

Министерство образования Иркутской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Иркутской области
«Свирский электромеханический техникум»

«Согласовано»
Методическим советом классных
руководителей «12» 09 2023 года
Протокол № 1



«Утверждаю»
Директор ГБПОУ «СЭМТ»
О.С. Лобанова
2023 года

Программа
по профилактике терроризма и экстремизма,
конфликтных ситуаций на межнациональной
и религиозной почве в молодежной среде
«Мы против насилия и экстремизма»

Свирск, 2023 год

Рабочая программа по профилактике терроризма и экстремизма, конфликтных ситуаций на межнациональной и религиозной почве в молодежной среде разработана в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Федеральным законом от 25 июля 1998 г. № 130-ФЗ «О борьбе с терроризмом», Федеральным законом от 25 июля 2002 г. № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности» (с изменениями и дополнениями), Федеральным закон РФ от 06.03.2006 г. № 35-ФЗ « О противодействии терроризму», «Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утверждена Президентом Российской Федерации Д. Медведевым 5 октября 2009 года)», «Стратегия противодействия экстремизму в Российской Федерации до 2025 года (утверждена Президентом РФ 28.11.2014 г. № Пр-2753)»

Разработчики: Мутина Т.В., заместитель директора.

Содержание

№ п/п	
1.	Паспорт программы
2.	Актуальность программы
3.	Результаты программы
4.	План мероприятий программы
5.	Основные понятия
6.	Приложения

1. Паспорт программы

Наименование программы	Программа по профилактике терроризма и экстремизма, конфликтных ситуаций на межнациональной и религиозной почве в молодежной среде «Мы против насилия и экстремизма»
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none">• Воспитание культуры толерантности и межнационального согласия.• Достижение необходимого уровня правовой культуры обучающихся, как основы толерантного сознания и поведения.• Формирование в молодежной среде мировоззрения и духовно-нравственной атмосферы этнокультурного взаимоуважения, основанных на принципах уважения прав и свобод человека, стремления к межэтническому миру и согласию, готовности к диалогу.• Общественное осуждение и пресечение на основе действующего законодательства любых проявлений дискриминации, насилия, расизма и экстремизма на национальной и конфессиональной почве.• Повышение уровня межведомственного взаимодействия по профилактике терроризма и экстремизма.• Проведение воспитательной, пропагандистской работы с обучающимися и сотрудниками техникума, направленной на предотвращение экстремистской и террористической деятельности, воспитанию толерантности, культуры мира и межнационального согласия в молодежной среде.• Использование Интернет ресурсы в воспитательных и профилактических целях, размещение на сайте техникума информации, направленной на формирование у молодежи чувства патриотизма, гражданственности, а также этнокультурного характера.• Повышение уровня занятости молодежи во внеурочное время.
Ожидаемые результаты от реализации программы	<ul style="list-style-type: none">• Укрепление и культивирование в молодежной среде атмосферы межэтнического согласия и толерантности.• Препятствование созданию и деятельности националистических экстремистских молодежных группировок.• Противодействие проникновению в общественное сознание идей религиозного фундаментализма, экстремизма и нетерпимости.• Совершенствование форм и методов работы по профилактике проявлений ксенофобии, национальной и расовой нетерпимости, противодействию этнической дискриминации.• Повышение уровня компетентности обучающихся техникума в вопросах миграционной национальной политики, способах формирования толерантной среды и противодействия экстремизму.• Создание эффективной системы правовых,

	<p>организационных и идеологических механизмов противодействия экстремизму, этнической и религиозной нетерпимости.</p>
<p>Ожидаемые конечные результаты реализации программы (показатели социально-экономической активности)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Увеличение доли обучающихся, охваченных программами по воспитанию толерантности. • Увеличение доли молодежи – участников мероприятий, направленных на профилактику проявлений ксенофобии и экстремизма, терроризма. • Увеличение числа социально значимых проектов (акций), направленных на развитие межэтнической и межконфессиональной толерантности.

2. Актуальность программы по профилактике терроризма и экстремизма, конфликтных ситуаций на межнациональной и религиозной почве в молодежной среде «Мы против насилия и экстремизма»

Угроза экстремизма и терроризма продолжает оставаться одним из основных факторов, дестабилизирующих общественно-политическую обстановку в Российской Федерации.

Формирование негативного отношения к таким опасным явлениям в обществе, как экстремизм и терроризм, является комплексной задачей, требующей скоординированных усилий органов государственной власти всех уровней с общественными организациями и объединениями, религиозными структурами, другими институтами гражданского общества и отдельными гражданами.

В последнее время активизировалась деятельность асоциальных молодежных организаций, спекулирующих на идеях национального возрождения и провоцирующих рост преступных акций, нарушения общественного порядка на этнорелигиозной, политической почве. Это приводит к социальной напряженности и ведет к усилению экстремистских проявлений. Молодежь может быть вовлечена в деятельность экстремистских организаций через Интернет, где они могут столкнуться с вредным контингентом, проблема толерантности актуальна для нашего многонационального региона. Поэтому возникла необходимость подготовки программы по профилактике экстремистской и террористической деятельности и последующей ее реализации.

Программа направлена на укрепление в техникуме толерантной среды на основе принципов мультикультурализма, ценностей многонационального российского общества, соблюдения прав и свобод человека, поддержание межнационального мира и согласия. Она призвана укрепить основы и методы процесса формирования толерантного сознания и поведения обучающихся техникума. Реальными механизмами ее осуществления являются комплексные меры, направленные на развитие гражданского общества, воспитание гражданской солидарности, патриотизма и интернационализма, поддержание мира и согласия, противодействие любым проявлениям экстремизма и терроризма.

Толерантность должна пониматься не просто как терпимое отношение к чему-то иному, отличающемуся от привычного нам. Толерантность предполагает не только понимание, но и принятие того факта, что окружающий мир и населяющие его народы очень разнообразны. При этом каждый этнос уникален и неповторим. Только признание этнического и религиозного многообразия, понимание и уважение культурных особенностей, присущих представителям других народов и религий, в сочетании с демократическими ценностями гражданского общества могут содействовать созданию подлинно толерантной атмосферы техникума.

Программа нацелена на последовательное внедрение методов обучения культуре межэтнического общения; на распространение инновационных образовательных технологий, способствующих преодолению границ этнокультурной изоляции и дистанции внутри техникумовского сообщества.

Приоритетное внимание уделяется вопросам повышения уровня подготовки обучающихся в области межкультурной коммуникации. Особое место в работе в данной сфере занимает профилактическая и пропагандистская работа,

ориентированная на формирование компетентных в вопросах межкультурных отношений личностей, открытых к восприятию «других», конструктивно относящихся к складывающемуся в техникуме многообразию культурных, религиозных, языковых традиций, способных предупреждать конфликты, возникающие на почве этнокультурных различий, или разрешать их ненасильственными средствами.

В техникуме немало делается для того, чтобы сформировать у молодежи установки на позитивное восприятие этнического и конфессионального многообразия, интерес к другим культурам, уважение присущих им ценностей, традиций, своеобразия образа жизни их представителей. Существующая система работы с обучающимися в значительной степени направлены на воспитание толерантного сознания и поведения, неприятие национализма, шовинизма и экстремизма.

3. Результаты программы

Реализация программы позволит:

- Создать эффективную систему правовых, организационных и идеологических механизмов противодействия экстремизму, этнической и религиозной нетерпимости;
- Снизить степень распространенности негативных этнических установок и предрассудков в студенческой среде;
- Способствовать формированию толерантного сознания, основанного на понимании и принятии культурных отличий, неукоснительном соблюдении прав и свобод граждан;
- Сформировать у обучающихся навыки цивилизованного общения в Интернет-пространстве, этикета в чатах и форумах;
- Обеспечить информационную безопасность;
- Предотвратить участие обучающихся в организациях, неформальных движениях, осуществляющих социально негативную деятельность.

Ожидаемые результаты

- Укрепление и культивирование в молодежной среде атмосферы межэтнического согласия и толерантности;
- Препятствование созданию и деятельности националистических экстремистских молодежных группировок;
- Противодействие проникновению в общественное сознание идей религиозного фундаментализма, экстремизма и нетерпимости;
- Совершенствование форм и методов работы по профилактике проявлений ксенофобии, национальной и расовой нетерпимости, противодействию этнической дискриминации;
- Повышение уровня компетентности обучающихся техникума в вопросах миграционной и национальной политики, способах формирования толерантной среды и противодействия экстремизму;
- Создание эффективной системы правовых, организационных и идеологических механизмов противодействия экстремизму, этнической и религиозной нетерпимости.

4. План мероприятий программы на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Мероприятие	Дата проведения	Ответственный
МЕРОПРИЯТИЯ С ПЕДАГОГИЧЕСКИМ КОЛЛЕКТИВОМ, РАБОТНИКАМИ ТЕХНИКУМА			
1.	Ознакомление с планом мероприятий по противодействию экстремизма на учебный год	сентябрь	Зам.директора по ВР
2.	Инструктаж сотрудников по теме «План действий против террора и диверсий»	сентябрь	Специалист по охране труда
3.	Рассмотрение вопросов, связанных с экстремизмом на совещаниях, заседаниях МО, педагогических советах	В течение года	Зам.директора по ВР
4.	Накопление методического материала по противодействию экстремизму и терроризму. Размещение информации на сайте техникума	В течение года	Зам.директора по ВР, социальный педагог, классные руководители, специалист по охране труда.
5.	Распространение памяток, методических инструкций по противодействию экстремизма, терроризма	В течение года	Социальный педагог, классные руководители
6.	Изучение администрацией, педагогами нормативных документов по противодействию экстремизма и терроризма	В течение года	Зам.директора по ВР, Специалист по охране труда
7.	Усиление пропускного режима, контроль за пребыванием посторонних лиц на территории и в здании техникума	В течение года	Специалист по охране труда
8.	Обновление наглядной профилактической агитации, оформление стендов по противодействию экстремизму и терроризму	1 раз в семестр	Специалист по охране труда, зам. директора по ВР, классные руководители
9.	Распространение опыта проведения уроков и мероприятий, направленных на развитие толерантного сознания у молодежи	В течение года	Руководитель МО ООД, классные руководители
10.	Проведение учений и учебных тренировок в техникуме по отработке взаимодействия администрации и правоохранительных органов при угрозе совершения террористического акта	2 раза в год	Специалист по охране труда
МЕРОПРИЯТИЯ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ			
11.	Проведение Всемирного дня борьбы с терроризмом (3 сентября), 1-4 курсы	сентябрь	Зам. директора по ВР, классные руководители
12.	Конкурс газет «Мы против терроризма», 1-4 курсы	сентябрь	Классные руководители, педагог-организатор ОБЖ

13.	Областная профилактическая неделя по профилактике экстремизма среди несовершеннолетних «Единство многообразия»	ноябрь	Социальный педагог, классные руководители
14.	Классные часы по толерантному воспитанию, 1-4 курсы: «Мы против террора» «Терроризм и экстремизм – зло против человека» «Разные, но равные» «Давайте дружить народами» «Возьмемся за руки, друзья» «Приемы эффективного общения» «Учимся быть терпимыми» и т.д.	В течение учебного года	Классные руководители
15.	Занятия-тренинги с обучающимися по воспитанию толерантности	В течение учебного года	Педагог-психолог
16.	Тренировочные занятия по отработке действий при террористической угрозе	2 раза в год	Специалист по охране труда
17.	Курс занятий по профилактике экстремизма и терроризма среди обучающихся	Январь-февраль	Зам. директора по ВР, классные руководители
18.	Учебные занятия по ОБЖ раздела «Гражданская оборона» по темам: «Как выявить и описать опасности в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)», «Как оценить риск реализации ситуации захвата заложников/стрельбы в общественном месте (ЧС)», «Как безопасно вести себя в ситуации захвата заложников в общественном месте (ЧС)», которые направлены на освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера. (1-3 курсы)	По рабочей программе учебной дисциплины	Преподаватель-организатор ОБЖ
19.	Уроки мужества в рамках месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы	Февраль	Классные руководители
20.	Учебные занятия по обществознанию	По рабочей программе учебной дисциплины	Преподаватель обществознания
21.	Библиотечная выставка «Традиции и обычаи русского народа и народов, проживающих на территории РФ»	Февраль	
22.	Обновление стенда «Правовое воспитание» информацией о проведении Дней толерантности в техникуме	Апрель	Социальный педагог, педагог-психолог
23.	Профилактическая индивидуальная работа с обучающимися «группы риска»	В течение года	Социальный педагог, классные

			руководители
24.	Организация и проведение индивидуальных и групповых занятий (1-4 курсы)	В течение года	Педагог-психолог
25.	Мониторинг по определению социально-психологической комфортности в студенческом коллективе (1-4 курсы)	2 раза в год	Педагог-психолог, классные руководители
26.	Организация волонтерского движения по реализации мероприятий, противодействующих молодежному экстремизму	В течение года	Советник директора по воспитанию и взаимодействию с детскими общественными объединениями
27.	Вовлечение обучающихся в программы дополнительного образования	В течение года	Классные руководители, преподаватели
МЕРОПРИЯТИЯ С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ)			
28.	Распространение памяток по обеспечению обучающихся	В течение года	Классные руководители
29.	Рассмотрение на родительских собраниях вопросов, связанных с противодействием экстремизма, деструктивного поведения подростков	В течение года	Классные руководители
30.	Мониторинг социальных сетей студентов	В течение года	Классные руководители, родители, педагоги

5. Основные понятия

1. Экстремистская деятельность (экстремизм):

- насильственное изменение основ конституционного строя и нарушение целостности Российской Федерации;
- публичное оправдание терроризма и иная террористическая деятельность;
- возбуждение социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии;
- пропаганда исключительности, превосходства либо неполноценности человека по признаку его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии;
- нарушение прав, свобод и законных интересов человека и гражданина в зависимости от его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии;
- воспрепятствование осуществлению гражданами их избирательных прав и права на участие в референдуме или нарушение тайны голосования, соединенные с насилием либо угрозой его применения;
- воспрепятствование законной деятельности государственных органов, органов местного самоуправления, избирательных комиссий, общественных и религиозных объединений или иных организаций, соединенное с насилием либо угрозой его применения;
- совершение преступлений по мотивам, указанным в пункте «е» части первой статьи 63 Уголовного кодекса Российской Федерации;
- пропаганда и публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики, сходных с нацистской атрибутикой или символикой до степени смешения;
- публичные призывы к осуществлению указанных деяний либо массовое распространение заведомо экстремистских материалов, а равно их изготовление или хранение в целях массового распространения;
- публичное заведомо ложное обвинение лица, замещающего государственную должность Российской Федерации, в совершении им в период исполнения своих должностных деяний, указанных в настоящей статье и являющихся преступлением;
- организация и подготовка указанных деяний, а также подстрекательство к их осуществлению;
- финансирование указанных деяний либо иное содействие в их организации, подготовке и осуществлении, в том числе путем предоставления учебной, полиграфической и материально-технической базы, телефонной и иных видов связи или оказания информационных услуг.

2. **Экстремистская организация** – общественное или религиозное объединение либо иная организация, в отношении которых по основаниям, предусмотренным Федеральным законом от 25 июля 2002 года № 114-ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности», судом принято вступившее в законную силу решение о ликвидации или запрете деятельности в связи с осуществлением экстремистской деятельности.

3. **Экстремистские материалы** – предназначенные для обнародования документы, либо информация на иных носителях, призывающие к осуществлению экстремистской деятельности, либо обосновывающие или оправдывающие необходимость осуществления

такой деятельности, в том числе труды руководителей национал-социалистической рабочей партии Германии, фашистской партии Италии, публикации, обосновывающие или оправдывающие национальное и (или) расовое превосходство либо оправдывающие практику совершения военных или иных преступлений, направленных на полное или частичное уничтожение какой-либо этнической, социальной, расовой, национальной или религиозной группы.

4. Основные направления противодействия экстремистской деятельности.

Противодействие экстремистской деятельности осуществляется по следующим основным направлениям:

- принятие профилактических мер, направленных на предупреждение экстремистской деятельности, в том числе на выявление и последующее устранение причин и условий, способствующих осуществлению экстремистской деятельности;
- выявление, предупреждение и пресечение экстремистской деятельности общественных и религиозных объединений, иных организаций, физических лиц.

5. Субъекты противодействия экстремистской деятельности.

Федеральные органы государственной власти, органы государственной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления участвуют в противодействии экстремистской деятельности в пределах своей компетенции.

6. Профилактика экстремистской деятельности.

В целях противодействия экстремистской деятельности федеральные органы государственной власти, органы государственной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления в пределах своей компетенции в приоритетном порядке осуществляют профилактические, в том числе воспитательные, пропагандистские меры, направленные на предупреждение экстремистской деятельности.

7. Толерантность (лат. *tolerantia* – терпение) – терпимость к чужому образу жизни, поведению, чужим обычаям, чувствам, верованиям, мнениям, идеям. Толерантность является одним из основополагающих демократических принципов, неразрывно связанным с концепциями плюрализма, социальной свободы и прав человека.

8. Ксенофобия (греч. *xenos* – чужой + *phobos* – страх) – особенность менталитета общества, которая проявляется в негативном отношении к социальным общностям или отдельным людям, воспринимаемым в качестве чужих и поэтому эмоционально неприемлемых, враждебных.

9. Терроризм (насильственные действия) – политика, основанная на систематическом применении террора. Несмотря на юридическую силу термина «терроризм», его определение вплоть до настоящего времени остается неоднозначным.

10. Террористическая деятельность – деятельность, включающая в себя:

- организацию, планирование, подготовку и реализацию террористической акции;
- подстрекательство к террористической акции, насилию над физическими лицами или организациями, уничтожению материальных объектов в террористических целях;

- организацию незаконного вооруженного формирования, преступного сообщества (преступной организации), организованной группы для совершения террористической акции, а равно участие в такой акции;
- вербовку, вооружение, обучение и использование террористов;
- финансирование заведомо террористической организации или террористической группы или иное содействие им (ФЗ «О борьбе с терроризмом» от 25 июля 1998 г.)

11. Террористическая организация – организация, созданная в целях осуществления террористической деятельности или признающая возможность использования в своей деятельности терроризма.

12. Террористический акт (сокращенно теракт) – совершение взрыва, поджога или иных действий, устрашающих население и создающих опасность гибели человека, причинения значительного имущественного ущерба, либо наступления иных тяжких последствий, в целях воздействия на принятие решения органами власти или международными организациями, а также угроза совершения указанных действий в тех же целях.

6. Приложения

Памятки по правилам поведения

КАК ВЕСТИ СЕБЯ ПРИ ТЕРАКТАХ

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ВЗРЫВООПАСНОГО ПРЕДМЕТА

- Обнаружив подозрительную вещь в общественном транспорте, опросите пассажиров. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите об этом водителю.
- Обнаружив бесхозный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей. Если владелец не установлен, немедленно сообщите об этом в отделение полиции.
- Обнаружив признаки установки взрывного устройства в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации.
- Не подходите к подозрительному предмету, не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте его.
- Запомните время обнаружения подозрительного предмета. Предупредите людей, чтобы они отошли как можно дальше от опасной находки.
- Обязательно дождитесь специалистов, так, как вы являетесь самым важным очевидцем.
- Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с подозрительными предметами – это может привести к многочисленным жертвам и разрушениям!
- Помните! Для маскировки взрывных устройств чаще всего используются обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, портфели, игрушки.

ДЕЙСТВИЯ ПРИ СТРЕЛЬБЕ В НАСЕЛЕННОМ ПУНКТЕ

Человека, случайно попавшего под обстрел, обычно охватывают паника и страх. Как правило, он не знает, что делать. У него появляется неодолимое желание убежать от опасности. В таких ситуациях нельзя мешкать, а сразу предпринять определенные действия

На улице:

- Несмотря ни на что, сразу же ложитесь и замрите
- Осмотритесь, чтобы найти укрытие (канаву, бетонную урну, угол здания, подземный переход, бордюрный камень)
- Осторожно, лучше ползком переместитесь за укрытие
- Учтите, что неосторожным передвижением вы можете вызвать огонь на себя, так как стреляющие могут принять вас за противника

В доме (квартире):

- Ни в коем случае не подходите к окнам, так как опасность прямого попадания пули достаточно велика
- Укройтесь в помещении, которое не имеет окон (ванная, туалет). Это поможет вам уберечься от рикошета, так как пуля, залетевшая в окно, от бетонных или кирпичных стен может срикошетировать не один раз
- Если после перестрелки возникла необходимость оказать помощь раненым, громко предупредите их об этом. Иначе находящиеся в шоковом состоянии люди могут продолжить стрельбу

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ЗАХВАТЕ В ЗАЛОЖНИКИ

Захват, как правило, осуществляется внезапно и быстро в любом месте: на улице, в транспорте, в доме, в учреждении, на производственном предприятии. Чаще всего захват заложников происходит в транспорте.

В связи с этим:

- Во время путешествий одевайтесь скромно и неброско
- Не берите с собой материалы политического, религиозного, военного характера и по возможности документы, подтверждающие ваш социальный статус
- Как можно быстрее возьмите себя в руки, не паникуйте, помните: ваша цель – остаться в живых
- Если нет полной уверенности в успехе, не пытайтесь бежать
- Располагайтесь подальше от окон, дверей и преступников (места рядом с ними наиболее опасны при проведении спецслужбами операции по освобождению)
- Если вы ранены, постарайтесь меньше двигаться, этим можно сократить потерю крови
- В первые часы после захвата не высказывайте категорических отказов преступникам, не противоречьте им; позже не бойтесь обращаться к ним с просьбами о том, в чем нуждаетесь, постепенно повышая их уровень
- Если террористы находятся в состоянии наркотического или алкогольного опьянения, по возможности ограничьте с ними любые контакты
- На совершение любых действий (сесть, встать, сходить в туалет, попить, поесть) спрашивайте разрешение, без раздумий и сопротивления отдавайте свои вещи, если требуют этого террористы
- При общении с преступниками избегайте презрительного, вызывающего тона и поведения, которые могут вызвать гнев террористов и привести к человеческим жертвам
- По возможности не допускайте прямого зрительного контакта с террористами, разговаривайте с ними спокойно, на вопросы отвечайте кратко
- Если вас допрашивают, многословно и свободно разговаривайте только на второстепенные темы, соблюдайте осторожность в том случае, если затрагиваются важные государственные и личные вопросы, контролируйте свои ответы, которые в последующем могут повредить вам и другим людям
- Для поддержания сил ешьте все, что вам предлагают, даже ту пищу, которая категорически не нравится
- Соблюдайте личную гигиену и чистоту, насколько позволяет ситуация
- Наблюдайте за преступниками и постарайтесь запомнить как можно больше информации о террористах (их количество, вооружение, имена, клички, приметы, особенности речи и манеры поведения, телосложения, тематику разговоров)

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ УГРОЗЫ ПО ТЕЛЕФОНУ

- Запишите определившийся номер телефона
- По возможности запишите разговор
- Если не успели записать, постарайтесь дословно запомнить разговор и немедленно запишите его
- По ходу разговора запоминайте такие детали, как пол и примерный возраст звонившего, особенности его речи (голос: громкий, тихий, низкий, высокий, и т.д.; речь: быстрая, медленная, внятная, невнятная, с заиканием, с дефектом, с акцентом или диалектом, с нецензурными выражениями, развязная и т.п.); звуковой фон: шум автодороги или железнодорожного транспорта, звук телевизора или радио, другие голоса и т.д.
- По возможности во время разговора постарайтесь получить ответы на следующие вопросы:
 - кому, куда и по какому телефону звонят?
 - что от вас требуют и кто выдвигает эти требования?
 - когда и каким образом можно связаться со звонившим?
 - кому вы можете или должны сообщить о разговоре?
- Зафиксируйте точное время начала и окончания разговора. Не бойтесь запугивания, по окончании разговора немедленно сообщите о нем в правоохранительные органы
- В ходе разговора постарайтесь склонить собеседника к тому, чтобы вам дали как можно больше времени для принятия решения или совершения каких-либо действий

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ ПИСЕМ И ЗАПИСОК, СОДЕРЖАЩИХ УГРОЗЫ

Угрозы в письменном виде могут быть отправлены по почте, электронной почте, в виде сообщения в телефоне, переданы со случайным человеком, брошены в почтовый ящик, прикреплены к автомобилю.

- Постарайтесь не оставлять на письме или записке отпечатки своих пальцев
- Не сминайте полученный документ и не делайте на нем пометки
- Положите все, что получено (письмо, записка, упаковка, конверт, другие вложения)
- Обратитесь в правоохранительные органы, оформив их передачу путем подачи письменного заявления или протоколом
- Ограничьте и не расширяйте круг лиц, которые знают о содержании полученного вами письма (записки), сообщения
- Если это электронное сообщение, постарайтесь сохранить его и передать в правоохранительные органы

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ЧЕЛОВЕКА К ДЕЙСТВИЯМ В ОПАСНЫХ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Не подготовленный в психологическом отношении человек, столкнувшись с реальной угрозой для жизни, перестает правильно оценивать ситуацию. Он думает, что опасность гораздо больше, чем есть на самом деле, и начинает заранее представлять себе самые жуткие картины своего будущего.

В чрезвычайной обстановке важно, чтобы человек был в состоянии:

- принимать быстрые решения;
- уметь импровизировать;
- постоянно и непрерывно контролировать самого себя;
- уметь различать опасности;
- уметь распознавать людей;
- быть самостоятельным и независимым;
- когда потребуется, быть твердым и решительным, но уметь подчиняться, если это необходимо;
- определять и знать свои возможности и не падать духом;
- в любой ситуации не сдаваться и пытаться найти выход.

Каким же образом должен подготовиться человек к тому, чтобы помочь себе выжить в опасной или экстремальной ситуации?

1) Развивать у себя установку на выживание, т.е. на готовность к спокойным и целенаправленным действиям:

-осознание («Я понимаю, где я оказался и что со мной происходит»);

-оценку («Я не растеряюсь и не испугаюсь»);

-поведение («Я вспомню все, что знаю и чему меня учили. Я буду терпеливым, внимательным и наблюдательным»)

2) уметь анализировать свои поступки и действия, ошибки и промахи, чтобы в будущем их не повторять;

3) развивать и укреплять свои волевые качества (уверенность, настойчивость, целеустремленность, умение противостоять трудностям и преодолевать их);

4) научиться побеждать свой страх, заставить себя спокойно рассуждать и поставить перед собой цель – выжить во что бы то ни стало. Чтобы побороть свой страх, необходимо:

- внимательно осмотреться, найти удобное положение, позволяющее расслабиться и успокоиться;

- дышать глубоко и покойно;

- сосредоточившись на ближайших делах, размышлять и планировать свои дальнейшие действия.

РЕКОМЕНДАЦИИ

- Обращайте внимание на подозрительных людей, предметы, на любые подозрительные мелочи
- Сообщайте обо всем подозрительном сотрудникам правоохранительных органов
- Никогда не принимайте от незнакомцев пакеты и сумки, не оставляйте свой багаж без присмотра

КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ УГРОЗЫ ВЗРЫВА

- Не принимать от неизвестных лиц подарки, посылки, букеты цветов и другие предметы, позволяющие укрыть взрывное устройство
- Обращать внимание на «забытые» предметы: чемоданы, свертки, книги. Такие вещи не перемещать и не осматривать самостоятельно, обязательно вызывать специалистов
- Взрывные устройства типа «бомба в письме» обычно имеют толщину 5-10 мм, письма такого рода довольно тяжелые. При получении подозрительного письма следует вызвать специалистов
- При обнаружении взрывного устройства отойти от опасного места, не курить, не пытаться самостоятельно обезвредить, сообщить о находке правоохранительным органам

ЕСЛИ ПРОИЗОШЕЛ ВЗРЫВ

- упасть на пол, закрыв голову руками и поджав под себя ноги
- как можно скорее покинуть это помещение, здание
- ни в коем случае не пользоваться лифтом
- при пожаре пригнуться как можно ниже, при необходимости ползти, обмотав лицо влажными тряпками или одеждой, чтобы дышать через них
- при завале не старайтесь самостоятельно выбраться, укрепите «потолок» находящимися рядом обломками мебели, здания, закройте нос и рот носовым платком и одеждой. Стучите с целью привлечения внимания спасателей, кричите только тогда, когда услышите голоса спасателей, иначе рискуете задохнуться от пыли