Куба, Ирак, Ливия, Северная Корея, Судан и Сирия.

• **Левые экстремисты** хотят уничтожить капитализм и заменить его коммунистическим или социалистическим режимом. Поскольку они считают граждан жертвами капиталистической эксплуатации, то обычно не прибегают к терактам против населения. Как правило, они похищают богатых людей или взрывают различные «символы капитализма».

• **Правые экстремисты** наименее организованы, они часто связаны с западноевропейскими нацистами. Главной задачей они считают борьбу с демократическими формами правления с целью замены их фашистскими режимами.

• **Террористы-анархисты** были глобальным феноменом в конце XIX — начале XX в. В этот период они совершили немало террористических актов, в том числе и в России. Некоторые эксперты предполагают, что современные антиглобалисты могут породить новую волну анархического терроризма. В некоторых источниках авторы дают другую классификацию терроризма,

выделяя такие три его вида: уголовный, политический и патологический.

• **Уголовный терроризм** представляет собой действия, совершаемые в целях получения материальной выгоды (покушение на жизнь, свободу, неприкосновенность личности, собственность, не связанные с политикой).

• **Политический терроризм** в своей основе имеет политическую мотивацию (оппозиция существующему строю, конфликты с органами власти и т. п.).

• **Патологический терроризм** является следствием умственных расстройств, психических аномалий и других отклонений в состоянии и поведении людей.

• Ряд специалистов выделяют в отдельный вид **транспортный терроризм**, который стал настоящей бедой во второй половине XX в. Началом такого рода террористической деятельности принято считать пиратство и захват судов во времена рабовладельческого строя и в средние века. В 80-е и 90-е гг. прошлого столетия транспортный терроризм заявил о себе в полный голос. Основными формами такого терроризма являются захват и угон воздушных судов, а также минирование самолетов взрывными устройствами.

• Центральным элементом террора является **террористическая акция**, которая, по мнению организаторов таких действий, должна привлекать внимание общественности и государственных органов к конкретной политической проблеме или ситуации. Такая акция имеет в качестве своей непосредственной задачи захват заложников, похищение политических деятелей или их убийство, получение денег, специальных материалов, транспортных средств или оружия, освобождение политических заключенных, распространение общего состояния террора, установление власти «сильной личности» или ее сторонников, провоцирование репрессий со стороны государства.

Любая террористическая акция имеет три обязательных элемента: террориста (исполнителя), его жертву (объект нападения) и лиц, на поведение и позицию которых должен воздействовать теракт.

Общая характеристика основных показателей террористических акций приведена в таблице 3.3.

*Таблица 3.3. Характеристика террористических акций*

<b>Показатели</b>	<b>Содержание</b>
Основные цели	<ul style="list-style-type: none"><li>- физическое устранение политических оппонентов;</li><li>- устрашение гражданского населения;</li><li>- акции возмездия;</li><li>- дестабилизация деятельности государственной власти;</li><li>- нанесение экономического ущерба;</li><li>- осложнение межнациональных и межконфессиональных отношений;</li><li>- провоцирование военного конфликта;</li><li>- изменение политического строя</li></ul>
Способы проведения	<ul style="list-style-type: none"><li>- применение огнестрельного оружия;</li><li>- организация взрывов и поджогов в городах;</li><li>- взятие заложников;</li><li>- применение химического и биологического оружия;</li><li>- организация промышленных аварий и катастроф;</li><li>- уничтожение средств транспорта;</li><li>- информационно-психологическое воздействие;</li><li>- вероятное применение ядерных зарядов и радиоактивных веществ</li></ul>
Масштабы	<ul style="list-style-type: none"><li>- преступления против личности;</li><li>- групповые убийства граждан;</li></ul>

## Исполнители

- массовые убийства граждан;
  - применение диверсий по всей территории страны;
  - крупномасштабные акции против мирового сообщества
- 
- убийцы-одиночки;
  - преступные сообщества;
  - этнические кланы;
  - религиозные секты;
  - экстремистские политические объединения;
  - специальные службы государств;
  - международные террористические организации

Активизация террористической деятельности крайне негативно отражается на политическом состоянии нашего общества, социальной сфере и экономике России. Но наиболее серьезный ущерб терроризм наносит и нравственному здоровью нашего народа, ибо он оказывает мощное отрицательное морально-психологическое воздействие на население, вызывая страх, острое чувство незащищенности, хаос, беспорядки, жесточенность, недоверие к властям, стремление к самозащите даже незаконными средствами или к «сильной руке», т. е., по сути дела, к диктатуре и государственному насилию.

Сегодня терроризм, к сожалению, стал реальностью нашей жизни. Еще совсем недавно никто из нас и не помышлял о том, что мы можем стать его жертвой. Это явление находилось за пределами нашего восприятия. Ныне оно стало фактом, поэтому знание правил безопасного поведения и приемов противодействия террору стало вполне актуальным.

## **Психолого-педагогическая подготовка к действиям в экстремальных**

Психологическая подготовленность человека к действиям в опасных и экстремальных ситуациях — это нечто большее, чем простая обученность и

техническое умение выполнять определенные действия. Прежде всего, это умение управлять собой, своими чувствами, мыслями и ощущениями. Неподготовленный в психологическом отношении человек, столкнувшись с реальной угрозой для жизни, перестает правильно оценивать ситуацию. У него нарушается восприятие происходящего вокруг, в его поведении все сильнее проявляются страх, тревога, растерянность. Он думает, что опасность гораздо больше, чем есть на самом деле, и начинает заранее представлять себе самые жуткие картины своего будущего. В таком состоянии ему вряд ли удастся вспомнить, что надо делать.

Известный специалист по выживанию, основатель первой в Европе школы выживания Яцек Палкевич считает, что 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?

Для этого ему необходимо:

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

Установка на выживание включает в себя три элемента:

- 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, специалисты советуют:

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

Перечисленные выше качества и привычки учащиеся должны вырабатывать у себя самостоятельно в повседневной жизни и на занятиях под руководством преподавателя.

На плановых уроках и факультативных занятиях учителю следует стремиться к тому, чтобы наряду с учебными решались следующие психолого-педагогические задачи:

- развитие бдительности, осмотрительности, разумной осторожности и постоянной ориентированности на выявление опасных факторов;
- воспитание уверенности и оптимизма, веры в успех при столкновении с реальными угрозами;
- повышение психологической устойчивости к воздействию опасных и

чрезвычайных ситуаций;

- формирование необходимых привычек, навыков и умений, обеспечивающих правильные действия и выживание;

- овладение необходимыми знаниями, навыками и умениями по оказанию первой медицинской и психологической само- и взаимопомощи.

Чтобы достичь выполнения этих задач, недостаточно использовать только словесные методы обучения. Важно дать учащимся прочувствовать и пережить влияние опасных ситуаций и факторов. Для этого преподавателю рекомендуется использовать следующие способы обучения:

- ознакомление с фотографиями ситуаций, мест происшествий, разрушений, потерпевших, пострадавших и т. п.;

- прослушивание фонограмм с записью неожиданных и впечатляющих фрагментов экстремальных ситуаций;

- просмотр документальных кино- и видеофильмов;

- имитация различных факторов опасных и экстремальных ситуаций (дым, неприятный запах, кровь, стрельба, стоны, крики и т. д.);

- встречи с очевидцами, участниками и потерпевшими в результате реальных событий;

- ознакомление с муляжами, макетами, характеризующими экстремальные и опасные ситуации;

- посещение мест аварий, катастроф и других происшествий.

При изучении событий и явлений, негативно влияющих на психику, надо не просто рассказывать о них школьникам, а объяснять и раскрывать причины возможных психологических реакций. Следует начинать изучение с таких факторов, которые в психологическом отношении переносятся легче, а к более трудным переходить постепенно. С учащимися в ходе обучения надо вести профессиональный и деловой разговор, формирующий у них эмоционально

уравновешенное отношение к ожидаемым трудностям и активный настрой на их преодоление.

Преподаватель должен уяснить и понимать, что применять указанные выше способы обучения следует осторожно и осмотрительно, учитывая возрастные и физиологические особенности школьников, их чувства, ощущения и восприятие.

Успешное проведение урока, достижение его целей и задач может быть обеспечено только при выполнении следующих условий:

- занятие должно быть строго **нацеленным**, т.е. цели, задачи, содержание и методика урока должны быть увязаны с обстановкой и подготовленностью школьников;

- занятие должно быть **плотным**, т. е. насыщенным информацией от начала и до конца урока;

- занятие должно быть **реалистичным**, т. е. моделируемые на уроке условия и трудности должны быть приближены к реальным;

- занятие должно быть **результативным**, т. е. подготовленность школьников к действиям в опасных и экстремальных ситуациях должна измениться в положительную сторону.

Руководителям органов управления образованием, директорам общеобразовательных учреждений и учителям-организаторам ОБЖ необходимо иметь в виду, что достижение реальных практических результатов в обеспечении безопасности школьников невозможно без выполнения определенных требований к оснащению, организации и осуществлению учебного процесса. Этот процесс должен быть обеспечен учебной и методической литературой, специальными учебными кабинетами и классами, необходимыми тренажерами, средствами защиты и инструментами, техническими средствами обучения, средствами наглядности и в обязательном порядке средствами обеспечения безопасности.

Но самым важным условием успеха является высокая педагогическая и методическая подготовка руководителей занятий и их помощников.

## Уровни террористической опасности

Уровень террористической опасности (рисунок 3.42) может устанавливаться на срок не более 15 суток.

- повышенный ("синий") уровень террористической опасности устанавливается при наличии требующей подтверждения информации о реальной возможности совершения террористического акта;

- высокий ("желтый") - при наличии подтвержденной информации о реальной возможности совершения террористического акта;

- критический ("красный") - при наличии информации о совершенном террористическом акте либо о совершении действий, создающих непосредственную угрозу террористического акта.



Рисунок 3.42. Плакат «Уровни террористической опасности»

**Повышенный («синий»)** уровень террористической опасности устанавливается при наличии требующей подтверждения информации о реальной возможности совершения террористического акта. При получении информации о введении (установлении) повышенного («синего») уровня террористической опасности следует:

- убедиться, что об угрозе проинформированы члены семьи, близкие, при необходимости назначить время и место встречи;
- не поддаваться панике;
- убедиться в том, что при себе имеются документы, удостоверяющие личность;
- обращать внимание на подозрительных людей, предметы;
- сообщать обо всех подозрительных сотрудниках правоохранительных органов;
- не трогать, не вскрывать обнаруженные (в том числе в общественном транспорте) вещи, предметы;
- зафиксировать время и обстоятельства их обнаружения;
- постараться сделать все возможное, чтобы люди отошли как можно дальше от находки;
- сообщить о находке сотрудникам правоохранительных органов, охранного предприятия, представителю администрации объекта либо водителю;
- дождаться прибытия сотрудников правоохранительных органов, помните Вы - важный свидетель!;
- не принимать от незнакомцев сумки, какие-либо предметы;
- не оставлять свои вещи, багаж без присмотра;
- при нахождении в помещении, месте массового пребывания граждан – избегать пребывания в толпе, определить, где находятся выходы и подходы к ним;

- если вы получили информацию, находясь дома, необходимо проверить, закрыты ли входы в подвалы и на чердаки, освободить лестничные клетки и коридоры от загромождающих предметов.

Важно знать, при повышенном («синем») уровне террористической опасности осуществляется:

- выставление на улицах, площадях, стадионах, в скверах, парках, на транспортных магистралях, вокзалах, в аэропортах, морских и речных портах, местах проведения публичных и массовых мероприятий, в других общественных местах усиленных патрулей;

- усиление контроля входе досмотровых мероприятий в аэропортах, морских и речных портах, на объектах метрополитена, железнодорожных вокзалах и автовокзалах с использованием специальных технических средств;

- проведение проверки осмотров объектов инфраструктуры, теплопроводов, газопроводов, газораспределительных станций, энергетических систем в целях выявления возможных мест закладки взрывных устройств;

- проведение инженерно-технической разведки основных маршрутов передвижения участников публичных и массовых мероприятий, обследование потенциальных объектов террористических посягательств и мест массового пребывания граждан в целях обнаружения и обезвреживания взрывных устройств.

**Высокий («желтый»)** уровень террористической опасности устанавливается при наличии подтвержденной информации о реальной возможности совершения террористического акта.

При получении информации о введении (установлении) высокого («желтого») уровня террористической опасности, следует выполнять те же действия, что и при установлении повышенного («синего») уровня, а также:

- на случай (вероятной) эвакуации взять с собой набор предметов первой необходимости и документов;

- при необходимости оказать помощь в эвакуации пожилым и больным людям;

- если вы получили информацию находясь дома, необходимо отключить электричество, газ и воду;

- организовать дежурство жильцов по дому;

- укрепить и опечатать подвалы и чердаки;

- если вы получили информацию находясь в помещении, необходимо убедиться в возможности приблизиться к запасным (аварийным) выходам;

- избегать больших скоплений людей;

- оказавшись в толпе, позволить ей нести вас, не пытайтесь выбраться;

- при возникновении паники стараться сохранять спокойствие и способность трезво оценивать ситуацию.

Важно знать, при высоком («желтом») уровне террористической опасности (наряду с мерами, принимаемыми при установлении повышенного («синего») уровня террористической опасности осуществляется:

- усиление контроля соблюдением гражданами РФ, в том числе РФ должностными лицами, порядка регистрации и снятия с регистрационного учета граждан РФ по месту жительства в пределах участка территории, на котором установлен уровень террористической опасности, а также за соблюдением иностранными гражданами и лицами без гражданства порядка временного или постоянного проживания, временного пребывания, въезда, выезда из Российской Федерации и транзитного проезда через территорию Российской Федерации;

- проверка готовности персонала и подразделений потенциальных объектов террористических посягательств, осуществляющих функции по локализации кризисных ситуаций, и отработка их возможных действий по пресечению террористического акта и спасению людей.

**Критический («красный») уровень** террористической опасности устанавливается при наличии информации о совершенном террористическом

акте либо о совершении действий, создающих непосредственную угрозу террористического акта.

При получении информации о введении (установлении) критического («красного») уровня террористической опасности, гражданину следует выполнять те же действия, что и при установлении высокого («желтого») уровня, а также:

- в случае активизации сил безопасности – не проявлять любопытства, не приближаться, не бежать (вас могут принять) за противника;

- при взрыве, начале стрельбы немедленно лечь на землю (по возможности использовать укрытие: бордюр, машина и др.), прикрыть голову руками;

- принять меры по спасению детей, при необходимости прикрыть их своим телом;

- если взрыв или стрельба застали вас дома - укрыться в ванной комнате (кладовой, ином закрытом помещении), лечь на пол (находиться в помещениях, имеющих окна опасно из-за возможного рикошета);

- оказавшись в толпе, не наклоняться, не поднимать уроненное, стараться оставаться на ногах, если давка приняла угрожающий характер, избавиться от любой ноши;

- попав в переполненное людьми помещение, двигаться к выходам, в т.ч. аварийным;

- в покинутое помещение возвращаться только по получении разрешения ответственных лиц;

- если вы оказались в захваченном террористами автобусе (троллейбусе, трамвае), не привлекать к себе их внимание;

- осмотреть салон, отметить места возможного укрытия;

- успокоиться, попытаться отвлечься от происходящего (читать, разгадывать кроссворд);

- снять и убрать (спрятать) ювелирные украшения, мобильный телефон, фотоаппарат; не смотреть в глаза террористам; не передвигаться по салону;

- не реагировать на провокационное или вызывающее поведение террористов, женщинам желательно прикрыть ноги;

- если спецслужбы (полиция) предпримут попытку штурма - лечь на пол между креслами, оставаться там до конца штурма;

- после освобождения (по команде руководителя штурмовавшего подразделения) немедленно покинуть автобус (троллейбус, трамвай), т.к. не исключена возможность его предварительного минирования.

Важно знать при критическом («красном») уровне террористической опасности (наряду с мерами, применяемыми при введении повышенного («синего») и высокого («желтого») уровней террористической опасности) осуществляется:

- приведение в состояние готовности группировки сил и средств, созданной для проведения контртеррористической операции (КТО);

- перевод соответствующих медицинских организаций в режим чрезвычайной ситуации;

- усиление охраны наиболее вероятных объектов террористических посягательств;

- создание пунктов временного размещения людей, удаленных с отдельных участков местности и объектов, в случае введения правового режима контртеррористической операции, обеспечение их питанием и одеждой;

- принятие неотложных мер по спасению людей, охране имущества, оставшегося без присмотра, содействие бесперебойной работе спасательных служб;

- приведение в состояние готовности: транспортных средств - к эвакуации людей, медицинских организаций к приему лиц, которым в результате террористического акта может быть причинён физический и моральный ущерб,

центров экстренной психологической помощи - к работе с пострадавшими и их родственниками;

- усиление контроля за передвижением транспортных средств через административные границы субъекта РФ, на территории которого установлен уровень террористической опасности, проведение досмотра транспортных средств с применением технических средств обнаружения оружия и взрывчатых веществ.

**Важно знать!** На участках территории Российской Федерации (объектах), в пределах которых (на которых) установлены уровни террористической опасности, могут применяться как все вышеперечисленные меры, так и отдельные из них.

Решение об установлении, изменении или отмене уровня террористической опасности, а также информация о сроках, на которые устанавливается уровень террористической опасности, и о границах участка территории Российской Федерации (об объекте), в пределах которого (на котором) он устанавливается, подлежат незамедлительному обнародованию через средства массовой информации.

## **Экстремизм**

Первым примером международного закрепления дефиниции «экстремизм» стала Шанхайская конвенция о борьбе с терроризмом, сепаратизмом и экстремизмом от 15 июня 2001 года. В ней как «экстремизм» расценивается «какое - либо деяние, направленное на насильственный захват власти или насильственное удержание власти, а также на насильственное изменение конституционного строя государства, а равно насильственное посягательство на общественную безопасность, в том числе организация в вышеуказанных целях незаконных вооруженных формирований или участия в них».

**Экстремизм** (лат. *extremus* - крайний) - ориентация в политике на крайне радикальные идеи и цели, достижение которых осуществляется в основном силовыми, а также нелегитимными и противоправными методами и средствами (напр., терроризм, разжигание религиозной, расовой ненависти, вооруженные выступления, партизанские войны и т.д.). Ради достижения своих целей экстремисты обращаются к предрассудкам людей, сознательно подавляя в них рациональное сознание.

В Федеральном законе «О противодействии экстремистской деятельности» (вступил в силу 25 июля 2002 года) с учетом изменений, внесенных Федеральным законом РФ от 24 июля 2007 года № 211-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с совершенствованием государственного управления в области противодействия экстремизму» экстремистская деятельность (экстремизм) определяется как:

- насильственное изменение основ конституционного строя и нарушение целостности Российской Федерации;
- публичное оправдание терроризма и иная террористическая деятельность;
- возбуждение социальной, расовой, национальной или религиозной розни;
- пропаганда исключительности, превосходства либо неполноценности человека по признаку его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности, или отношения к религии;
- нарушение прав, свобод и законных интересов человека и гражданина в зависимости от его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности, или отношения к религии;
- воспрепятствование осуществлению гражданами их избирательных прав и права на участие в референдуме или нарушение тайны голосования, соединенные с насилием либо угрозой его применения;
- воспрепятствование законной деятельности государственных органов, органов местного самоуправления, избирательных комиссий, общественных и

религиозных объединений или иных организаций, соединенное с насилием либо угрозой его применения;

- совершение преступлений по мотивам, указанным в пункте "е" части первой статьи 63 Уголовного кодекса Российской Федерации;

- пропаганда и публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики либо атрибутики или символики, сходных с нацистской атрибутикой или символикой до степени смешения;

- публичные призывы к осуществлению указанных деяний либо массовое распространение заведомо экстремистских материалов, а равно их изготовление или хранение в целях массового распространения;

- публичное заведомо ложное обвинение лица, замещающего государственную должность Российской Федерации или государственную должность субъекта Российской Федерации, в совершении им в период исполнения своих должностных обязанностей деяний, указанных в настоящей статье и являющихся преступлением;

- организация и подготовка указанных деяний, а также подстрекательство к их осуществлению;

- финансирование указанных деяний либо иное содействие в их организации, подготовке и осуществлении, в том числе путем предоставления учебной, полиграфической и материально-технической базы, телефонной и иных видов связи или оказания информационных услуг.

### **Законом определены следующие понятия:**

**Экстремистская организация** - общественное или религиозное объединение либо иная организация, в отношении которых по основаниям, предусмотренным настоящим Федеральным законом, судом принято вступившее в законную силу решение о ликвидации или запрете деятельности в связи с осуществлением экстремистской деятельности.

**Экстремистские материалы** - предназначенные для обнародования документы либо информация на иных носителях, призывающие к осуществлению экстремистской деятельности либо обосновывающие или оправдывающие необходимость осуществления такой деятельности (публикации, обосновывающие или оправдывающие национальное и (или) расовое превосходство либо оправдывающие практику совершения военных или иных преступлений, направленных на полное или частичное уничтожение какой-либо этнической, социальной, расовой, национальной или религиозной группы).

Так же необходимо разграничивать следующие определения:

**Общественное объединение** – добровольное, самоуправляемое, некоммерческое формирование, созданное по инициативе граждан, объединившихся на основе общности интересов для реализации общих целей, указанных в уставе общественного объединения (ст.5 Федерального закона от 19 мая 1995 года №82-ФЗ «Об общественных объединениях»).

**Религиозное объединение**– добровольное объединение граждан Российской Федерации, иных лиц, постоянно и на законных основаниях, проживающих на территории Российской Федерации, образованное в целях совместного исповедания и распространения веры и обладающее соответствующими этой цели признаками: вероисповедание; совершение богослужений, других религиозных обрядов и церемоний; обучение религии и религиозное воспитание своих последователей (ст.6 Федерального закона от 26 сентября 1997 года №125-ФЗ «О свободе совести и о религиозных объединениях»).

**Политическая партия** – это общественное объединение, созданное в целях участия граждан Российской Федерации в политической жизни общества посредством формирования и выражения их политической воли, участия в общественных и политических акциях, в выборах и референдумах, а также в

целях представления интересов граждан в органах государственной власти и органах местного самоуправления (ст.3 Федерального закона от 11 июля 2001 года № 95-ФЗ «О политических партиях»).

**Профсоюз** – добровольное общественное объединение граждан, связанных общими производственными, профессиональными интересами по роду их деятельности, создаваемое в целях представительства и защиты их социально-трудовых прав и интересов (ст.2 Федерального закона от 12 января 1996 года №10-ФЗ «О профессиональных союзах, их правах и гарантиях деятельности»).

**Консерватизм** – идеологическая приверженность к традиционным ценностям и порядкам, социальным или религиозным доктринам. В политике – направление, отстаивающее ценность государственного и общественного порядка, неприятия «радикальных» реформ и экстремизма. Одна из главных черт консерватизма – неприятие революционных изменений. Противостоит либерализму, требующему экономических свобод и социализму, требующему социального равенства.

**Либерализм** – политическая идеология, основанная на том, что человек свободен распоряжаться собой и своей собственностью. Либералы противники тоталитаризма, активно отстаивают концепции свободы слова, всеобщих прав человека, религиозной терпимости, неприкосновенности личной жизни, частной собственности, свободного рынка, равенства, прозрачности правительства, ограничений на государственную власть.

**Радикализм** – политический принцип, основанный на стремлении доводить политическое или иное мнение до его конечных логических и практических выводов, не соглашаясь ни на какие компромиссы. На практике, представлен как крайний либерализм (иногда социализм) в политике.

**Тоталитаризм** – политический режим, характеризующийся крайне широким (тотальным) контролем государства над всеми сторонами жизни общества. Целью такого контроля над экономикой и обществом является их

организация по единому плану. При тоталитарном режиме всё население государства мобилизуется для поддержки правительства (правлящей партии) и его идеологии, при этом декларируется приоритет общественных интересов над частными. Организации, чья деятельность не поддерживается властью, – например, профсоюзы, церковь, оппозиционные партии – ограничиваются или запрещаются.

**Центризм в политике** – политическая позиция политического движения или группы, промежуточная между правыми и левыми движениями или группами, отказ от левого и правого экстремизма.

**Правые** (наиболее крайние формы – ультраправые или праворадикальные) – противоположные левым, в частности ставящие экономические, национальные или религиозные цели выше равенства прав и шансов для всех слоёв населения. К ним относят консерватизм, монархизм, анархокапитализм, фашизм, национализм и его наиболее крайнюю форму — национал-социализм. Либералов обычно относят к правым.

**Левые** (новые левые) – направление в политике, отождествляющее себя с левой идеей, но противопоставляющее себя традиционным компартиям и анархистам («старым левым»). Характеризуется критикой исторической роли пролетариата и институциональных форм сопротивления ввиду травматического опыта тоталитаризма. Смыкается с левым либерализмом.

## **Информация для родителей**

Террористы все чаще используют детей и подростков для своих страшных дел. В некоторых странах, где существуют их действующие ячейки, детей просто похищают. Их бьют, запугивают, натаскивают как смертников, привлекают к массовым казням, "промывают мозги". В более развитых странах, где прямой контакт невозможен, террористы ищут потенциальных жертв в соцсетях. Процесс занимает больше времени, дети из благополучных семей

часто не идут на контакт, но трагедии бывают. Почему юные любители соцсетей попадают под негативное влияние, что об этом стоит знать родителям и как предупредить беду.

### **Почему подростки "ведутся" на сомнительные группировки?**

Дело в том, что подростку очень важно состоять в группе и иметь какую-то идеологию. Пока ребенок маленький, родители говорят ему, что и как нужно делать. Позднее, в подростковом периоде, они начинают задаваться вопросами и иногда выступать против родителей. Начинается бунт. Именно в такие моменты подростку бывает не на что опереться, тогда и активизируются тоталитарные секты и другие противоправные организации. Они предлагают четкую идеологию, определяют место подростка в группе. Там ребенок снова понимает, кто главный, что будет дальше, что делать, кто его враг.

"Защищенность" подростка в такой ситуации зависит от того, насколько он нашел свое место, насколько доверительные отношения в его семье, чувствует ли он стабильность в своей жизни. Если вышеперечисленные факторы отсутствуют, то риск попасть не в ту компанию выше. Такие вещи не происходят внезапно. Если ребенок подался "не туда", скорее всего, перед этим он прошел путь неблагоприятных отношений в семье.

Вербовщики часто ищут "кандидатов" и осуществляют их первичный отбор по информации на страницах в соцсетях. На страничке подростка в Интернете ни в коем случае не должно быть информации о том, где он живет, учиться, где работают его родители. Нельзя отвечать на такие вопросы незнакомым людям. Объяснить, почему это важно – задача родителей.

Зачастую родители не являются активными пользователями соцсетей. Однако им стоит знать о полезных опциях большинства сайтов, например, о "черном списке", возможности пожаловаться администратору и т.д. Опция "черный список" позволяет заблокировать любого человека, который досаждал какими-то вопросами. После этого он никак не сможет связаться с ребенком.

Это необходимо объяснить ребенку, показать, как это делается, разобраться самим.

Часто вербовщики, которые хорошо разбираются в психологии, предлагают ребенку то, чего ему не хватает: любовь, поддержку, ощущение силы или причастности к чему-то большему. Поэтому отказать им подростку бывает очень тяжело. В таком случае необходимо обучить подростка правилу "общения с назойливыми торговцами". На любые вопросы научиться отвечать "Нет, спасибо, я в этом не заинтересован". Задача заключается в том, чтобы вообще не входить в диалог с человеком, если он не нравится, предлагает что-то сомнительное или не вызывает доверия. Подросткам часто сложно отказать посторонним людям, потому что они с детства привыкли к авторитету взрослых. Им мешает установка "взрослые всегда правы, они лучше знают, как и что". В результате подросткам кажется, что говорить взрослым "нет" или сопротивляться – нехорошо. Многие родители с самого детства учат детей именно этому, напомнил он.

Приучать мыслить самостоятельно. С самого детства развивать самостоятельное мышление ребенка: когда он что-то спрашивает, можно спросить в ответ: "А как ты сам думаешь?". Добиться этого можно также чтением и обсуждением книг, просмотром кинофильмов и т.д.

Наладить доверительные отношения. Родителям имеет смысл как-то работать со своим подростком, даже если он бунтует, закрывается в комнате и так далее.

Расширить круг доверия. Если ребенок не уверен, что какое-то общение безопасно, то с этим вопросом ему лучше обратиться к взрослым, которым он доверяет. Необходимо, чтобы у ребенка были не только родители, но и другие взрослые, которым он мог бы доверять: бабушки, дедушки, спортивный тренер и т.д. Они должны помочь ребенку понять, что происходит.

Рассказать об опасности. Желательно рассказать подростку, чем может быть чревато общение с незнакомцами в Сети. Однако психологи предостерегают родителей от "запугивания", когда детям и подросткам начинает казаться, что за каждым углом их поджидают террористы и сектанты.

Если выподозреваете, что ваш ребенок попал под влияние организации, деятельность которой запрещена в РФ, не паникуйте, но действуйте быстро и решительно:

1. Не осуждайте категорически увлечение подростка, идеологию группы — такая манера точно натолкнется на протест. Попробуйте выяснить причину его настроения, аккуратно обсудите, зачем ему это нужно.

2. Начните «контрпропаганду». Основой «контрпропаганды» должен стать тезис, что человек сможет гораздо больше сделать для переустройства мира, если он будет учиться дальше и как можно лучше, став, таким образом, профессионалом и авторитетом в обществе, за которым пойдут и к которому прислушаются. Приводите больше примеров из истории и личной жизни о событиях, когда люди разных национальностей, религий и рас вместе добивались определенных целей. Обязательным условием такого общения должны быть мягкость и ненавязчивость.

3. Ограничьте общение подростка со знакомыми, оказывающими на него негативное влияние, попробуйте изолировать от лидера группы.

Будьте более внимательны к своим детям!

Основные признаки того, что молодой человек или девушка начинают попадать под влияние чуждой идеологии, можно свести к следующим:

- его (ее) манера поведения становится значительно более резкой и грубой (замкнутой и отрешенной), прогрессирует специфическая, ненормативная либо жаргонная лексика;

- резко изменяется стиль одежды и внешнего вида, соответствующая правилам определенной субкультуры;

- на компьютере оказывается много сохраненных ссылок или файлов с текстами, роликами или изображениями религиозного, экстремистко-политического или социально-экстремального содержания;

- в доме появляется непонятная и нетипичная символика или атрибутика;

- подросток проводит много времени за компьютером или самообразованием по вопросам, не относящимся к школьному обучению, художественной литературе, фильмам, компьютерным играм;

- повышенное увлечение вредными привычками;

- резкое увеличение числа разговоров на политические, религиозные и социальные темы, в ходе которых высказываются крайние суждения с признаками нетерпимости;

- псевдонимы в Интернете, пароли и т.п. носят экстремально-политический характер.

Стоит обращать внимание на странности в поведении подростка и не стесняться обращаться к психологам. Если у родителей есть подозрения, что ребенок попал под негативное влияние какой-то группировки, то при доверительных отношениях стоит вывести его на откровенный разговор. Если таких отношений нет, ребенка нужно изолировать от Интернета, чтобы разобраться в происходящем. Без доверия подростка сложно чего-то добиться, если нет взаимопонимания между родителями и детьми, работать с ним должен специалист.

Попадание подростка под отрицательное влияние легче предупредить, чем впоследствии бороться с этой проблемой. Несколько простых правил помогут существенно снизить риск попадания вашего ребенка в запрещённые религиозные организации, экстремистские движения и террористические организации:

1. Разговаривайте с ребенком. Вы должны знать с кем он общается, как проводит время и что его волнует. Обсуждайте политическую, социальную

и экономическую обстановку в мире, межэтнические отношения, вопросы религии. Подростку трудно разобраться в хитросплетениях мирового социума, и пропагандисты зачастую пользуются этим, трактуя определенные события в пользу своей идеологии.

2. Обеспечьте досуг ребенка. Спортивные секции, кружки по интересам, общественные организации, военно-патриотические клубы дадут возможность для самореализации и само выражения подростка, значительно расширят круг общения.

3. Контролируйте информацию, которую получает ребенок. Обращайте внимание, какие передачи смотрит, какие книги читает, на каких сайтах бывает. СМИ является мощным орудием в пропаганде антиобщественных элементов.