

**ПАМЯТКА**  
**о правилах поведения**  
**при возникновении ЧС в местах**  
**массового пребывания людей**

**САМОСПАСЕНИЕ В МЕСТАХ**  
**МАССОВОГО ПРЕБЫВАНИЯ ЛЮДЕЙ**

Во все времена ценность человека определялась его способностью быть личностью – иметь собственный взгляд на окружающее, обладать волей и высокими моральными качествами, то есть быть самим собой, отличаться от других людей, быть непохожим на остальных. И большинству людей в повседневной жизни это удается. Но существуют моменты, и этому, увы, есть немало печальных примеров, когда человек теряет чувство собственной индивидуальности, подчиняется темным природным инстинктам, обезличивающим его, и тогда – быть беде. Если говорить конкретно, то такая опасность подстерегает любого человека, если он окажется в месте неорганизованного пребывания людей. При потере самоконтроля окружающие превращаются в неуправляемую толпу, действия которой становятся непредсказуемыми. Причины этого явления могут быть самые разные – паника, вызванная стихийным бедствием, пожар, митинг или рок-концерт. Люди начинают метаться, совершает то, о чем вспоминают потом с ужасом и стыдом. В таком состоянии, когда эмоции берут верх над разумом, нередко совершаются преступления и акты вандализма. Некоторые исследователи считают, что толпа – это особый биологический организм. Он действует по своим законам и не всегда учитывает интересы отдельных составляющих, в том числе их сохранность. Это становится понятным во время любой паники. Очень часто толпа становится опаснее стихийного бедствия или аварии, которые ее вызвали. Исследования показывают следующие характерные черты паники:

- паническое бегство всегда направлено в сторону от опасности (не делается попыток как-то повлиять на наступление опасности);
- направление бегства при панике не является случайным (выбор – за знакомой дорогой или той, которой бегут другие);
- по своему характеру паническое бегство асоциально (самые сильные связи могут быть прерваны: мать может бросить ребенка, муж – жену и т.п.); люди становятся неожиданным источником опасности друг для друга;
- человек, охваченный паникой, всегда верит, что обстановка крайне опасна (паническое бегство прекращается, когда человек думает, что находится вне опасной зоны);
- человек, охваченный паникой, плохо соображает, но его мысли не являются неразумными (проблема скорее в том, что он не ищет альтернативных решений и не видит деталей своего решения).

Из этого списка понятно, что остановить толпу может или сильнейший эмоциональный тормоз, или чудо. Среди таких чудес известны примеры, когда сильному волевому человеку удавалось остановить толпу, которая его хорошо знала и верила ему. Среди средств – категоричные команды, горячее убеждение в отсутствии опасности. Многие специальные памятки рекомендуют решительное физическое подавление зачинщика паники, потому что пресечь начинающийся психический пожар (как, впрочем, и всякий другой) неизмеримо проще, чем затем остановить сделавшую первый шаг толпу. Сделать это, разумеется, не просто, так как лидер подвержен двум стрессам сразу – опасности самой ситуации, плюс ответственности за людей. Лидер должен немедленно найти себе

помощников, которые должны «рассекать толпу» - иногда и буквально: взявшись за руки и скандируя.

Основная психологическая картина толпы выглядит так:

1. Снижение интеллектуального начала и повышение эмоционального.
2. Резкий рост внушаемости и снижение способности к независимому мышлению.
3. Толпе требуется лидер или объект ненависти, она с наслаждением будет подчиняться или громить; толпа способна как на страшную жестокость, так и на самопожертвование, в том числе и по отношению к самому лидеру.
4. Толпа быстро выдыхается, добившись чего-то. Разрозненные на группы люди быстро приходят в себя и меняют свое поведение и оценку происходящего.
5. В жизни уличной (особенно политико-социальной) толпы очень важны такие элементы, как первый камень в витрину и первая кровь. Эти ступени могут вывести толпу на принципиально иной уровень опасности, где коллективная безответственность превращает каждого члена толпы в преступника. Из этой толпы надо немедленно уходить.

Как уцелеть в толпе? Лучшее правило – далеко ее обойти. Если это невозможно, ни в коем случае не идти против толпы. Если толпа вас увлекла, старайтесь избегать ее центра и края – опасного соседства витрин, решеток, оград набережной и т.д. Уклоняйтесь от всего неподвижного на пути – столбов, тумб, стен и деревьев, иначе вас могут просто раздавить или размазать. Не цепляйтесь ни за что руками – их могут сломать. Если есть возможность, застегнитесь. Ботинки на высоких каблуках могут стоить вам жизни так же, как и развязавшийся шнурок. Выбросьте сумку, зонтик и т.д. Если у вас что-то упало (что угодно), ни в коем случае не пробуйте поднять – жизнь дороже. В плотной толпе при правильном поведении вероятность упасть не так велика, как вероятность сдавливания. Поэтому защитите диафрагму сцепленными в замок руками, сложив их на груди. Еще один прием – упруго согнуть руки в локтях и прижать их к корпусу. Толчки сзади надо принимать на локти, диафрагму защищать напряжением рук.

Главная задача в толпе – не упасть. Но если вы все же упали, следует защитить голову руками и немедленно встать. Это очень трудно, но удастся, применив такую технику: быстро подтяните к себе ноги, сгруппируйтесь и рывком попытайтесь встать. Подняться с колен в плотной толпе вряд ли удастся – вас будут сбивать. Поэтому одной ногой надо опереться (полной подошвой) в землю и резко разогнуться, используя движение толпы. Но встать очень сложно, всегда эффективнее предварительные меры защиты. Это универсальное правило, кстати, полностью относится и к началу самой ситуации толпы. На концерте, стадионе заранее прикиньте, как вы будете выходить (вовсе не обязательно тем же путем, что вошли). Старайтесь не оказываться у сцены, раздевалки и т.д. – в «центре событий». Избегайте стен (особенно стеклянных), перегородок, сетки и т.д. Если паника началась из-за террористического акта, не спешите своим движением усугублять беспорядок, не лишайте себя возможности оценить обстановку и принять верное решение.

Если толпа плотная, но неподвижная, из нее можно попробовать выбраться, используя психосоциальные приемы. Например, притвориться больным, пьяным, сумасшедшим, сделать вид, что вас тошнит и т.д. Коротко говоря, надо заставить себя сохранять самообладание, быть информированным - и импровизировать.

Собираясь на митинг, вы должны знать, санкционирован ли он властями. От этой информации зависит предварительная подготовка. Если митинг запрещен, то он превращается в экстремальную ситуацию еще до начала. Но даже если вы идете на санкционированный митинг, необходимо соблюдать правила безопасности:

- оставить детей дома;
- не брать с собой колющих и режущих предметов, обойтись без галстука, шарфа, сумки, стеклянной посуды;

- без крайней необходимости не брать плакаты на шестах и палках – их могут использовать как оружие, и как оружие их могут квалифицировать работники охраны порядка;

- снять различные знаки и символику со своей одежды, если вы не корреспондент – обойдитесь без фотоаппарата или камеры;

- взять с собой удостоверение личности;

- застегнуть все пуговицы.

Попав на митинг, нужно постоянно пользоваться важнейшим инструментом личной безопасности – прогнозом событий. Не теряйте из виду состояние толпы, положение на флангах, маневры сил охраны порядка.

У митингов и демонстраций обычно есть своя топография. Проанализируйте ее с самого начала. Вы должны знать, предполагается ли шествие или прорыв и куда, где стоит полиция, где наиболее опасные участки (стеклянные витрины, барьеры, люки, железные ограды, мосты и т.д.). Мысленно попытайтесь составить карту митинга (вид сверху) с вероятными путями отхода и экстренного спасения через подъезды, дворы и переулки.

Еще несколько рекомендаций. Держитесь подальше от полиции: на нее часто бывает направлено недовольство толпы, что означает – летящие камни, бутылки, палки, возможны провокации. Не менее опасны и ответные действия.

Не стойте около мусорных контейнеров, урн, картонных коробок, детских колясок, чемоданов или сумок без хозяина: неизвестно, что там лежит и когда взорвется. Не наступайте на кульки или пакеты.

Не приближайтесь к агрессивным настроенным группам, выделяющимся обычно на митингах. Не старайтесь попасть ближе к микрофону или трибуне: опыт показывает, что окраины митинга безопаснее и отношения между людьми складываются там более разумно.

Если полиция начала операцию по рассеиванию или возникла стычка сотрудников с хулиганами, а вы оказались поблизости, не теряйте спокойствия и контроля над собой. Рекомендуется стоять, не делая резких движений, не кричать и не бежать (пока есть возможность) – в противном случае вас могут принять за хулигана и будет трудно что-либо доказать.

Всем своим видом вы должны выражать миролюбие. Если вас задержали, не пытайтесь на месте доказать, что вы здесь случайно.

Бывает, что при разгоне демонстраций применяются ликримогенные вещества (слезоточивые газы). «Черемуха» распадается за 1,5-2 часа. На открытом воздухе смертельных ее концентраций создать невозможно, но вероятны отравления различной степени. Вам повезло, если у вас на глазах контактные линзы. Рот и нос можно защитить платком, смоченным в любой жидкости.

Но эти средства помогают лишь в первые минуты. Если глаза оказались поражены, надо быстро-быстро моргать, чтобы слезы вымывали химическое средство. Предлагается и «народное средство» - потереть глаза мочой. В любом случае самое надежное – скорее покинуть место применения ликримогенных веществ.

Усвойте эти простые истины, донесите их до своих родных и близких, возможно, они оберегут их в возникающих экстремальных ситуациях при массовом пребывании людей.