

Памятка "Что делать при стрельбе в школе"

Как действовать, чтобы выжить при нападении стрелка-террориста?

1. Будьте бдительны

- Подозрение должно вызывать все – повышенный интерес к оружию или взрывчатке, расстрелам в школах, личностям печально известных стрелков, шутки на тему смерти и убийств. Будьте внимательны, это может оказаться первым симптомом. Немедленно сообщайте о любом подозрении учителю и родителям. Не относитесь к угрозам как к шутке. Верьте в самые фантастические угрозы и немедленно сообщайте о них. Пусть полиция разбирается – шутник ваш одноклассник или он – потенциальный террорист.
- Будьте внимательны, и все примечайте. Кто-то зашел в школу с большой тяжелой сумкой или коробкой? Сообщите учителю и охраннику. Это кто-то посторонний? Тем более сообщите! Сантехник, строитель, родитель – кем бы он ни был на самом деле. Хоть полицейский в форме или врач скорой помощи в халате. Если вы не видели его раньше, не знакомы и не знаете, что он несет – немедленно сообщайте. Знайте, что некоторые террористы специально переодевались в форму или спецодежду, чтобы не вызвать подозрений.

2. Бегите от опасности

- Услышали стрельбу – бегите. Не проверяйте, петарды ли это, хлопушки или настоящие выстрелы. Просто бегите. Если стреляют за дверью и если это первый этаж – бегите через окно. Главное – бежать ОТ звуков выстрелов, а не НА звуки. Чем быстрее вы окажетесь подальше – тем больше у вас шансов.
- От страха люди могут впадать в ступор. Если кто-то застыл и не убегает – тащите, толкайте, да хоть бейте – лишь бы тот побежал.
- Забудьте о вещах – рюкзак, телефон, планшет и т.д. Не возвращайтесь ни за чем, оставьте, бросьте и бегите. Лучше остаться в живых без телефона, чем глупо рисковать собой из-за вещи. Все можно купить, кроме жизни.
- Избавьтесь от слишком яркой куртки или другой верхней одежды. Если террорист начнет стрелять по убегаящей толпе, он будет целиться прежде всего в яркие пятна.
- Не бегите куда попало, бегите к выходу – двери, окну, пожарному выходу, на первый этаж. Если окно ближе, чем дверь – не сомневайтесь, бегите через окно. Чем больше выходов используют убегаящие, тем лучше. Давка в дверях – самое ненужное в такой ситуации.
- На улице не останавливайтесь, бегите как можно дальше от здания. Оно может быть заминировано.
- Отбежав, лучше всего скрыться за какой-то преградой – другим зданием или автомобилем.
- Убежав, звоните родителям, сообщайте о случившемся. Не допустите, чтобы папа или мама, не зная, где вы и что с вами, в истерике побежали искать вас в здание, где еще может быть опасно.

3. Прячьтесь

- У стрелка мало времени на то, чтобы ломиться в каждую запертую дверь. Заприте ее так крепко, насколько можно, любыми средствами. Подпереть шваброй, завязать брючным ремнем, завалить партами и шкафами – сгодится все. Чем трудней будет открыть дверь снаружи – тем больше у вас шансов выжить.

- Не стойте напротив даже наглухо запертой двери – через нее могут стрелять. Выберите место в «мертвой зоне», которая не простреливается сквозь дверной или оконные проемы. И лягте на пол – не забывайте о возможности рикошета пули от противоположной стены.
- Позвоните в полицию – лучше пусть это сделает учитель или кто-то один, не нужно забивать канал связи и создавать шум в помещении.
- Если возможно – выключите свет и соблюдайте тишину. Отключите звуки телефонов. Зажмите рот плачущим. Замрите.
- Если вы сами по себе – оказались в коридоре на перемене, вышли в столовую или туалет и не можете покинуть здание – ищите убежище. Подальше от звуков стрельбы. Просто залезть под парту – не лучшая идея. Лучше спрятаться в шкафу, вентиляционной шахте или чуланчике со швабрами уборщицы.
- Оценивайте убежище с точки зрения его крепости и надежности. Пулю остановит кирпичная стена, стальной сейф, банкомат, возможно – набитый книгами шкаф. Гипсокартонная стена, крышка парты, стенка шкафа, дверца туалетной кабинки – не остановят.
- Если у вас в руках набитый книгами рюкзак, ранец или сумка – прикройтесь ею. Толстая стопка книг может остановить пистолетную пулю или заряд дробы.

4. Первая помощь в случае ранения

- В случае, если вы получили ранение, постарайтесь сами себе перевязать рану платком, полотенцем, шарфом, куском ткани. Остановите кровотечение прижатием вены к костному выступу или наложите давящую повязку, используя для этого ремень, платок, косынку, полосу прочной ткани. Окажите помощь тому, кто рядом с вами, но в более тяжелом положении.
- Раны бывают резаные, колотые, огнестрельные, ожоговые, укушенные. Как правило, при ранении отмечается различной интенсивности кровотечение. Поэтому, оказывая первую помощь, следует остановить кровотечение.
- При артериальном кровотечении кровь яркая, алая, выплескивается из артерии фонтаном. В случае сильного кровотечения на кисти или предплечье, необходимо максимально согнуть локтевой сустав; при кровотечении на стопе и голени – согнуть ногу в колене суставе. При артериальном кровотечении на бедре – наложить жгут (закрутку) на ногу ниже паха; на плече – жгут чуть ниже плечевого сустава. При венозном кровотечении кровь истекает равномерной струей темного или почти черного цвета. Для остановки этого кровотечения достаточно максимально поднять конечность и наложить тугую повязку.

После остановки кровотечения края раны надо смазать раствором йода или зеленкой, прикрыть рану марлевой салфеткой или чистой тряпицей и наложить повязку бинтом, куском материи или поясом.

Боль при ранении может привести к шоковому состоянию пострадавшего. В этом случае, помимо остановки кровотечения необходимо:

- положить или усадить пострадавшего так, чтобы его руки и ноги были несколько приподняты.
- использовать обезболивающие средства
- закутать пострадавшего, чтобы обеспечить максимальное тепло

При оказании первой помощи в случаях ранения категорически нельзя:

- промывать рану;
- извлекать любые инородные тела;
- класть в рану вату, смоченную йодом.

В экстренных случаях можно просто взять кусок относительно чистой материи (носовой платок, кусок рубашки и т.д.), положить его в рану и крепко прижать рукой, держа так все время транспортировки в лечебное учреждение.

На небольшие ожоговые раны следует накладывать трехслойную повязку, если возможно, смоченную раствором фурацилина. Повязку необходимо прибинтовать к пораженному месту. Она присохнет, но отрывать ее нельзя, она будет сама отходить от раны по мере заживания.

При ранении в голову пострадавшего укладывают горизонтально, обеспечивают покой. Надо учитывать, что ранению в голову обычно сопутствует сотрясение мозга. Рану головы (исключая ранения лица) лучше не трогать. В случае получения ранения в лицо следует зажать рану стерильным тампоном, салфеткой или платком. Для спасения жизни получившего ранение в голову необходима квалифицированная медицинская помощь.

При ранениях позвоночника пострадавшего необходимо обездвижить и уложить. После этого пострадавшего не следует трогать до прибытия медиков. В случае остановки дыхания и сердца пострадавшему нужно произвести непрямой массаж сердца и искусственное дыхание. Самостоятельная транспортировка такого раненого не рекомендуется. Чрезвычайно опасны ранения в шею. Они могут осложняться повреждением гортани и повреждениями позвоночника, а также сонных артерий. В первом случае пострадавшего иммобилизуют, а во втором незамедлительно производят остановку кровотечения. Смерть от кровопотери при ранении сонной артерии может наступить в течение 10-12 секунд. Поэтому артерию пережимают пальцами, а рану немедленно туго тампонируют стерильным бинтом. Транспортировка такого пострадавшего должна осуществляться как можно более осторожно.

При ранениях в грудь и живот, для предотвращения попадания воздуха в плевральную и брюшную полости необходимо наложить на рану воздухонепроницаемую повязку – марлевую салфетку, обмазанную борной мазью или вазелином, кусок полиэтилена, в крайнем случае, плотно зажать рану ладонью. Пострадавшего усаживают в полусидячее положение. Надо учитывать, что остановка кровотечения затруднена.

5.Советы психолога

Страх перед террористическим насилием, случается, совершенно не соразмерен реальному риску подвергнуться нападению. В результате появляется постоянное чувство тревоги, которое может в соответствующий момент перерасти в ужас, а он проявится физической слабостью, неподвижностью или паническим бегством.

Такое угнетенное состояние затрудняет поиск выхода из экстремальной ситуации, вызывает чувство безнадежности, ведет к отказу от активного сопротивления, и даже от борьбы за собственную жизнь.

Проанализируйте свое поведение в экстремальной ситуации. Возможно, оно характеризуется одним из следующих признаков:

- *Дезорганизация* поведения может проявиться в неожиданной утрате ранее приобретенных навыков, которые, казалось, были доведены до автоматизма. Некоторые люди в обычных условиях проявляют чудеса владения различными приемами самообороны, но в экстремальной ситуации вдруг, напрочь забывают о них.
- *Торможение* действий характеризуется тем, что экстремальная ситуация может вызывать состояние ступора (оцепенения).
- *Повышение скорости* выражается в мобилизации всех ресурсов организма на преодоление экстремальной ситуации. При этом наблюдается четкость восприятия и оценки происходящего, совершаются адекватные ситуации действия. Эта форма реагирования, конечно же, самая желательная, однако она

появляется, как правило, только при наличии определенных навыков и специальной подготовки.

Чтобы действовать адекватно в экстремальной ситуации, постарайтесь по возможности следовать следующему плану действий:

- прежде, чем принимать какое-то решение, проанализируйте ситуацию, в которой вы оказались;
- попробуйте, насколько это будет возможно, оценить человека, противостоящего вам, обратив внимание на его физические и психические данные, его настроение и возможные особенности в поведении;
- приведите себя в состояние, которое позволит вам не только действовать, но и думать;
- определите тактику своего поведения в зависимости от всего объема поступившей к вам информации и ведите себя в соответствии с ней.

Многие допускают одну из двух ошибок – переоценивают свои возможности, либо сильно их занижают. И то, и другое делает вас потенциальной жертвой. Следовательно, необходимо уметь различать опасности действительные и мнимые, правильно оценивать людей и контролировать себя. Наконец. Грустный совет, но психологически надо быть всегда готовым к применению насилия, что уже само по себе является эффективным средством защиты. Главное правило – понять, в какую ситуацию вы попали, насколько реальна угроза физического насилия, и можно ли ее избежать.

- *Ваше восприятие* будет, прежде всего, зависеть от того, где вам угрожают. Например, если это ваша квартира, помните, что тот, кто угрожает, гораздо хуже ориентируется в обстановке, которая вам хорошо знакома. Если это помещение, в котором хозяином положения является угрожающий, само по себе незнание обстановки во многом может сковывать ваши действия. Экстремальная ситуация может по-разному восприниматься и на улице. В темное время суток любая угроза воспринимается серьезнее, чем днем.

Важна оценка количества людей, реально угрожающих вам. Характер взаимоотношений между ними может подсказать, кто в группе главный, впервые ли эти люди совершают нападение, или они действуют как слаженная преступная группа.

При непосредственном нападении следует принимать в расчет собственные физические возможности. Избегайте мгновенно реагировать на нападение насильственными действиями, особенно если преступники вооружены. В таком случае лучше не сопротивляться, хотя это и не кажется достойным выходом из ситуации. Практика показывает, что подвергшийся нападению имеет больше шансов выжить, если признает за преступником его превосходство. Прежде, чем что-либо предпринимать, следует взвесить свои реальные возможности и возможные последствия. Постарайтесь не допустить паники. Для этого необходимо заставить себя некоторое время сохранять спокойствие, свободно и глубоко дышать. Если паника возникла на улице, и нет других угрожающих факторов, спокойно объясните ситуацию и выведите людей из опасного места.