Правила поведения в толпе

Террористы часто выбирают для атак места массового скопления народа. Помимо собственно поражающего фактора террористического акта, люди гибнут, получают травмы еще и в результате давки, возникшей вследствие паники. Поэтому необходимо помнить следующие правила поведения в толпе:

* Избегайте больших скоплений людей.
* Не присоединяйтесь к толпе, как бы ни хотелось посмотреть на происходящие события.
* Если оказались в толпе, позвольте ей нести Вас, но попытайтесь выбраться из неё.
* Глубоко вдохните и разведите согнутые в локтях руки чуть в стороны, чтобы грудная клетка не была сдавлена.
* Стремитесь оказаться подальше от высоких и крупных людей, людей с громоздкими предметами и большими сумками.
* Любыми способами старайтесь удержаться на ногах.
* Не держите руки в карманах.
* Двигаясь, поднимайте ноги как можно выше, ставьте ногу на полную стопу, не семените, не поднимайтесь на цыпочки.
* Если давка приняла угрожающий характер, немедленно, не раздумывая, освободитесь от любой ноши, прежде всего от сумки на длинном ремне и шарфа.
* Если что-то уронили, ни в коем случае не наклоняйтесь, чтобы поднять.
* Если Вы упали, постарайтесь как можно быстрее подняться на ноги. При этом не опирайтесь на руки (их отдавят либо сломают). Старайтесь хоть на мгновение встать на подошвы или на носки. Обретя опору, "выныривайте", резко оттолкнувшись от земли ногами.
* Если встать не удается, свернитесь клубком, защитите голову предплечьями, а ладонями прикройте затылок.
* Попав в переполненное людьми помещение, заранее определите, какие места при возникновении экстремальной ситуации наиболее опасны (проходы между секторами на стадионе, стеклянные двери и перегородки в концертных залах и т.п.), обратите внимание на запасные и аварийные выходы, мысленно проделайте путь к ним.
* Легче всего укрыться от толпы в углах зала или вблизи стен, но сложнее оттуда добираться до выхода.
* При возникновении паники старайтесь сохранить спокойствие и способность трезво оценивать ситуацию.
* Не присоединяйтесь к митингующим "ради интереса". Сначала узнайте, санкционирован ли митинг, за что агитируют выступающие люди.
* Не вступайте в незарегистрированные организации. Участие в мероприятиях таких организаций может повлечь уголовное наказание.
* Во время массовых беспорядков постарайтесь не попасть в толпу, как участников, так и зрителей. Вы можете попасть под действия бойцов спецподразделений.

Выжить в экстремальной ситуации поможет соблюдение определенных **правил поведения в толпе**:

* нельзя поддаваться общему психозу и стремиться спастись любой ценой. Чтобы не стать пешкой в толпе, необходимо отключить эмоции и полагаться на разум - анализ ситуации поможет найти наиболее перспективные пути спасения;
* не следует слепо подчиняться мнению толпы, сколь бы верным оно ни казалось, - нужно принимать самостоятельное решение, исходя из конкретной ситуации;
* не рекомендуется высказывать или каким-либо образом проявлять свое несогласие с мнением и действиями толпы, так как инакомыслящих и инакодействующих она уничтожает. Не высказывайте, не защищайте свое мнение, не вступайте в дискуссию в толпе, сосредоточьтесь на действии, оно важнее слов.

Бурные массовые настроения и чувства (радость, ненависть, страх и пр.), как уже отмечалось ранее, очень заразительны, поэтому **необходимо сопротивляться массовому психозу.**Нельзя принимать на веру слухи, которые муссируют в толпе. Полезно взглянуть на себя со стороны: самокритика, ирония и стыд - хорошие тормоза для начинающейся истерии.

Можно использовать **приемы аутотренинга:**глубокое дыхание, созерцание неподвижных предметов, разговор с самим собой и т. п. Хорошо помогают такие приемы самоотрезвления, как прикусывание губ, сильные щипки самого себя за руку, удары по щеке или причинение любой другой боли.

В ситуации массового психоза следует **сосредоточиться на близких людях,**которых необходимо защитить, что возможно только в том случае, если ситуация и собственное психическое состояние полностью контролируются. Дело в том, что, как показывает опыт, под влиянием толпы социальные связи разрушаются, люди перестают заботиться о родных и близких, подчас просто не замечают их. Человек толпы становится врагом своих близких. Известны случаи, когда в приступе паники или истерии, связанной с демонстрацией фанатичной преданности лидерам толпы (вожакам стаи), матери забывали о том, что с ними дети, и тем самым обрекали их на гибель.

Не поддаться отрицательному влиянию толпы - значит наполовину выиграть бой за выживание, так как физические действия, непосредственно направленные на спасение, в условиях массового психоза вторичны. **Если сознание защищено - оно научит тело, как выбраться из передряги живым и невредимым.**

Необходимо помнить, что стихия толпы тем разрушительнее, чем менее воспитанны ее участники. В современных российских условиях в случае ЧС надо быть готовым действовать не среди интеллектуалов и благовоспитанных граждан, а в толпе обезумевших от вседозволенности и сознания своей безнаказанности обывателей. Поэтому прежде всего нужно позаботиться о своей физической защите.

Конкретные действия в ситуациях, связанных с массовыми беспорядками и вызванными ими неадекватными психическими состояниями толпы, заключаются в соблюдении **правил**, рекомендованных специалистами.

Прежде всего, в дни, когда велика вероятность возникновения социальной напряженности, или даже во время массовых гуляний не следует лишний раз выходить на улицу, тем более с малолетними детьми.

**В местах массового скопления людей:**

* по возможности необходимо избегать наиболее опасных мест (в голове идущей колонны, у митинговой трибуны, в гуще митингующих, в местах концентрации сил правопорядка и противостоящих им сил); лучше держаться края толпы, так как в этом случае можно вовремя и без проблем уйти, если начнутся беспорядки;
* следует понять характер и направление будущих людских потоков и отдельных струй - это путь к спасению в случае начала массовых беспорядков;
* необходимо помнить, что в толпе есть шанс спастись не тогда, когда спасаются все (в этом случае уже поздно что-либо предпринимать), а тогда, когда паника и массовое бегство только предполагаются;
* если в разбушевавшейся толпе вы оказались вместе с друзьями и близкими знакомыми, то можно оказать совместное сопротивление общему психозу, попытаться вывести из толпы детей, женщин, пожилых людей и даже несколько ослабить его решительными действиями;
* если в толпе около вас объявился провокатор, баламутящий окружающих, необходимо найти способ его урезонить - в самой категоричной форме приказать ему замолчать, обвинить его в злонамеренности, обратиться за помощью к представителям правопорядка или другим людям, в конечном счете применить физическую силу, поскольку предупредить массовые беспорядки проще, чем их потом остановить.

**При приближении уличной толпы:**

* следует быстро уйти в боковые улицы и переулки, используя, если возможно, проходные дворы;
* можно зайти в ближайший подъезд, попросить убежища у его жильцов либо подняться на чердак или крышу дома и переждать беспорядки там; если подъезды закрыты, следует разбить любое окно первого этажа и укрыться в помещении;
* в крайнем случае надо забраться на козырек капитального строения, другое устойчивое возвышение или через слуховое окно залезть в подвал, спрятаться под стоящим поблизости трамваем, троллейбусом, тяжелым автомобилем и т. п.;
* нельзя убегать от толпы в сторону ее движения и в неизвестные переулки, так как это, во-первых, может спровоцировать погоню, во-вторых, привести в тупик, где толпа вас настигнет, в-третьих, вы можете оказаться между толпой и силами правопорядка и пострадать от тех и других.

**В движущейся толпе:**

* необходимо избегать мест соприкосновения толпы со строениями, особенно с витринами, заграждениями, водосточными трубами;
* следует "плыть" в одном направлении, стараясь устоять на ногах;
* рекомендуется снять шарфы, галстуки, цепочки, очки, затянуть пояса, ремни, крепко завязать шнурки;
* нельзя пытаться оказывать сопротивление движению толпы, приближаться к неподвижным предметам, тем более хвататься за них;
* ни в коем случае нельзя нагибаться, поправлять обувь, поднимать потерянные вещи - это может привести к падению, что в толпе равносильно смерти.

**В стрессовой толпе:**

* следует избавиться от объемных вещей и освободить карманы;
* если с вами дети, то надо поднять их над головой;
* необходимо защищать грудную клетку руками, поэтому их нельзя поднимать или опускать.

**В толпе, находящейся в помещении:**

* при опасности возникновения давки следует снять очки, украшения, галстуки, шарфы, крепко зашнуровать шнурки на обуви, избавиться от колющих, режущих, стеклянных и объемных предметов;
* входить в охваченную паникой толпу есть смысл только при быстро распространяющемся пожаре, вливаться в толпу безопаснее там, где ее плотность невелика, или сверху, через головы людей;
* нельзя вливаться в толпу сбоку, нагибаться, поднимать с пола потерянные предметы;
* старайтесь избегать мест наибольшего давления - сужений, выступов, тупиков;
* если есть возможность, нужно воспользоваться запасными выходами, у которых в начальный момент опасности, как правило, нет давки;
* в плотной толпе, когда нет возможности поднять ребенка над головой, двое взрослых должны повернуться лицом к лицу и, уперевшись друг в друга согнутыми в локтях и прижатыми к корпусу руками, поместить его между собой.

Все вышеперечисленные правила не являются гарантией от негативных последствий массовых беспорядков, но они могут помочь людям с наименьшими физическими и нравственными потерями для себя выйти из подобной ситуации, если они в ней окажутся волей обстоятельств.

Итак, массовые беспорядки, носителем которых выступает толпа, - весьма опасное социальное явление, поэтому знание элементарных правил поведения в толпе и навыки их применения являются важными условиями выживания.

**Выводы**

Массовые беспорядки чрезвычайно опасны. Их глубинные причины кроются в негативных массовых настроениях, в неудовлетворенности каких-либо социальных притязаний больших масс людей. Поводом для массовых беспорядков может стать любая внешняя провокация, связанная с экстремальными проявлениями жизнедеятельности социума.

Социальная практика свидетельствует, что толпа представляет собой серьезную угрозу как для ее участников, так и для окружающих, что обусловлено деиндивидуализацией человека в толпе, ростом его асоциальности, агрессивности, понижением самоконтроля. Наиболее опасна политизированная толпа, способная на самые деструктивные, крайне жестокие и преступные действия.

Знание правил поведения в толпе, способов защиты себя и окружающих в условиях массовых беспорядков и умение применять их на практике - это тот шанс, который может помочь человеку с минимальными физическими и нравственными потерями выжить в опасной ситуации.