

ВАША БЕЗОПАСНОСТЬ

Что такое терроризм

Тактика террора все чаще называется стратегией Третьей Мировой Войны. К сожалению, от этой болезни пока не существует лекарства.

В настоящее время все чаще в мире гремят взрывы, раздаются выстрелы. Терроризм оставляет свои следы не только на земле, но и в душах людей. Поэтому знать, как действовать в возможной экстремальной ситуации, должен каждый.

Особое внимание нужно обращать на подозрительных людей, брошенные или бесхозные автомобили, сумки. Поэтому необходимо научиться обращать внимание на все изменения, произошедшие в вашем дворе, чердаке, подвале. Заметив какой-либо подозрительный бесхозный предмет, не подходите близко к нему, не позволяйте другим прикасаться к тем более, обезвреживать его. Немедленно сообщите о находке в милицию и службу спасения.

Не стесняйтесь лишний раз потревожить полицию. Сообщайте о любых подозрительных и заметно нервничающих людях, припаркованных во дворах неизвестных автомобилях, разгрузке и выгрузке неизвестных грузов.

Позаботьтесь о своих детях. Побеседуйте с ними на тему их безопасности. Объясните, что ни в коем случае нельзя брать оставленные кем-то сумки и другие предметы, нельзя доверять незнакомым людям и брать от них подарки. Научите ребенка правильно просить о помощи. Разыграйте с ребенком различные ситуации обращения в службы 01 и 02.

Во время массовых мероприятий старайтесь избегать мест большого скопления людей.

Однако беды не всегда удастся избежать. И порой люди оказываются заложниками чьих-то преступных страстей. Нередко проблемы у людей, оказавшихся в числе заложников, возникают вследствие их неправильного поведения. Бывает, что от страха и паники человек теряет самоконтроль, что приводит к его гибели.

Если Вы оказались в числе заложников, сохраняйте спокойствие. Помните, что от Вашего поведения зависит Ваша жизнь. Не привлекайте к себе внимание плачем, истериками, и тем более криками. Постарайтесь успокоить детей. Как правило, готовясь к преступлению, террористы и так слишком нервничают, и Ваше бурное поведение может только вывести их из себя.

Постарайтесь, по возможности, выполнять все требования угрожающих Вам людей. Не раздражайте их. Если у Вас есть сотовый телефон, отключите его и спрячьте. Он может Вам пригодиться. Не упускайте возможность пить, есть и спать, истощение значительно понизит Ваши шансы на выживание.

Если заложников несколько, из них выделяют одного, наиболее уравновешенного и коммуникабельного, для переговоров с бандитами. Протест или требования преступникам необходимо выражать в очень осторожной и корректной форме.

Постарайтесь добиться освобождения детей, тяжелобольных, а также беременных, если такие есть.

Мировая практика борьбы с терроризмом противоречит голливудским боевикам, и успешные попытки самоосвобождения крайне редки. Поэтому предоставьте бороться с террористами работникам спецслужб.

По возможности, экономьте все средства выживания, в особенности, воду. Насколько позволяют обстоятельства, соблюдайте правила санитарии и личной гигиены.

После освобождения заложники нередко испытывают устойчивые психозы. Поэтому, совершенно нелишним будет обратиться к психотерапевту или психологу. Доказано, что легче переносят стресс те из заложников, кто продолжает общаться между собой в дальнейшем. Коллективно противодействовать стрессу легче, чем в одиночку.

А.Ф. Хамадиев,
ведущий специалист ГОиЧС городской администрации

ПРОБЛЕМА

Как сказать «нет» наркотикам

В последние годы в школах страны наблюдается резкий рост потребления различных наркотических веществ, включая самые опаснейшие, такие, как героин.

В связи с этим чрезвычайно актуальной стала антинаркотическая пропаганда. Во всем мире отмечается парадоксальный факт: несмотря на все усилия в борьбе с наркотиками, осведомленность молодежи об истинных последствиях их употребления снижается. Все большее число молодых людей считают, что использование определенных видов наркотиков не причинит особого вреда. На наш взгляд, возникшая ситуация связана, с одной стороны, с умелым использованием распространителями наркотиков неосведомленности подростков, а с другой - с активным внедрением в сознание молодежи ряда мифов о наркотиках. Считаем, что любая пропаганда против наркотиков обязательно должна включать разоблачение подобных мифов. Кроме того, необходимо информировать школьников о природе наркомании, сути этого тяжелейшего заболевания и на доступном для подростков уровне рассказывать о формировании и развитии психической и физической зависимости от наркотиков.

Миф первый. Попробуй - пробуют все. Это неправда: обследования показывают, что, например, в США меньше чем один из пяти старшеклассников употребляет марихуану. Конечно, и эти цифры вызывают

большую тревогу, но ведь более 80% юношей не удалось склонить к употреблению наркотиков. Они уже никогда не будут жертвами наркомании! Чаще всех жертвами ложной аргументации становятся подростки невысоких психологических устоев: конфликтные, склонные к мелкому воровству, лживости, подверженные вспышкам гнева, агрессивности. Такие личности неспособны к целенаправленной деятельности, плохо успевают, отстают в психофизиологическом развитии. Они же впоследствии становятся распространителями наркотиков, что неизбежно, поскольку только таким путем они могут обеспечить себя деньгами на наркотики.

Миф второй. Попробуй - вредных последствий не будет. Это ложь. Прежде всего, пристрастие к некоторым наркотикам может возникнуть и после одного - двух приемов. Кроме того, существуют индивидуальные различия в чувствительности организма, даже возможна гибель при первой же инъекции. Большой разрыв индивидуальной чувствительности характерен, например, для кокаина и его производных («крэк»), что иногда приводит к летальным исходам из-за сердечной недостаточности. В условиях подпольного кустарного производства наркотиков невозможно избавиться от вредных примесей и точно дозировать вещество. В клинической практике описано множество случаев тяжелых отравлений, вызываемых токсическими

примесями в кустарно изготовленных наркотиках.

Миф третий. Попробуй - если не понравится, прекратишь прием. Про физическую зависимость («ломку») школьники кое-что слышали. Однако они убеждены, что ее можно преодолеть, например, с помощью врачей. Дескать, особых проблем не будет, поскольку человек, обладающий определенной волей (а ты, конечно, волевой!), в состоянии немедленно и бесповоротно бросить принимать наркотики. При этом обычно находится свидетель, который знаком с тем, что после периода серьезного злоупотребления, проявив волю, прошел через «ломку» и теперь вот уже месяц (два, три) наркотики не употребляет - никаких последствий.

Нередко подобная пропаганда достигает цели, поскольку, несмотря на кажущуюся осведомленность, подростки все-таки не обладают элементарными знаниями о природе и характере тяжелейшего заболевания - наркомании. Вот почему необходимо разъяснять, что, во-первых, при употреблении любого вида наркотика, и «легкого», и «тяжелого», прежде всего, страдает воля. Это заметно уже тогда, когда другие изменения личности еще не проявляются. Происходит то, что наркологи называют «энергетическим снижением»: ослабевают именно волевые качества личности, снижается или теряется целенаправленность, т.е. человек становится

Продолжение на стр. 5