

## Действия при теракте

### Как вести себя при захвате в заложники

Захват может произойти в транспорте, в учреждении, на улице, в квартире. Захват заложников стал излюбленным оружием не только террористов, но различных групп и лиц, которые пытаются с его помощью решать свои проблемы или оказывать давление на государство.

В ситуации, когда проявились признаки угрозы захвата заложниками, необходимо:

- ✓ Постараться избежать попадания в их число. Немедленно покинуть опасную зону или спрятаться.
- ✓ Спрятавшись, дождаться ухода террористов, при первой возможности покинуть убежище и удалиться.

Исключением являются ситуации, когда Вы оказались в поле зрения террористов или при высокой вероятности встречи с ними.

Есть несколько универсальных правил поведения при захвате в заложники.

Постарайтесь соблюдать спокойствие и не показывать своего страха. Не оказывайте террористам сопротивления, не пытайтесь вступать с ними в беседу, не стремитесь разжалобить их или отговорить от выполнения намеченного ими плана.

Выполняйте их требования и не реагируйте на их действия в отношении других заложников.

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

Может наступить такой момент, когда забота о состоянии собственного духа и тела станет казаться Вам бессмысленной. Тем не менее, в такой ситуации очень важно не забывать о личной гигиене, делать, при возможности, физические упражнения.

Не позволяйте себе сосредотачиваться на переживаниях. Способов отвлечься существует немало: попробуйте придумать себе какую-либо игру, вспоминать полузабытые стихотворения, анекдоты и т.п. Для верующих большим подспорьем является молитва.

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

Заложники обычно находятся в условиях резкого ограничения свободы перемещения и отсутствия средств связи. Они не располагают информацией о том, что происходит во внешнем мире, как развиваются события вокруг захвата. Это осложняет принятие решений. Если заложнику разрешили вступить в контакт с родными, следует успокоить близких и попросить приложить максимум усилий для освобождения. Также при разговоре с родственниками надо объяснить, если Вы имеете такую информацию, каковы требования похитителей.

Когда происходит захват заложников следует помнить, что:

- ✓ Только в момент захвата заложников есть реальная возможность скрыться с места происшествия.
- ✓ Настройтесь психологически, что моментально Вас не освободят, но помните, что освободят Вас обязательно.
- ✓ Ни в коем случае нельзя кричать, высказывать свое возмущение.
- ✓ Запомните как можно больше информации о террористах. Целесообразно установить их количество, степень вооруженности, составить максимально полный словесный портрет, обратив внимание на характерные особенности внешности,

телосложения, акцента и тематики разговоров, темперамента, манер поведения и др. Подробная информация поможет правоохранительным органам в установлении личности террористов.

✓ По возможности расположитесь подальше от окон, дверей и самих похитителей, т.е. в местах большей безопасности в случае, если спецподразделения предпримут активные меры (штурм помещения, огонь снайперов на поражение преступников и др.).

✓ Не оказывайте агрессивного сопротивления, не делайте резких и угрожающих движений, не провоцируйте террористов на необдуманные действия. Не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам.

✓ По возможности избегайте прямого зрительного контакта с похитителями.

✓ С самого начала (особенно первые полчаса) выполняйте все приказы и распоряжения похитителей. На совершение любых действий (есть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение.

✓ Займите позицию пассивного сотрудничества. Разговаривайте спокойным голосом! Избегайте выражений презрения, вызывающего враждебного тона и поведения, которые могут вызвать гнев захватчиков. При необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерик и паники.

✓ Ведите себя спокойно, сохраняйте при этом чувство собственного достоинства. Не высказывайте категоричных отказов, но не бойтесь обращаться со спокойными просьбами о том, в чем остро нуждаетесь.

✓ При наличии у Вас проблем со здоровьем, которые в данной ситуации сильного стрессового состояния могут проявиться, заявите об этом в спокойной форме захватившим Вас.

✓ Постепенно, с учетом складывающейся обстановки, можно повышать уровень просьб, связанных с улучшением вашего комфорта.

#### **При длительном нахождении в положении заложника:**

✓ Не допускайте возникновения чувства жалости, смятения и замешательства. Мысленно подготовьте себя к будущим испытаниям. Сохраняйте умственную активность.

✓ Избегайте возникновения чувства отчаяния, используйте для этого внутренние ресурсы самоубеждения.

✓ Думайте и вспоминайте о приятных вещах. Помните, что шансы на освобождение со временем возрастают. Будьте уверены, что делается все возможное для Вашего скорейшего освобождения.

✓ Постоянно находите себе какое-либо занятие (физ. упражнения, чтение, жизненные воспоминания и т. д.). Установите суточный график физической и интеллектуальной деятельности, выполняйте дела в строгом методическом порядке.

✓ Для поддержания сил ешьте все, что дают, даже если пища не нравится и не вызывает аппетита. Отдайте себе отчет в том, что потеря аппетита, и веса являются нормальными явлениями в подобной экстремальной ситуации.

✓ Если Вы получили ранение, главное - постараться остановить кровотечение, перевязав рану. Окажите помощь тому, кто рядом, но в более тяжелом положении.

✓ Не следует брать в руки оружие, чтобы Вас не перепутали с террористами.

✓ Не старайтесь самостоятельно оказать сопротивление террористам.

✓ Если на Вас повесили бомбу, нужно без паники голосом или движением руки дать понять об этом сотрудникам спецслужб.

#### **Поведение на допросе:**

✓ Переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе.

✓ На вопросы отвечайте кратко. Более свободно и пространно разговаривайте на несущественные общие темы, но будьте осторожны, когда затрагиваются важные государственные или личные вопросы.

✓ Внимательно контролируйте свое поведение и ответы. Не допускайте заявлений, которые в настоящее время или в последующем могут повредить Вам или другим людям.

✓ Оставайтесь вежливым, тактичным при любых обстоятельствах. Контролируйте свое настроение.

✓ Не принимайте сторону похитителей, не выражайте активно им свои симпатии и приверженность их идеалам.

✓ В случае принуждения выразить поддержку требованиям террористов (письменно, в звуко- или видеозаписи) укажите, что они исходят от похитителей. Избегайте призывов и заявлений от своего имени.

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

✓ Помните, что получив сообщение о Вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимое для вашего освобождения.

Во время проведения спецслужбами операции по вашему освобождению неукоснительно соблюдайте следующие требования:

✓ Лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь.

✓ Ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять вас за преступника.

✓ Если есть возможность, держитесь подальше от проёмов дверей и окон.

✓ Не возмущайтесь, если при штурме и захвате с Вами могут поначалу (до установления Вашей личности) поступить несколько некорректно, как с вероятным преступником. Вас могут обыскать, заковать в наручники, связать, нанести эмоциональную или физическую травму, подвергнуть допросу. Отнеситесь с пониманием к тому, что в подобных ситуациях такие действия штурмующих (до окончательной идентификации всех лиц и выявления истинных преступников) оправданы.

Фиксируйте в памяти все события, которые сопровождают захват. Эта информация будет очень важна для правоохранительных органов.

Главное - не паникуйте, даже если бандиты перестали себя контролировать.

### **Если в заложниках Ваш родственник**

В случае, если Вы узнали о захвате близкого человека, немедленно звоните в полицию. К освобождению заложников подходят очень серьезно, привлекая профессионалов из МВД и ФСБ с их уникальными техническими средствами. Предварительная подготовка к операции длится от нескольких часов до нескольких дней. Это зависит от той скорости, с какой бандиты выдвигают свои требования, и от родственников заложника - насколько быстро они обратятся в полицию и как поведут себя в дальнейшем.

Дело осложняется, если родственники самостоятельно пытаются откупиться от бандитов или ведут «двойную игру».

Когда шантажисты выдвинут какие-либо требования, прежде всего, убедитесь, что заложник жив и невредим. Увидеться с захваченным Вам вряд ли позволят, но поговорить с ним по телефону необходимо. При этом преступникам надо твердо дать понять, что ни о каких переговорах не может идти речь, пока Вы не переговорите с родственником. Во время разговора необходимо убедиться, что на другом конце провода действительно тот человек, о котором идет речь. Возможно, связь будет некачественной, но Вам нужно получить информацию от того, с кем Вы говорите, которая докажет, что это действительно Ваш близкий. Это также важно, чтобы убедиться, что Вы разговариваете с человеком, а не с магнитофонной записью. Помните, что во время беседы нельзя даже

намеками пытаться получить информацию о том, кто захватил родственника, и где его держат. Это ненужное любопытство может стоить заложнику жизни.

Очень важен психологический аспект Вашего разговора. Вам надо успокоить заложника, пообещав предпринять все возможные меры, чтобы освободить его в кратчайшие сроки. Поинтересуйтесь, как с ним обращаются, все ли в порядке с его здоровьем. Убедите родственника в том, что не стоит предпринимать самостоятельных активных действий, чтобы не обострить ситуацию.

После того, как Вы убедились в том, что говорите действительно со своим близким, внимательно выслушайте требования захватчиков. Независимо от того, какими будут эти требования, постарайтесь попросить о временной отсрочке. Мотивируйте эту просьбу, например, отсутствием в настоящее время финансовых средств, или возможности исполнить платеж. Если переговоры идут при личной встрече, попросите повторить ее, если по телефону - перезвонить. Учтите, что полученная Вами отсрочка будет совсем незначительной. За это время Вам следует срочно решить, что делать: либо выполнить условия шантажистов, либо обращаться в правоохранительные органы.

Если Вы решились обратиться за помощью к специалистам, необходимо делать это сразу, поскольку и разработка плана операции, и согласование ваших действий со спецслужбами, и подготовка группы захвата потребует времени. Лучше всего поставить в известность спецслужбы по телефону, так как преступники могут в это время наблюдать за Вами. Однако для страховки используйте не тот телефон, на который вам звонили шантажисты. Морально приготовьтесь, что при повторном звонке захватчики могут заявить Вам, что уверены в том, что Вы звонили в правоохранительные органы за помощью. Чаще всего преступники всего лишь пытаются взять Вас на испуг и заставить отказаться от освобождения Вашего близкого при помощи спецслужб. В этом случае отвечать "не звонили" надо четко и ясно, чтобы у захватчиков не было и тени сомнения относительно искренности Вашего ответа.

При подключении к операции спецслужб выполняйте их указания, старайтесь минимально проявлять инициативу. Действуйте по разработанной и утвержденной схеме. И пытайтесь выторговать дополнительное время. Оно позволит более качественно подготовиться к освобождению заложника. Если Вы вынуждены встретиться с преступниками, чтобы передать им то, что они требуют, добейтесь гарантий того, что заложнику ничего не будет угрожать. Часто, получив искомое, террористы расправляются с заложником, чтобы тот не выдал их. Лучше всего, чтобы во время передачи обещанного террористам, Вы смогли убедиться, что заложник уже доставлен в безопасное место и ему ничего не угрожает. В крайнем случае, это должен быть взаимообмен. Понятно, что именно похитители владеют инициативой, однако Ваше твердое поведение в данном вопросе только повысит шансы на то, что ситуация разрешится благополучно. Как только Вы передали требуемое шантажистам, постарайтесь как можно скорее скрыться с места встречи и оторваться от преступников.

### **Психология заложника**

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

Во время захвата важно не потерять разум. У некоторых людей, ставших заложниками, может возникнуть неуправляемая реакция протеста против совершаемого насилия. В таком случае человек бросается бежать, даже когда это бессмысленно, кидается на террористов, борется, пытается выхватить у боевиков оружие. Взбунтовавшегося заложника террористы, как правило, убивают, даже если не планировали убийств и рассчитывали только шантажировать власти. После первого убийства ситуация меняется. Вина террористов перед законом возросла - они уже

чувствуют себя обреченными и ожесточаются. В свою очередь заложники, увидев свою вполне вероятную участь, получают сильнейшую психическую травму. Их психику начинает разрушать ужас.

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

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

С первых дней у заложников начинается процесс адаптации - приспособления к абсолютно ненормальным условиям существования. Однако дается это ценой психологических и телесных нарушений. Быстро притупляются острота ощущений и переживаний, таким образом психика защищает себя. То, что возмущало или приводило в отчаяние, воспринимается как обыденность. Главное при этом окончательно не утратить человеческий облик. Как удержаться? Многие эксперты отмечают, что те несчастные люди, с которыми в заложниках оказались их дети, как правило, оказываются избавлены от распада личности и потери человеческого лица. По возможности не замыкайтесь в себе, постарайтесь присмотреться к другим людям, выяснить, не нужна ли кому-то помощь. Даже мелочь - понимающий взгляд, слово поддержки - будет способствовать тому, что между Вами возникнет контакт. Если человек чувствует поддержку, и ему и всем находящимся рядом с ним, становится легче. Это первый шаг к вашему спасению. Обратите внимание на людей, которые впали в ступор: не пытайтесь вывести их из этого состояния - лучше, если будет возможность, накормить их, напоить, помочь устроиться поудобнее.

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

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

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

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

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

Постоянная угроза жизни и осознание своей беспомощности могут привести к развитию и других явлений. Может казаться, что Вы слышите звуки вроде бы начавшегося шторма, голоса отсутствующих людей, видите нечто странное в темноте.

Однако это не признак помешательства, а расстройство, которое пройдет не позже чем через две недели после освобождения.

### **После освобождения**

Как отмечают специалисты, иногда не только люди, побывавшие в заложниках, но и свидетели террористических атак нуждаются в помощи психологов. Чтобы облегчить возвращение к нормальной жизни и первых и вторых, их родственникам и знакомым рекомендуется соблюдать следующие правила:

- ✓ Нельзя делать вид, что ничего не произошло, но не следует и досаждать расспросами.
- ✓ Не следует пытаться быстро переключить внимание пострадавшего на что-то другое. Человек должен отдавать себе отчет в том, что с ним действительно что-то случилось, должен выразить свою реакцию.
- ✓ Даже если человек говорит, что он в полном порядке, это может означать, что неразрешенная психологическая проблема просто уходит вглубь и потом обязательно проявится снова.
- ✓ Не мешайте человеку «выговориться». Не нужно его останавливать, даже если он снова и снова рассказывает свою историю по очереди всем членам семьи и знакомым.
- ✓ Во время рассказа поощряйте выражение чувств. Если рассказчик начинает плакать - не останавливайте его, дайте выплакаться. При этом лучше обнять человека, дать ему физически почувствовать, что рядом с ним близкие люди.
- ✓ Мужчины в таких случаях часто выражают свою реакцию в виде гнева. Не мешайте выплеснуть этот гнев. В таком случае весьма полезно, если человек жестикулирует, топает, или бьет кулаками, например, подушку.
- ✓ Нельзя надолго оставлять пострадавшего одного, позволяя ему замыкаться в себе.

## **БЕЗОПАСНОСТЬ В ТРАНСПОРТЕ**

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

- ✓ Ставьте в известность водителя, сотрудников полиции или дежурных по станции об обнаруженных подозрительных предметах или подозрительных лицах.
- ✓ Стать объектом нападения больше шансов у тех, кто слишком броско одет, носит большое количество украшений или одежду военного покроя и камуфляжных расцветок.
- ✓ Чтобы не сделать себя мишенью террористов-фанатиков, избегайте ведения политических дискуссий, демонстративного чтения религиозных или порнографических изданий.
- ✓ В случае захвата транспортного средства старайтесь не привлекать к себе особого внимания террористов.
- ✓ В случае штурма безопаснее всего лежать на полу, а если это невозможно, необходимо держаться подальше от окон.
- ✓ Любого, кто держит в руках оружие, антитеррористическая группа воспринимает как террориста. Не прикасайтесь к оружию, или другому имуществу террористов.
- ✓ По возможности постарайтесь не двигаться до полного завершения операции.

### **В самолете**

Несмотря на относительно высокую защищенность авиационного транспорта, нередко воздушные суда оказываются захваченными террористами. Есть несколько общих правил, выполнение которых повысит безопасность Вашего путешествия:

- ✓ Выбирая авиакомпанию, отдавайте предпочтение той, которая наилучшим образом обеспечивает безопасность пассажиров.

✓ Покидайте самолет при промежуточных посадках. Во время такой стоянки, как показывает опыт, террористы могут попытаться прорваться на борт. Путешествовать лучше прямыми рейсами, без промежуточных посадок.

✓ Старайтесь не привлекать к себе особого внимания: не читайте религиозных, политических или эротических изданий, не обсуждайте соответствующие темы. Выбирайте неброскую одежду, непохожую цветом и кроем на военную, оставляйте на себе минимум украшений, избегайте употребления алкоголя.

✓ Если самолет уже захвачен, помните, что любая пауза или затяжка времени играет в пользу заложников.

✓ Не пытайтесь оказать сопротивление - в самолете может оказаться сообщник террористов, который может привести в действие взрывное устройство.

✓ Выполняйте указания террористов, отдайте им вещи, которые они требуют.

✓ Не смотрите им в глаза, не реагируйте на их поведение, даже если оно кажется вам чрезмерно вызывающим. Старайтесь не привлекать к себе их внимание, особенно тех, которые кажутся наиболее опасными.

✓ Не реагируйте на провокационное и вызывающее поведение.

✓ Если у Вас есть документы, представляющие интерес для террористов, спрячьте их.

✓ Не делайте резких движений, не повышайте голос. Если собираетесь передвинуться или достать что-либо из своей сумки или портфеля спрашивайте разрешения.

✓ Если начинается стрельба, ни в коем случае никуда не бегите, лягте на пол, укройтесь за сиденьем.

Штурм, как правило, происходит очень быстро. При этом важно не шевелиться, лечь на пол, и выполнять требования группы захвата. Не следует бросаться навстречу к спецназовцам - тех, кто в такой момент остается стоять или держит в руках предметы, похожие на оружие, спецназ воспринимает как террористов.

Покидать самолет можно только после соответствующего приказа, при этом не следует терять время на поиск одежды или личных вещей - террористы могут оставить после себя взрывное устройство.

### **В поезде**

Если Вас ожидает поездка в поезде, общие принципы обеспечения безопасности те же, что и в метро, однако есть и ряд специфических особенностей:

✓ Старайтесь приобрести билеты в вагоны, находящиеся в середине состава.

✓ При условии, что места в поезде сидячие, предпочтительны те, которые расположены против движения поезда.

✓ Если попутчики вызывают у вас недоверие, старайтесь не засыпать.

✓ Не выключайте свет в купе, дверь держите закрытой.

Общие правила, которые помогут вам минимизировать опасность, следующие:

✓ Если есть возможность, лучше занимать места в вагонах в середине состава, так как они в случае аварий страдают меньше остальных.

✓ Если ты оказался на рельсах в метро, но поезда поблизости нет позови на помощь, попроси, чтобы сообщили о происшествии персоналу станции, и одновременно с этим следуй в сторону, противоположную той, откуда будет выезжать поезд. Относительно безопасное место — черно-белая полосатая перекладина между рельсами (может быть, просто «зебра», нарисованная краской на полу и стене). Именно возле нее останавливается первый вагон состава.

✓ Если ты оказался на рельсах в метро и поезд в непосредственной близости быстро падай в канал между рельсами, по возможности ногами к поезду и на живот, ноги плотно прижать другу к другу и к земле, голову поджать и прижать к земле, руки прижать вдоль тела. **НО!** Если у тебя одежда с низким подолом, есть смысл лечь головой к поезду, чтобы потоком воздуха одежду не подняло вверх. *Однако главное* — это успеть лечь и прижаться. В таком положении поезд проедет не задев. Не пугайся шума, теплого воздуха

и даже искр над тобой — при торможении поезда все это возможно. Как только ляжешь — закрой глаза, глубоко вдохни и, мысленно сосредоточившись на положении собственного тела (а не на приближающемся поезде) не дыши максимально долго. После этого сделай повторный вдох-выдох-вдох и снова не дыши. Такая процедура поможет успокоиться. Даже если поезд остановится над тобой — не двигайся! Лежи и жди помощи. Можно позвать на помощь, однако положение не меняй!

✓ Если Вы увидели, как кто-то упал в метро на рельсы не пытайтесь его вытащить со стороны контактного рельса! Все действия по спасению предпринимать ТОЛЬКО за вышеописанной полосатой перекладиной!

✓ Если Вы обнаружили оставленные кем-то вещи, не трогайте их, а поставьте об этом в известность сотрудников полиции или метрополитена. В любом случае, от подозрительных вещей лучше находиться на максимально далеком расстоянии. Кроме этого, следует помнить, что в вагоне метро лучше стоять, чем сидеть, так как взрывные устройства могут быть спрятаны под сиденьями.

Если в результате террористического акта произошел взрыв, и поезд остановился в тоннеле, необходимо пользоваться следующими правилами:

✓ Откройте дверь вагона, но ни в коем случае не пытайтесь сразу покинуть его. Это можно делать только после того, как будет отключен контактный рельс. О том, что напряжение отключено, и в каком направлении двигаться, должен сообщить машинист.

✓ Избегайте прикосновений к металлическим частям вагона. Если тоннель заполнен дымом, закройте рот и нос тканью и постарайтесь лечь на пол вагона. Это поможет Вам не задохнуться.

✓ Если обстоятельства позволяют, дождитесь спасателей.

### **В автобусах**

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

✓ Внимательно осмотрев салон убедитесь в отсутствии подозрительных предметов и личностей, а также запомните, где находятся экстренные выходы, огнетушитель.

✓ Штурм общественного наземного транспортного средства происходит намного быстрее, чем штурм самолета.

✓ Если Вы чувствуете, что штурм неизбежен, старайтесь держаться подальше от окон, чтобы не мешать снайперам стрелять по террористам.

### **Если стреляют**

На улицах наших городов к сожалению участились инциденты с применением огнестрельного оружия. Стрельба не обязательно может быть связана с терроризмом: это могут быть криминальные, бытовые или хулиганские действия.

Заслышав выстрелы на улице, мы спешим к окну посмотреть, что там делается, забывая о том, что можем сами оказаться жертвой шальной пули или снайпера. Поэтому, если Вы услышали стрельбу:

✓ Не стойте у окна, не подпускайте к нему других людей, даже если оно закрыто шторами.

✓ Не поднимайтесь выше уровня подоконника, даже если Вы выносите ребенка.

✓ Не разрешайте людям входить в комнату, со стороны которой слышны выстрелы.

✓ Если Вам попались незнакомые люди, а потом Вы наткнулись на раненого, окажите помощь пострадавшему, позвоните в полицию и «скорую помощь».



✓ Если Вы, находясь дома, услышали выстрелы на улице или в подъезде, вызовите полицию и не подходите ни к окну, ни к дверям. Даже если будут звонить и говорить, что это полиция, Вы должны крикнуть, что открыть дверь не можете.

✓ Если стрельба застала Вас на улице, ложитесь на землю и постарайтесь отползти за укрытие (угол дома, клумба, остановка), если ничего такого поблизости нет, закройте голову руками и лежите смирно. Когда все утихнет, Вы сможете подняться и, изменив маршрут, добраться до места назначения.

### **При поездке за границу**

При подготовке поездки особое внимание надо уделить истории, религиозным обрядам и географии Вашего пункта назначения. В записную книжку выпишите телефоны консульства, посольства и местный телефон спасения. Также поинтересуйтесь, не планируются ли на время вашей поездки какие-либо массовые торжества, или напротив, траурные церемонии в стране, куда вы направляетесь, не ожидаются ли в связи с этим теракты. Также следите за сообщениями Министерства иностранных дел, которое предупреждает граждан о тех странах, посещение которых не является полностью безопасным.

В аэропортах и на вокзалах соблюдайте следующие меры предосторожности:

✓ Занимайте место в зале ожидания спиной к стене. Так Вы сможете видеть все, что происходит вокруг.

✓ Не занимайте мест у окон.

✓ Стойте или сидите около колонн, стоек или других препятствий, которые могут служить укрытием в случае опасности.

✓ Осматривайтесь по сторонам, фиксируйте возможные места, где можно спрятаться.

✓ Закройте багаж на замок, чтобы никто не смог подложить Вам наркотики или взрывное устройство.

✓ Если незнакомец попросит Вас пронести какой-либо предмет на борт самолета, откажитесь и немедленно сообщите об этом службе безопасности.

✓ Никогда не стойте у багажа, оставленного без присмотра. В нем может оказаться взрывное устройство. Не стойте около урн, телефонных будок и других предметов, в которых может быть заложено взрывное устройство.

✓ Если у Вас появились любые подозрения, сообщите о них сотрудникам службы безопасности аэропорта, не стеснясь.

✓ Не будьте любопытны. Если началась суматоха или активизация сотрудников спецслужб, идите в другую сторону.

## **ДЕЙСТВИЯ ПРИ УГРОЗЕ ВЗРЫВА И ПОСЛЕ НЕГО**

### **Если обнаружено взрывное устройство**

При обнаружении подозрительных предметов, следует соблюдать следующие меры безопасности:

✓ Не курить.

✓ Не пользоваться электрозажигалками и другими источниками огня или искровоспроизводящими предметами.

✓ Не трогать подозрительный предмет руками и не касаться его с помощью других предметов.

✓ Не трясать, не бросать, не сгибать, не открывать подозрительный предмет.

✓ Место обнаружения подозрительного предмета немедленно покинуть, обеспечив охрану.

✓ Оповестить окружение (сотрудников, членов семьи, других людей).

✓ Незамедлительно сообщить о случившемся в правоохранительные органы.

✓ Помните то, что внешний вид подозрительного предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.д.

✓ Не подходить к взрывным устройствам и подозрительным предметам ближе расстояния.

### **Безопасное расстояние**

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

| Взрывчатка или подозрительные предметы | Расстояние, не менее, м |
|--|-------------------------|
| Граната РГД-5                          | 50                      |
| Граната Ф-1                            | 200                     |
| Тротиловая шашка массой 200 гр         | 45                      |
| Тротиловая шашка массой 400 гр         | 55                      |
| Пивная банка 0,33                      | 60                      |
| Чемодан (кейс)                         | 230                     |
| Дорожный чемодан                       | 350                     |
| Автомобиль типа "Жигули"               | 460                     |
| Автомобиль типа "Волга"                | 580                     |
| Микроавтобус, фургон                   | 920 - 1240              |

Если взрыв все же произошел, необходимо:

- ✓ Упасть на пол, закрыв голову руками и поджав под себя ноги.
- ✓ Как можно скорее покинуть это здание и помещение.
- ✓ Ни в коем случае не пользоваться лифтом.

### **Как вести себя при завале**

Если человек оказывается под обломками, то и здесь главное для него - обуздать страх, не пасть духом. Надо верить, что помощь придет обязательно, и в ожидании помощи постараться привлечь внимание спасателей стуком, криком. Но силы расходовать экономно.

Действия:

- ✓ Убедитесь в том, что Вы не получили серьезных травм.
- ✓ Успокойтесь и прежде чем предпринимать какие-либо действия, внимательно осмотритесь.
- ✓ Постарайтесь по возможности оказать первую помощь другим пострадавшим. Помните о возможности новых взрывов, обвалов и разрушений и, не мешкая, спокойно покиньте опасное место, при возможности.
- ✓ Выполняйте все распоряжения спасателей после их прибытия на место происшествия.
- ✓ Не старайтесь самостоятельно выбраться.
- ✓ Постарайтесь укрепить "потолок" находящимися рядом обломками мебели и здания.
- ✓ Отодвиньте от себя острые предметы.
- ✓ Если у вас есть мобильный телефон - позвоните спасателям по телефону "101".
- ✓ Закройте нос и рот носовым платком и одеждой, по возможности смоченными.
- ✓ Стучите с целью привлечения внимания спасателей, лучше по трубам.
- ✓ Кричите только тогда, когда услышали голоса спасателей - иначе есть риск задохнуться от пыли.
- ✓ Ни в коем случае не разжигайте огонь.
- ✓ Если у Вас есть вода, пейте как можно больше.

## **ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ**

### **Если Вам угрожают**

Может сложиться ситуация, когда Вам поступает сообщение, содержащее информацию о заложенных взрывных устройствах, о захвате людей в заложники, вымогательстве и шантаже. Как правило, фактор внезапности, возникающее паническое, а порой и шоковое состояние, да и сама полученная информация приводят к тому, что человек оказывается не в состоянии правильно отреагировать на сообщение, оценить реальность угрозы и получить максимум сведений из него.

### **Угроза по телефону**

Звонки с угрозами могут поступить лично Вам и содержать, например, требования выплатить значительную сумму денег. Если на Ваш телефон уже ранее поступали подобные звонки, или у вас есть основания считать, что они могут поступить, в обязательном порядке установите на телефон автоматический определитель номера (АОН) и звукозаписывающее устройство. При наличии АОН сразу запишите определившийся номер телефона в тетрадь, что позволит избежать его случайной утраты. При наличии звукозаписывающей аппаратуры сразу же извлеките кассету (минидиск) с записью разговора и примите меры к ее сохранности. Обязательно установите на ее место другую кассету. Помните, что без номера звонившего и фонограммы разговора у правоохранительных органов будет крайне мало материала для работы, а также уменьшится доказательная база для использования в суде.

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

- ✓ Постарайтесь дословно запомнить разговор и зафиксировать его на бумаге.
- ✓ По ходу разговора отметьте пол и возраст звонившего, особенности речи, голос (громкий или тихий, низкий или высокий), темп речи (быстрый или медленный), произношение (отчетливое, искаженное, с заиканием, шепелявое, с акцентом или диалектом), манера речи (развязная, с издевкой или с нецензурными выражениями).
- ✓ Обязательно отметьте звуковой фон (шум автомашин или железнодорожного транспорта, звук теле- или радиоаппаратуры, голоса).
- ✓ Отметьте характер звонка — городской или междугородный.
- ✓ Обязательно зафиксируйте точное время начала разговора и его продолжительность.

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

- ✓ Куда, кому, по какому телефону звонит этот человек?
- ✓ Какие конкретные требования он выдвигает?
- ✓ Выдвигает ли требования он лично, или выступает в роли посредника, или представляет какую-то группу лиц?
- ✓ На каких условиях он согласен отказаться от задуманного?
- ✓ Как и когда с ним можно связаться?
- ✓ Кому Вы можете или должны сообщить об этом звонке?

Постарайтесь добиться от звонящего максимально возможного промежутка времени для принятия Вами решений по "удовлетворению его требований" или совершения каких-либо иных действий. Не бойтесь запугиваний преступников, по окончании разговора немедленно сообщите о нем в правоохранительные органы.

Если есть опасения, что Ваш телефон прослушивают преступники — перезвоните с другого номера. Практика показывает, что сокрытие факта подобных угроз значительно осложняет положение и способствует безнаказанному совершению преступления.

Кроме угроз, выдвигаемых по телефону лично Вам, преступники могут использовать Ваш номер телефона для сообщения информации, которую Вы должны будете передать в правоохранительные органы. Например, на Ваш телефон поступает звонок, в котором неизвестный сообщает, что Ваш дом заминирован. При ведении разговора такого рода старайтесь следовать изложенным выше рекомендациям и получить максимально возможную информацию. По его окончании немедленно сообщите эту информацию в правоохранительные органы.

### **Угроза в письме**

Угрозы в письменной форме могут поступить к Вам как по почте, так и в различного рода анонимных материалах (записках, надписях, информации на дисках и т.д.). В этом случае:

- ✓ После получения такого документа обращайтесь с ним максимально осторожно.
- ✓ Постарайтесь не оставлять на нем отпечатков своих пальцев.
- ✓ Не мните документ, не делайте на нем пометок.
- ✓ По возможности уберите его в чистый плотно закрываемый полиэтиленовый пакет и поместите в отдельную жесткую папку.
- ✓ Если документ поступил в конверте, его вскрытие производите только с левой или правой стороны, аккуратно отрезая кромки ножницами.
- ✓ Сохраняйте все: сам документ с текстом, любые вложения, конверт и упаковку, — ничего не выбрасывайте.
- ✓ Не расширяйте круг лиц, знакомых с содержанием документа.
- ✓ Все это поможет правоохранительным органам при проведении последующих криминалистических исследований. Прием от граждан анонимных материалов, содержащих различного рода угрозы и требования, оформляется их письменным заявлением или протоколом принятия устного заявления о получении или обнаружении таких материалов.

## **ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Самым лучшим способом обучения детей всегда был собственный пример. Если Вы внимательны к собственной безопасности, то и ребенок будет повторять те же действия. Прежде чем открыть дверь, нужно узнать, кто за ней находится, ведь ребенок никогда не выполнит это требование, если Вы сами не будете четко это выполнять. Если хотите научить ребенка правилам безопасности, прежде всего, сами выполняйте их.

### **Правила безопасности в квартире**

- ✓ Надо написать на видном месте телефон, по которому он может быстро связаться с Вами или службами срочной помощи (ваша работа, мобильный, полиция, скорая помощь, пожарная охрана, соседи).
- ✓ Выучите с ребенком его имя, фамилию, имя родителей, домашний адрес и телефон.
- ✓ Уберите все предметы, которыми он может пораниться.
- ✓ Проверьте, не оставили ли Вы включенными воду, газ, электронагревательные приборы.
- ✓ Не оставляйте на видных местах лекарства.
- ✓ Уходя в вечернее время, не забудьте включить свет в комнатах, это отпугнет злоумышленников, а Вашему ребенку не будет страшно находиться дома одному.
- ✓ Если квартира находится на первом этаже, то лучше зашторить окна, а если кто-то стучится в окно, то надо научить ребенка, не подходя к нему, громко кричать: «Папа! Иди сюда».
- ✓ При возвращении домой предупредите ребенка об этом по телефону или домофону. Ребенок должен открывать дверь только после того, как Вы назовете себя.

✓ Уходя из дома, убирайте все колющие, режущие предметы и спички. Хранить оружие и боеприпасы, если он находятся в доме на легальных основаниях, нужно в недоступном для детей месте, в сейфе, код к которому должны знать только взрослые.

✓ Научите ребенка правильно обращаться с электроприборами.

✓ Объясните детям, что никто и никогда не может прийти в дом от Вашего имени с просьбой приютить на ночлег, отдать какую-то вещь или сумку.

✓ Постоянно следует повторять правила поведения. Устраивайте маленькие экзамены, разбирайте ошибки его поведения

Постарайтесь доходчиво объяснить ребенку, что, находясь дома за закрытой дверью, он может чувствовать себя в относительной безопасности, но как только он ее откроет, грань между ним и преступником стирается, и он может стать легкой добычей. Детям надо разъяснять, что нельзя открывать дверь, если кто-то стоит на лестничной площадке, нельзя оставлять дверь открытой, покидая квартиру, даже рассчитывая быстро вернуться, не желательно выбрасывать мусор или забирать почту, когда за спиной ребенка кто-то находится, нельзя входить в лифт с незнакомыми людьми. Перед тем, как выйти из дома, ребенку необходимо посмотреть в глазок и убедиться, что за дверью нет посторонних. Если ребенок вышел из двери и увидел посторонних, лучше, чтобы он немедленно вернулся в квартиру. Если незнакомец нападает, надо кричать "Пожар" или "Горим", и использовать все предметы, имеющиеся под рукой.

Научите ребенка правильно общаться по телефону. Нередко телефон из средства защиты превращается в "отмычку" для преступников. Ребенку нельзя называть своего имени при телефонном разговоре с посторонними. Ребенок не должен никогда говорить, что находится дома один. Также он не должен называть адрес квартиры. Надо научить ребенка, что если его пытаются втянуть в неприличный разговор, он должен положить трубку и сообщить об этом родителям. Также нелишним будет приобрести телефон с автоматическим определителем номера.

### **Безопасность ребенка вне дома**

Преступники часто используют доверчивость детей. Ребенку необходимо объяснить, что не все люди безопасны в общении.

✓ Ребенок никогда не должен уходить из школы или детского сада с незнакомыми людьми, даже если они сослались на Вас.

✓ Если Вы не сможете прийти за ним в школу или детский сад, предупредите, об этом ребенка.

✓ Не забудьте предупредить воспитателя о том, кто придет за ребенком.

✓ Попросите воспитателя связаться с Вами, если за ребенком пришли посторонние люди и о которых Вы его не предупреждали.

✓ Если Вашего ребенка пытаются увести насильно, он должен привлечь к себе внимание людей любыми способами.

✓ Если ребенка доставили в полицию, он должен сообщить свой адрес, телефон родителей и свое имя.

Собирая ребенка гулять, не надевайте на него дорогих украшений, которые могут стать причиной нападения. Если Вы все же отпустили ребенка гулять одного, присматривайте за ним из окна. Заметив, что к ребенку подошел незнакомый человек, позвоните ему домой или тут же спуститесь к нему сами. Оставляя ребенка на улице, договоритесь с кем-то из соседей, гуляющих с детьми, присмотреть за ним. Используйте места для игр, удаленные от шоссе, или специально оборудованные площадки. Отпуская ребенка одного, предупредите его о наиболее опасных местах, в частности, о том, что нельзя заходить в подвал, на чердак, прятаться под машинами. Обязательно расскажите ребенку о правилах безопасности, если он любит кататься на велосипеде или роликовых коньках. Также предостерегите своих детей относительно общения с домашними животными. Пусть они запомнят - играть с чужими животными нельзя.

Если ребенок ушел из дома без родителей, он должен оставить записку, куда и с кем идет и когда вернется, а также оставить номер телефона для связи с ним. Надо приучить ребенка к тому, что, если он задерживается, то должен позвонить родителям и предупредить об этом. Если ребенок вдруг исчез со двора, постарайтесь узнать у тех с кем он был вместе, куда и с кем он пошел. Поговорите с соседями и знакомыми, возможно, его видели в другом месте. Сообщите о случившемся в дежурную часть отдела полиции по месту жительства и участковому инспектору.

В случае, когда Вы намерены пойти на массовое мероприятие, на гуляния, на рынок или в супермаркет, нужно подготовиться к чрезвычайным ситуациям. Для этого надо пришить к одежде ребенка метку или вышить ниткой имя, фамилию ребенка, телефон для связи и медикаментозные противопоказания. Оденьте ребенка в яркую одежду, которую Вам будет легче заметить. Возьмите с собой фотографию ребенка. Покажите ребенку приметное место, где Вы с ним можете встретиться, если потеряете друг друга. Не разрешайте ребенку держать вас за юбку, рукав или ручку сумки, держите его за руку сами.

Если ребенок потерялся, оглянитесь по сторонам, громко окликните его по имени и фамилии, и если его не заметили, продвигайтесь к месту встречи, попутно показывая фотографии ребенка окружающим вас людям. Если Вы заметили ребенка, не зовите его, а постарайтесь не терять его из виду и идите к нему. После того как Вы нашли друг друга, не стоит ругать его за неправильное поведение. Внушите ребенку, что он не должен реагировать даже на самые интересные и заманчивые предложения незнакомцев, не должен принимать от незнакомых людей угощения, игрушки, сумки.

### **Ребенок и посторонние лица**

Чтобы уберечь ребенка от столкновения с маньяками и насильниками, обучите детей тому что общение с незнакомыми людьми должно ограничиваться только приветствиями. Нельзя поддаваться на уговоры незнакомцев, даже если они знают или зовут ребенка по имени. Нельзя садиться в машину к незнакомцам. Не всех старших надо слушаться. Если ребенок увидел преследующего его незнакомца, то при отсутствии рядом близких пусть, не стесняясь, подходит к прохожим, внушающим доверие, и просит защиты и помощи.

Если Вы обнаружили, что Ваш ребенок боится выходить из дома или пропускает занятия в школе, постарайтесь в доверительной беседе выяснить у него, не связано ли такое поведение с угрозами в его адрес. Объясните ему, что негативных последствий можно избежать, если не держать тайн от родителей. При этом о каждом случае вымогательства обязательно сообщите полиции. Внушите ребенку мысль, что чтобы ни случилось, он сразу же должен рассказать обо всем родителям или взрослым, которым доверяет.

Обучая ребенка правилам безопасного поведения, ни в коем случае не пытайтесь его запугать. Ваша задача - научить ребенка быть осторожным, но не превратить его в паникера и труса. Научите детей защищаться. Ради личной безопасности ребенок может нарушать все правила и запреты. Он не должен задумываться о последствиях применения приемов самообороны. Объясните, что если ребенок нанесет нападающему повреждения, его только похвалят за это. Объясните также, куда ребенку надо бежать в случае опасности, к кому и как обращаться за помощью.

Если Вы решили воспользоваться услугами фирмы, готовой предоставить вашему ребенку няню, не ограничивайтесь поверхностным знакомством с фирмой. Поговорите с другими родителями. Обратитесь за необходимой для Вас информацией в полицию. При выборе частной няни, старайтесь выбирать ее не по возрасту, а по опыту работы с детьми. Остановив свой выбор на определенном человеке, постарайтесь навести о нем справки. Если Вы решили оставлять ребенка дома у няни, узнайте как можно больше о членах семьи и людях, которые бывают в их доме. Приходящую няню необходимо ознакомить с требованиями безопасности применяемыми Вами, с особенностями действий замков

входных дверей, с правилами пользования различными приборами. Попросите няню не приглашать к Вам в дом посторонних людей, даже если они представляются Вашими знакомыми. Если Вы разuverились в надежности няни, поспешите как можно быстрее дать ей расчет, даже если заплатили ей вперед. Никакие деньги не смогут заменить Вам безопасность вашего ребенка.

Учитывая специфику детской психологии, родителям также следует предпринимать меры предосторожности, чтобы ребенок не смог ненароком навредить и себе и Вам. Если у Вас имеются дома крупные сбережения, желательно, чтобы о них не знали дети, так как они могут похвастаться об этом, что может привести к краже.

### **Действия при прямой угрозе семье**

Если Вы оказались в затруднительном финансовом положении или возникли какие-либо неразрешимые проблемы, если Вам угрожают и приходится скрываться, не берите ребенка с собой. Оставьте его в детском доме под другой фамилией или спрячьте у надежных людей, так как он является вашим уязвимым местом.

Каждый из нас сталкивается с ситуацией, когда в дверной глазок Вы видите незнакомых людей. Взрослым тоже надо помнить, что дверь в таком случае открывать нельзя. В случае, если преступники все же вошли в дом, необходимо либо оказать решительное сопротивление, используя средства самообороны, либо подчиниться их требованиям. Старайтесь вести себя как можно спокойнее, не устраивайте истерик, четко выполняйте все указания непрошенных гостей. Лучше всего собраться всей семьей в одной комнате, а детей взять на руки и успокоить их. Не делайте резких движений, помните, что любое неосторожное движение может стоить жизни Вам или ребенку. Несмотря ни на что, не угрожайте нападающим. Вы можете спровоцировать их, поэтому сидите молча. Постарайтесь запомнить лица преступников. При возможности, незаметно постарайтесь позвонить в полицию.

В случае, если Ваш ребенок похищен и Вас шантажируют, прежде всего убедитесь, что ребенок жив и невредим. Добейтесь разговора с ним, и убедитесь, что говорите не с магнитофонной записью. Постарайтесь успокоить ребенка, пообещайте, что сделаете все, чтобы скорее его освободить. Внимательно выслушайте шантажиста, оцените степень угрозы, и каковы требования шантажистов. Попытайтесь попросить отсрочки и договоритесь о повторной встрече или повторном звонке. Сразу обращайтесь к спецслужбам. Строго и четко, без всякой самодеятельности и личной инициативы выполняйте требования профессионалов.