Советы психолога

как правильно себя вести

1. Возьмите себя в руки, успокойтесь, не паникуйте.
2. Разговаривайте спокойным голосом.
3. Не высказывайте ненависть и пренебрежение к террористам.
4. Подготовьтесь физически и морально к возможному суровому испытанию.
5. Не пренебрегайте пищей, старайтесь сохранить силы и здоровье.
6. Устройтесь так, чтобы обеспечить себе возможность менять положение тела.
7. С самого начала (особенно в первый час) выполняйте все требования бандитов.
8. Не нужно никаких неожиданных инициатив.
9. Предупреждайте и обсуждайте все свои действия.
10. Дышите ровно, спокойно, не сдерживайте дыхание.
11. Не пытайтесь бежать, если нет полной уверенности в успехе побега.
12. Займите себя делом. Плетите косичку, складывайте из бумаги фигурку, вспоминайте исторические даты, напевайте (про себя) знакомые песни и многое другое – постарайтесь занять себя.
13. 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

ТЕЛЕФОНЫ:

02

112

Адрес библиотеки:

168214 Республика Коми,

Сыктывдинский район,

с. Пажга, м. Погост, д. 84

Часы работы:

Понедельник – пятница

с 12.00 до 19.00

суббота с 12.00 до 17.00

выходной – воскресенье

последняя пятница месяца – санитарный день

Контакты:

Телефон:8-8-2130-78-2-04

Составитель:

Шишмакова Н.В.,

заведующий

Пажгинской модельной библиотекой-филиалом

МБУК «Сыктывдинская ЦБС»
Пажгинская модельная библиотека-филиал

с. Пажга, 2021

МБУК "Сыктывдинская ЦБС"

Правила поведения в ситуациях, связанных с террором

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, конкурентная 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 рекомендации:

– помочь подросткам, взрослым людям правильно ориентироваться и действовать в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться заложником у преступников.

Во всех случаях жизнь заложников становится предметом торга для террористов.

Правила поведения в ситуациях, связанных с терроризмом

Соблюдайте следующие правила:

- не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести в человеческим жертвам;
- переносите лишения, оскорбления и унижения, не сотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе, старайтесь быть незаметным;
- при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречить 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 предпринимают все необходимое для освобождения заложников.

Во время проведения спецслужбами операции по освобождению необходимо соблюдать следующие требования:

- 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 преступника;
- если есть возможность, держаться подальше от проемов дверей и окон.

Любой человек 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.

Если вам стало известно о готовящемся теракте или совершенном преступлении, немедленно сообщите об этом в территориальные органы ФСБ или МВД по месту жительства.

МБУК "Сыктывдинская ЦБС"