

### Советы психолога

#### Как правильно себя вести

- Возьмите себя в руки, успокойтесь, не паникуйте.
- Разговаривайте спокойным голосом.
- Не высказывайте ненависть и пренебрежение к террористам.
- Подготовьтесь физически и морально к возможному суровому испытанию.
- Не пренебрегайте пищей, старайтесь сохранить силы и здоровье.
- Устройтесь так, чтобы обеспечить себе возможность менять положение тела.
- С самого начала (особенно в первый час) выполнять все требования бандитов.
- Не нужно никаких неожиданных инициатив.
- Предупреждайте и обсуждайте все свои действия.
- Дышите ровно, спокойно, не сдерживайте дыхание.
- Не пытайтесь бежать, если нет полной уверенности в успехе побега.
- Займите себя делом. Плетите косичку, складывайте из бумаги фигурку, вспоминайте исторические даты, напевайте (про себя) знакомые песни и многое другое – постарайтесь занять себя.

- Не фамильярничайте, не нужно форсировать сближение с преступниками и тем более его имитировать.
- Стресс испытывают обе стороны - заложники и террористы. Искусство общения в этой ситуации для вас - важный фактор.
- Любому человеку по стечению обстоятельств может оказаться заложником у преступников, которые при этом могут преследовать достижение политических целей, получение выкупа и т. п.
- Предметом торга для террористов становится ваша жизнь. Захват может произойти в транспорте, в учреждении, на улице, в квартире.

#### Использованная литература:

электронный ресурс:  
<http://www.myshared.ru/slide/81372/>

Составитель: библиограф ИБО  
Л. П. Угланова

Оформление: специалист по связям  
с общественностью Т.В. Мосунова

[www.pytyahlib.ru](http://www.pytyahlib.ru)  
[Library\\_pyti-yah@mail.ru](mailto:Library_pyti-yah@mail.ru)

## «Вирус в зловещем лицом» буклет





### Что такое терроризм?

Терроризм (в соответствии с Уголовным кодексом РФ) - совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей, либо наступления иных общественно опасных действий, совершенных в целях нарушения общественной безопасности и устрашения населения, либо оказания воздействия на принятие решений органами власти.



### Обязательные элементы терроризма:

- насилие (обычно вооруженное) или его угроза;
- причинение или угроза причинению вреда здоровью человека.

### Главная цель террористов

Решение политических вопросов, удовлетворение корыстных потребностей, месть, конкретная борьба.

### Каким может быть терроризм

- Государственным (проводится одной страной против другой).
- Международным (осуществляется международными организациями).
- Внутригосударственным (посягает на основы государственности).
- Религиозным (насаждает свою идеологию).

### Зачем нужны эти рекомендации

Цель этих рекомендаций - помочь подросткам, взрослым людям правильно ориентироваться и действовать в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться заложником у преступника.

Во всех случаях жизнь заложников становится предметом торга для террористов.

### Правила поведения в ситуациях, связанных с терроризмом:

- не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести в человеческим жертвам;
- переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза

преступникам, не ведите себя вызывающе, старайтесь быть незаметным;

- при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерик и паники;
- не совершайте действий без разрешения.

### Помните:

Ваша главная цель – сохранить силы и здоровье.

### Будьте внимательны

- Постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров.

### Что в это время делают спецслужбы

Помните, что, получив сообщение о захвате, спецслужбы начинают действовать и предпринимать все необходимое для освобождения заложников.

### Во время проведения спецслужбами операции по освобождению необходимо соблюдать следующие правила:

- лежать на полу (на земле) лицом вниз, голову закрыв руками и не двигаться;
- ни в коем случае не бежать навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять вас за преступников;
- если есть возможность, держаться подальше от проемов дверей и окон.