*Учебные материалы для проведения занятий размещены на официальном сайте администрации городского округа город Воронеж* [*http://www.voronezh-city.ru/*](http://www.voronezh-city.ru/)

 *раздел «Управление по делам ГО ЧС сообщает»*

**Тема № 5.**

Терроризм. Действия работников организации при угрозе или совершении террористического акта, а также при обнаружении подозрительных предметов на территории организации.

Способы преодоления паники и панических настроений в условиях ЧС или военного конфликта.

**Вид занятия:** Лекция.

**Вопросы:**

* **Терроризм. Действия работников организации при угрозе или совершении террористического акта, а также при обнаружении подозрительных предметов на территории организации.**

1. Виды террористических и диверсионных актов, их общие и отличительные черты, способы осуществления. Мероприятия по борьбе с терроризмом.

2. Опасность терроризма в современных условиях. Система по предупреждению террористических акций на территории РФ.

3. Мероприятия по предупреждению террористических акций, проводимые в организации и участие работников в их проведении.

4. Порядок действий работников при обнаружении подозрительных предметов на территории организации.

* **Способы преодоления паники и панических настроений в условиях ЧС или военного конфликта.**

1. Основы оказания экстренной психологической помощи пострадавшим в ходе военных конфликтов.

2. Способы преодоления паники и панических настроений в условиях ЧС.

* **Видео-лекция:**

«Противодействие терроризму» \*на сайте от 29.05.2020.

* **Фильмы:**

«Действия при обнаружении предметов, похожих на взрывное устройство» *на сайте от 13.04.2020,*  «Предотвратить теракт» *на сайте от 19.11.2020*.

* **Терроризм. Действия работников организации при угрозе или совершении террористического акта, а также при обнаружении подозрительных предметов на территории организации.**

**1. Виды террористических и диверсионных актов, их общие и отличительные черты, способы осуществления. Мероприятия по борьбе с терроризмом.**

Понятие «терроризм» произошло от латинского слова «terror» – страх, ужас.

В настоящее время мы используем определение терроризму, данное в Федеральном законе от 06.03.2006 № 35 «О противодействии терроризму» (в редакции от 29.03.2019),

 «***Терроризм – идеология насилия и практика воздействия на принятие решения органами государственной власти, органами местного самоуправления или международными организациями, связанные с устрашением населения и (или) иными формами противоправных насильственных действий».***

В этом же Федеральном законе даётся определение террористическому акту,

***«Террористический акт - совершение взрыва, поджога или иных действий, устрашающих население и создающих опасность гибели человека, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных тяжких последствий, в целях дестабилизации деятельности органов власти или международных организаций либо воздействия на принятие ими решений, а также угроза совершения указанных действий в тех же целях»***

В зависимости от преступной **мотивации** направленность терроризма может быть:

* **Националистической** — преследует сепаратистские или национально-освободительные цели;
* **Религиозной** — может быть связана с борьбой приверженцев религии между собой (индуисты и мусульмане, мусульмане и христиане) и внутри одной веры (сунниты - шииты) и преследует цель подорвать светскую власть и утвердить власть религиозную;
* **Политической (Идеологически заданный, социальный)** — то есть преследующей цели коренного или частичного изменения экономической или политической системы страны, привлечения внимания общества к какой-либо острой проблеме. Иногда это вид терроризма называют революционным. Примером идеологически заданного терроризма служат анархистский, эсеровский, фашистский, европейский «левый» терроризм и др;
* **Криминальной** терроризм осуществляется уголовными элементами или криминальными группами с целью добиться определённых уступок от властей, запугать власть и население страны с помощью методов насилия и устрашения, заимствованных из практики террористических организаций;
* **Психологический терроризм** заключается в угрозе применения ядерного, химического или бактериологического оружия, радиоактивных и высокотоксичных химических, биологических веществ, а также угрозе захвата ядерных и иных промышленных объектов, представляющих повышенную опасность для жизни и здоровья людей. Как правило, психологический терроризм ставит перед собой политические цели.
* **Кибертерроризм (виртуальный)** - действие по дезорганизации автоматизированных информационных систем, систем связи создающих опасность гибели людей, причинения значительного материального ущерба или наступления иных общественно опасных последствий.
* **Бытовой** терроризм — преследует цель дестабилизации семьи, захвата, перераспределения между семьями. Этот вид терроризма ещё называют семейным. Примером бытового терроризма служат систематические воздействия одного члена семьи на другого с помощью скандалов, упреков и симуляция болезненного состояния. Как правило, бытовой терроризм возникает в семьях путем психологической обработки младших членов семьи старшими.

**Цели терроризма**

*1. В зависимости от субъекта терроризма и направленности его деятельности:*

**1) внутриполитические:**

* изменение политического режима и общественного устройства страны;
* подрыв демократических преобразований или их затруднение;
* подрыв авторитета власти и веры населения в ее способность защитить его законные права и интересы;
* дестабилизация внутриполитической обстановки;
* затруднение и дезорганизация деятельности органов власти и управления или соперничающих политических партий и организаций;
* провоцирование государственной власти на совершение действий, которые могут скомпрометировать ее в глазах населения или поднять авторитет террористов;
* срыв определенных мероприятий органов власти и управления (по консолидации внутриполитических сил, обеспечению безопасности и порядка в районах распространения кризисных и конфликтных ситуаций и т. п.).

**2) внешнеполитические:**

* ослабление международных связей или ухудшение отношений страны с иностранными государствами;
* срыв международных акций по разрешению международных или внутриполитических конфликтов;
* создание неблагоприятных условий для деятельности граждан и учреждений страны за границей; выражение осуждения или протеста против тех или иных акций страны на международной арене или внутри страны;
* компрометация страны как источника международного терроризма в глазах мирового сообщества и т. д.

***Современный терроризм характеризуется наличием ряда***

 ***опасных тенденций:***

- увеличением общественной опасности терроризма (в том числе угрозы применения средств массового поражения), увеличением жертв среди населения, осуществлением террористических акций бандитскими и иными вооруженными преступными формированиями с широким применением методов информационно-психологического воздействия, в том числе для создания атмосферы всеобщего страха, возбуждения антиправительственных настроений в обществе в целях борьбы за влияние и власть;

- возрастанием активности использования террористических организаций рядом зарубежных государств, в собственных стратегических целях (при оказании этим организациям значительного материального, технического, финансового, информационного и иного содействия), направленных на снижение международного авторитета той или иной страны (в частности Российской Федерации), на ее ослабление, подрыв конституционного строя, суверенитета, нарушение территориальной целостности;

- расширением географии терроризма в мире (в том числе в России), формированием ряда устойчивых его очагов на основе многочисленных зон острой социально-политической напряженности в разных регионах (Ближний и Средний Восток, Северная Африка, Балканы, Кавказ и др.) с использованием экстремистскими кругами практики искусственного создания конфликтных и кризисных ситуаций;

- усилением взаимодействия внутренних и внешних экстремистских сил (главным образом на базе этнонационального и религиозного экстремизма), проявляющегося, прежде всего в активном участии в террористических акциях наемников-боевиков из ряда зарубежных государств (Афганистана, Турции, Иордании, Пакистана, стран Балтии и др.);

- повышением уровня организованности террористической деятельности, сопровождающегося формированием глобальных и региональных террористических руководящих центров, осуществляющих подготовку операций и организацию взаимодействия между отдельными террористическими структурами, группами террористов.

 Таким образом, основными чертами современного терроризма являются:

* изменение мотивации: если ранее террористические акты совершались против политических и классовых врагов, то в настоящее время террор стал средством разрешения национальных и религиозных противоречий;
* жертвами террора становятся мирные люди;
* возникновение новых видов терроризма;
* изменение динамики террористических актов и увеличения количества жертв террора;
* терроризм становится анонимным;
* на первое место вышел международный терроризм;
* использование новых средств, для запугивания людей и целых государств.

**Виды террористических актов**

Современный терроризм отличается разнообразием террористических приёмов и методов. Вот его основные виды:

1. Взрывы.
2. Похищения.
3. Убийства.
4. Взятие в заложники.
5. Ранения, избиения, издевательства.
6. Ограбления банков, ювелирных магазинов, частных лиц и т.д.
7. Захват воздушных судов, других транспортных средств.
8. Захват государственных учреждений, банков и т.п.
9. Другие формы нападений на государственные, промышленные, транспортные, общественные и другие объекты.
10. Отравления, заражения.
11. Угрозы.

***Взрывы*** могут быть направлены против государственных, промышленных, транспортных и военных объектов, партийных комитетов, редакций газет и журналов и т.п., определенных групп или отдельных лиц, но могут быть и безадресными, рассчитанными на психологический эффект, создание атмосферы страха (взрывы в публичных местах – подъездах, вокзалах, ресторанах, барах, во время празднеств и т.п.).

***Похищения****.* Цель похищений – запугивание, политический шантаж, стремление добиться выполнения определенных политических условий, часто освобождения из тюрем сообщников, либо крупный выкуп, являющийся одной из форм «самофинансирования». Иногда целью может быть просто сенсация, стремление привлечь к себе внимание.

***Убийства*** – «ключевой» метод и основной элемент деятельности террористов (организаторов террора). С помощью убийств они рассчитывают достичь своих основных целей – создать обстановку страха, смятения, «покорности». Именно убийства в наибольшей мере обнажают истинную сущность террористов, показывают, с каким равнодушием относятся они к жизни человека. Все это получило особенно зловещий характер в последние годы, когда теракты в ряде стран приобрели массовый характер и их жертвами стали тысячи людей самых разных положений и профессий. Теперь это уже не только главы государств или крупные фигуры, но часто самые скромные и незаметные люди. В этом своем, самом страшном аспекте, терроризм становится все более «анонимным», «поточным».

**Основные направления диверсий и убийств**

* Закладка взрывных устройств в автомобили, подвалы домов или помещения.
* Использование для диверсий различных транспортных средств и механизмов.
* Распыление отравляющих веществ (ОВ), применение радиоактивных изотопов.
* Привлечение смертников – самоубийц.
* Установка (закладка) взрывных устройств, закамуфлированных под различные объекты.

**2. Опасность терроризма в современных условиях. Система по предупреждению террористических акций на территории РФ.**

Вихрь перемен, затронувший все без исключения стороны современной жизни России, поднял на поверхность и грязный «осадок» — терроризм, являющийся самым опасным из негативных явлений современной жизни общества. Мы имеем дело с хитрым, безжалостным и подлым врагом. Объектом его преступных посягательств чаще всего являются ни в чём не повинные мирные жители, женщины, дети.

**Общее состояние вопросов противодействия терроризму в г.Воронеже и Воронежской области**

На территории г. Воронежа за последние 20 лет (2000 – 2020 гг.) зафиксировано 3 теракта (все в 2004 г.). В них погиб 1 чел., ранено 10 чел. В частности, 19.08.2004 г в 8 часов 18 мин на остановке городского транспорта «Институт генетики» по улице Ломоносова сработало самодельное, начиненное болтами, гайками и шурупами, взрывное устройство. Погибла 26-летняя девушка. Еще 5 чел. с ранениями различной тяжести были отправлены в областную клиническую больницу и больницу «Электроника». Взрывное устройство было заложено в лесополосе – в нескольких метрах от остановки. При этом взрыв носил целенаправленный характер. Мощность взрыва оценивается в 200 граммов тротилового эквивалента.

26.07.2004 г. на остановке «9 января» произошел взрыв направленного действия, пострадало (ранено) 5 чел.

Характер развития оперативной обстановки по линии борьбы с терроризмом на территории городского округа город Воронеж в последние годы определялся сохранением террористической угрозы, деятельностью оппозиционных сил в период проведения межгосударственных мероприятий, растущей напряженностью межконфессиональных отношений.

В настоящее время на территории Воронежской области и городского округа город Воронеж действуют законодательные и нормативные правовые акты в области борьбы с терроризмом. Основными из них являются:

* Федеральный закон от 06.03. 2006 № 35-ФЗ «О противодействии терроризму» (в редакции 29.03.2019).
* Указ президента Российской Федерации от 15.02.2006 № 116 «О мерах по противодействию терроризму» (в редакции от 25.11.2019).
* Указ губернатора Воронежской области от 15.12.2017 № 549-у «Об утверждении положения об управлении по координации деятельности по противодействию терроризму правительства Воронежской области»
* Постановление Главы городского округа город Воронеж от 25.02.2016 № 91 «О мерах по противодействию терроризму и ликвидации последствий его проявлений на территории городского округа город Воронеж и образованию аппарата антитеррористической комиссии городского округа город Воронеж».

В Российской Федерации создана и действует система противодействию терроризма, которая представлена на схеме:



В соответствии с Федеральным законом 35-ФЗ органы местного самоуправления при решении вопросов местного значения по участию в профилактике терроризма, а также в минимизации и (или) ликвидации последствий его проявлений:

1) разрабатывают и реализуют муниципальные программы в области профилактики терроризма, а также минимизации и (или) ликвидации последствий его проявлений;

2) организуют и проводят в муниципальных образованиях информационно-пропагандистские мероприятия по разъяснению сущности терроризма и его общественной опасности, а также по формированию у граждан неприятия идеологии терроризма, в том числе путем распространения информационных материалов, печатной продукции, проведения разъяснительной работы и иных мероприятий;

3) участвуют в мероприятиях по профилактике терроризма, а также по минимизации и (или) ликвидации последствий его проявлений, организуемых федеральными органами исполнительной власти и (или) органами исполнительной власти субъекта Российской Федерации;

4) обеспечивают выполнение требований к антитеррористической защищенности объектов, находящихся в муниципальной собственности или в ведении органов местного самоуправления;

5) направляют предложения по вопросам участия в профилактике терроризма, а также в минимизации и (или) ликвидации последствий его проявлений в органы исполнительной власти субъекта Российской Федерации;

6) осуществляют иные полномочия по решению вопросов местного значения по участию в профилактике терроризма, а также в минимизации и (или) ликвидации последствий его проявлений.

В соответствие с постановлением администрации городского округа город Воронеж 25.02.2016 № 91 «О мерах по противодействию терроризму и ликвидации последствий его проявлений на территории городского округа город Воронеж и образованию аппарата антитеррористической комиссии городского округа город Воронеж» утверждён состав антитеррористической комиссии городского округа город Воронеж. Комиссию возглавляет глава городского округа КСТЕНИН Вадим Юрьевич.

Согласно действующему законодательству в организациях, расположенных на территории городского округа, в обязательном порядке разрабатываются и утверждаются Паспорта антитеррористической защищённости объекта, которые имею структуру, представленную на схеме:



Контроль за работой по противодействию терроризму возложен на органы Федеральной службы безопасности.

**3. Мероприятия по предупреждению террористических акций, проводимые в организации и участие работников в их проведении (разрабатываются в организации самостоятельно).**

**4. Порядок действий работников при обнаружении подозрительных предметов на территории организации.**

Во всех организациях, выполняются определённые предупредительные меры по предупреждению террористических актов, а также определяется порядок действий при угрозе и совершении террористического акта на территории организации, обнаружения подозрительных предметов.

***Предупредительные меры (меры профилактики):***

-ужесточить режим пропуска на территорию учреждения (в том числе путем установки систем аудио –видео наблюдения и сигнализации);

-ежедневно осуществлять обход и осмотр территории и помещений с целью обнаружения подозрительных предметов;

-тщательно проверять поступающее имущество, товары, оборудование по количеству предметов, состоянию упаковки и т. д.;

-проводить тщательный подбор сотрудников, особенно в подразделения охраны и безопасности, обслуживающего персонала (дежурных, ремонтников, уборщиков и др.);

-разработать план эвакуации персонала и пострадавших;

-подготовить средства оповещения;

-определить (уточнить) задачи местной охраны, ведомственной охраны или службы безопасности учреждения при эвакуации;

-четко определить функции администрации при сдаче помещений (территории) в аренду другим организациям на проверку состояния сдаваемых помещений и номенклатуры складируемых товаров по усмотрению администрации учреждения;

-организовать подготовку сотрудников учреждений совместно с правоохранительными органами, путем практических занятий по действиям в условиях проявления терроризма;

-организовать места парковки автомобилей не ближе 50 метров от мест скопления людей;

-подготовить необходимое количество планов осмотра объекта, в которых указать пожароопасные места, порядок и сроки контрольных проверок мест временного складирования, контейнеров-мусоросборников, урн и т.п.;

-освободить от лишних предметов служебные помещения, где расположены технические установки;

-обеспечить регулярное удаление из здания отходов, освободить территорию от строительных лесов и металлического мусора, контейнеры-мусоросборники по возможности установить за пределами зданий объекта;

-довести до всего персонала учреждения номера телефонов, по которым необходимо поставить в известность определенные органы при обнаружении подозрительных предметов или признаков угрозы проведения террористического акта.

**Действия работников организации при обнаружении предмета,** **похожего на взрывоопасный.**

Немедленно сообщите в правоохранительные органы, руководителю объекта или сотруднику охраны, оставаясь на рабочем месте. Действуйте только по команде.

Не приближайтесь и не прикасайтесь к подозрительному предмету.

Не поднимая паники, удалитесь сами и удалите людей из опасной зоны. Эвакуация должна производиться без прохода людей через зону нахождения подозрительного предмета. Помните, что право на полную эвакуацию принадлежит только руководителю.

Оградите или другим способом исключите случайный доступ в опасную зону посторонних людей до прибытия спецподразделения.

**Действия при обнаружении подозрительных предметов.**

Если Вы обнаружили подозрительный предмет.

Если обнаруженный предмет не должен, как вам кажется, находиться «в этом месте и это время», не оставляйте этот факт без внимания.

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, опросите людей, находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она или кто её мог оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю (машинисту).

Если вы обнаружили подозрительный предмет в подъезде своего дома, опросите людей, возможно, он принадлежит им. Если владелец не установлен немедленно сообщите о находке в ваше отделение полиции.

Если вы обнаружили подозрительный предмет в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации.

 **Во всех перечисленных случаях:**

* не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
* зафиксируйте время обнаружения находки;
* постарайтесь сделать так, чтобы люди отошли как можно дальше от опасной находки;
* обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы;
* не забывайте, что вы являетесь самым важным очевидцем.

**Помните**: внешний вид предмета может скрыть его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п. **Если произошел взрыв.**

* Не поддавайтесь панике, уточните обстановку: степень повреждения здания, состояние проходов или масштабы завалов, наличие задымленности, загазованности или огня, искрение электропроводки, потоки воды, освещенность проходов.
* В случае необходимости эвакуации возьмите документы и предметы первой необходимости и начните продвигаться к выходу (не трогайте поврежденные конструкции и провода).
* Не пользуйтесь открытым огнем из-за возможного наличия газов.
* При задымлении защитите органы дыхания смоченным полотенцем.

**Если произошел взрыв и Вас завалило обломками стен.**

* Дышите глубоко и ровно, голосом и стуком привлекайте внимание людей.
* Если вы находитесь глубоко от поверхности земли (завала),
перемещайте влево, вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т.п.) для обнаружения Вас металолокатором.
* Если пространство около Вас относительно свободно, не зажигайте спички, свечи, берегите кислород.
* Продвигайтесь осторожно, стараясь не вызывать нового обвала, ориентируйтесь по движению воздуха, поступающего снаружи. Если есть возможность, с помощью подручных предметов (доски, кирпича) укрепите потолок от обрушения и дожидайтесь помощи.
* При сильной жажде положите в рот небольшой гладкий камешек или обрывок носового платка и сосите его, дыша носом.

* **Способы преодоления паники и панических настроений в условиях ЧС или военного конфликта.**

**1. Основы оказания экстренной психологической помощи пострадавшим в ходе военных конфликтов.**

В последнее время происходит много разных трагических событий - одни приносят горе в конкретный дом, другие отзываются болью в душах тысяч людей. Каждый человек может оказаться в экстремальной ситуации. К сожалению, никто от этого не застрахован. И то, как мы с данной ситуацией справимся, зависит от нашей подготовленности, в том числе и психологической. Ведь наши эмоции определяют наше поведение, и от того, насколько мы сможем справиться со своей реакцией на шоковое событие, может зависеть наша жизнь или жизнь близкого.

Рассмотрим реакции, которые возникают в экстремальных чрезвычайных ситуациях.

С точки зрения психологии чрезвычайная ситуация, **чрезвычайное** происшествие - это обстоятельства, которые возникают в результате сильного воздействия извне, могут повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб для здоровья, массовые разрушения, то есть, нарушить привычный уклад жизни.

Причины, которые могут вызвать эти ЧС, делятся на три категории: природные, техногенные и социальные факторы

* природные катаклизмы - примеры: землетрясение, ураганы, пожары, град, сильные и затяжные дожди, наводнения;
* техногенные катастрофы, связаны с техническим обеспечением нашей жизнедеятельности - примеры: большие аварии на предприятиях, взрывы бытового газа в жилом доме, аварии на транспорте, ДТП;
* категории социального характера - связанные с человеком или группой людей, например: война, голод, массовые беспорядки, толпа, изнасилование, воровство, терроризм.

Попадая в непривычную ситуацию, у человека возникает определенная реакция. Эту реакцию мы обозначаем, чаще всего, как состояние стресса.

Очень часто стресс отождествляют с нервной перегрузкой или сильным эмоциональным напряжением.

На людей, находящихся в экстремальных условиях, наряду с другими поражающими факторами действуют и психотравмирующие обстоятельства, что может проявляться в снижении работоспособности, нарушении психической деятельности, а в отдельных случаях и в серьезных психических расстройствах.

Для психики человека чрезвычайная ситуация - это внешне неожиданная, внезапно возникающая обстановка характеризующаяся неопределенностью и стрессовым состоянием. Значительным социально-экономическим и экологическим ущербом, а зачастую человеческими жертвами. Вследствие этого необходимостью быстрого реагирования, крупными людскими, материальными и временными затратами на проведение аварийно-спасательных работ, сокращению масштабов и ликвидацию многообразных негативных последствий.

*Психология поведения человека в чрезвычайных ситуациях*

В повседневной жизни, в экстремальных условиях человеку постоянно приходится преодолевать опасности, угрожающие его существованию, что вызывает (порождает) страх, т.е. кратковременный или длительный эмоциональный процесс, порождаемый действительной или мнимой опасностью. Страх - это сигнал тревоги, но не просто тревоги, а сигнал, вызывающий вероятные защитные действия человека.

Страх вызывает у человека неприятные ощущения - это негативное действие страха, но страх - это и сигнал, команда к индивидуальной или коллективной защите, так как главная цель, стоящая перед человеком - это остаться живым, продлить свое существование.

Следует учитывать, что наиболее частыми, значительными и динамичными являются необдуманные, бессознательные действия человека как результат его реакции на опасность.

Наибольшую опасность для человека представляют факторы, которые могут вызвать его гибель в результате различных агрессивных воздействий - это различные физические, химические, биологические факторы, высокие и низкие температуры, ионизирующие (радиоактивные) излучения. Все эти факторы требуют различных способов защиты человека и группы людей. Индивидуальных и коллективных способов защиты, к которым можно отнести:

# - стремление человека удалиться за пределы действия поражающих факторов (убежать от опасности, защититься экраном и т.д.);

# - энергичная атака человеком источника возможных поражающих факторов для ослабления их действия или уничтожения источника возможных поражающих факторов.

# *Групповое поведение людей при чрезвычайной ситуации*

# Под групповым поведением людей в ЧС понимают поведение большинства лиц, входящих в группу и оказавшихся перед лицом внезапного и опасного происшествия или угрозы такого происшествия, которые затрагивают интересы всех людей. Это сопряжено с реальными или потенциальными материальными потерями, человеческими жертвами и характеризуется заметной дезорганизацией общественного порядка.

# *Поведение людей в экстремальных ситуациях делится на две категории:*

# *1. Случаи рационального, адаптивного поведения человека* с психическим контролем и управлением эмоциональным состоянием поведения. Во многих экстремальных ситуациях не наблюдалось патологического поведения людей, и отмечалась адаптация к обстановке, сохранялось спокойствие и выполнялись меры защиты, взаимопомощи, проводились мероприятия, восстанавливающие нарушенный порядок жизни. Такое поведение является следствием точного выполнения инструкций и распоряжений руководства в случаях ЧС. Следует помнить, что выполнение распоряжений и инструкций предупреждает распространение тревоги и беспокойства и вместе с тем не препятствует проявлению личной инициативы в области своей защиты.

# *2. Случаи, носящие негативный, патологический характер* отличаются отсутствием адаптации к обстановке, когда люди своим нерациональным поведением и опасными для окружающих действиями увеличивают число жертв и дезорганизуют общественный порядок. В этом случае может наступить «шоковая заторможенность», когда масса людей становится растерянной и безынициативной, а то и просто обезумевшей. Частным случаем «шоковой заторможенности» является паника, когда страх перед опасностью овладевает группой людей. Обычно паника проявляется как дикое беспорядочное бегство, когда людьми руководит сознание, низведенное до примитивного уровня (примитивная реакция человека на страх). Оно может сопровождаться настоящим неистовством, особенно, если на пути встречаются препятствия, преодоление которых сопровождается большим количеством человеческих жертв.

**2. Способы преодоления паники и панических настроений в условиях ЧС.**

*Итак, наиболее характерным явлением в экстремальных ситуациях, а также при чрезвычайных ситуациях является возникновение паники.*

# Паника (в переводе с древнегреческого безотчётный ужас, внушаемый богом лесов Паном) - отрицательно окрашенный аффект, вызываемый действительной или мнимой опасностью. Может охватывать как одного, так и многих людей, и трудно поддаётся сознательному контролю.

# Полномасштабная паника включает в себя комбинацию следующих симптомов:

# Одышка или гипервентиляция

# Учащённое сердцебиение

# Боль или дискомфорт в груди

# Дрожь

# Чувство нереальности или обособленности от вашего окружения

# Потоотделение

# Тошнота или расстройство желудка

# Головокружение или обморок

# Онемение или покалывание

# Приливы жара или холода

# Страх смерти, потери контроля или страх сойти с ума

# Панические реакции могут возникать, прежде всего, у групп людей в замкнутых помещениях с неизвестной планировкой, когда человек ощущает угрозу своей жизни. Многие в этих случаях считают, что спастись почти нельзя, мгновенно подвергаются чувству массового страха, особенно, если в группе есть неуравновешенные люди, а таких может быть не более 2 % от числа всей группы.

# В психологическом плане паника очень заразительна, так как связана с проявлением «стадного инстинкта».

# Необходимо знать, что заранее принятые меры предосторожности не могут полностью гарантировать возможности возникновения паники, но могут ее существенно уменьшить, поэтому принятие таких мер обязательно.

# Громкоговорящее оповещение населения (громкоговорители на улицах, в помещениях) позволяет обеспечить безопасность поступков лиц, находящихся в кризисной (катастрофической) ситуации. Сообщается об опасности пользования лифтом (остановка и невозможность его покинуть) и даются указания о действиях по защите и выходу из опасной зоны и т.д.

# *Методы профилактики панических реакций.Меры для приостановления паники должны быть самыми решительными. Для противодействия паническим настроениям рекомендуют использовать следующие приемы*

# 1. Убеждение (если позволяет время и обстановка).

# 2. Объяснение несущественности опасности (опять же при наличии времени).

# 3. Категорический приказ (громким командным голосом, например, «Прекрати!», «Возьми себя в руки!»).

# 4. Использование силы и даже нейтрализация наиболее злостных паникеров.

# 5. Юмор может быть продуктивно использован в преддверие и на ранней стадии развития паники.

# 6. Коллективное пение хорошо всем известной ритмичной песни. Для блокировки массовой агрессии применяются быстрые ритмы, для противодействия паники - размеренный ритм марша или гимна. Также можно использовать ритмичное скандирование фразы, например, «Не-тол-кай».

# 7. Сцепка локтями, ощущение физической близости товарищей повышает психологическую устойчивость, предотвращает появление ощущения растерянности и беспомощности.

Особенно важно!

Если Вы находитесь рядом с человеком, получившим психическую травму в результате воздействия экстремальных факторов (при теракте, аварии, потере близкого, трагическом известии, физическом насилии или что другое), не теряйте самообладание, будьте сильными.

Поведение пострадавшего не должно Вас пугать, раздражать или удивлять. Его состояние, поступки, эмоции - это нормальная реакция на ненормальные обстоятельства.

Позаботьтесь о своей психологической безопасности. Не оказывайте психологическую помощь в том случае, если Вы этого не хотите (неприятно или есть другие причины). Найдите того, кто сможет это сделать.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Разработал начальник курсов ГО МКУ «Управление по делам ГО ЧС г. Воронежа»*декабрь 2020 г*  | \\FSERVERZ\public\АНДРЕЕВ\Подпись Андреев.jpg | А.В. Андреев*тел 225 69 75* |