

«Чтобы не случилось беды. Безопасность на улице и дома»

Каждый человек хочет, чтобы, его права никто не нарушал, и чувствовать себя в безопасности. Нам хочется верить, что большинство людей в мире, в нашей стране, в нашем городе – добропорядочные граждане, которые руководствуются принципами морали и нравственности, поступают по совести, учитывают мнения других людей, не нарушают их права, исполняют закон. Если бы каждый человек так жил и вёл себя, то не нужны были бы ни полиция, ни суды, ни тюрьмы. Но, к сожалению, эта картина далека от реальности. В мире постоянно совершаются различные преступления и правонарушения.

Так за 9 месяцев 2022 года в Кемеровской области – Кузбассе в отношении несовершеннолетних совершено 2 454 преступления, из них 3 убийства. За 9 месяцев 2021 года зарегистрировано 2 832 преступления в отношении несовершеннолетних, из них 10 убийств.

Никто из нас не застрахован от совершения против нас какого-либо преступления. Предотвратить беду всегда лучше, чем искать потом выход из сложившейся ситуации. Есть такая пословица: «Предупреждён – значит вооружён». То есть: когда человек знает, что может произойти, он готов к этому, успеет отреагировать, обладает нужной информацией, может физически и морально подготовиться.

Вот именно поэтому, мы с вами сегодня поговорим о том, что может случиться на улице, какие опасности могут подстергать вас и как следует при этом себя вести. Опасные ситуации могут быть самыми разными: агрессивно настроенные молодые люди, старшеклассники, ровесники могут причинить вред, маньяки, наркоманы, мы можем «попасть в историю», если уйдём далеко от дома, в небезопасное место, можем заблудиться и т.д.

Сегодня мы с вами вооружимся необходимыми знаниями для того, чтобы всех этих опасностей избежать, и если уж что-то произойдёт, то вы будете знать, как правильно поступить, как нужно себя вести.

В первую очередь необходимо соблюдать меры безопасности:

В нашей области действует закон от 17.01.2005 № 11-ОЗ «О системе профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних в Кемеровской области», согласно которому введены ограничения пребывания несовершеннолетних в общественных местах в определенное время суток.

В целях предупреждения причинения вреда здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию родители (лица, их заменяющие) не должны допускать пребывания своих детей одних в ночное время в общественных местах после 23:00. «Комендантский час» действует до 06:00 утра. Комендантский час в области введен также еще в 2008 году.

Ребенка, гуляющего ночью в общественных местах, возвращают родителям или лицам, их заменяющим. В этом случае взрослые несут административную ответственность.

Первоочередные меры безопасности вы должны знать и соблюдать каждый: не ходить по безлюдным улицам, не садиться в машину к незнакомым и малознакомым людям, иметь с собой средства защиты и т.д).

Никогда не принимайте от чужих людей подарки, деньги, сладости, приглашение покататься на машине и тому подобное. Особо опасно соглашаться с ними куда-либо пойти, поехать, оказать им какую-либо помощь (например: поднести вещи, найти кошку, собаку, сфотографироваться и т. д.).

В настоящее время, когда очень часто происходят террористические акты, соблюдайте на улице повышенную осторожность: не трогайте и не открывайте незнакомые предметы: свертки, сумки, пакеты. А если вы обнаружили подозрительные предметы, то сообщите взрослым, которые находятся от вас вблизи, или сразу позвоните в службу спасения. Чтобы с вами на улице не случилось, рассказывайте, в первую очередь, своим родителям или другим близким людям.

Правила безопасности и самооборона.

То, что вы видите в кино, может сформировать у вас не всегда верные представления о самообороне. Например, девушка идёт мимо машин, стоящих на парковке. Вдруг какой-то парень, выскакивает из-за машины и бросается на неё. Девушка бьёт плохого парня в глаза своими ключами или пинает его ногой в пах. В то время как он корчится от боли, она убегает прочь.

Это кино. В жизни всё выглядит по-другому: когда девушка собирается нанести злодею удар рукой или ногой он, зная, что его ждёт, хватается её за руку (или ногу) и выводит из равновесия. Взбешенный её попытками сопротивления, он валит её на землю, и теперь у неё практически нет шансов, чтобы защитить себя.

В опасной ситуации главное – сделать всё от себя возможное, чтобы избежать драки и борьбы, когда кто-то угрожает или нападает на нас. Самооборона — это использование, прежде всего, ума, а не кулаков.

Подростки (юноши и девушки), которые находятся под угрозой физического насилия и собираются дать отпор, на самом деле могут ещё больше усугубить ситуацию. Нападающий, который уже морально подготовлен, может стать совсем неуправляемым и жестоким. Поэтому лучший способ справиться с нападением или угрозой нападения заключается в попытке избежать его. Таким образом, вы меньше всего рискуете нанести себе физический и моральный вред.

Один из способов избежать потенциального нападения состоит в том, чтобы доверять своим инстинктам. Ваша интуиция в сочетании со здравым смыслом, может помочь вам выбраться из неприятностей. Например, если вы совершаете пробежку в парке и вдруг чувствуете, что за вами следят, возможно, ваша интуиция подсказывает вам, что что-то тут не так. Ваш внутренний голос говорит вам, что лучше всего вернуться туда, где больше людей вокруг. Прислушайтесь к нему!

Злоумышленники не всегда незнакомцы, которые выпрыгивают из темных переулков. К сожалению, подростки могут подвергнуться нападению и со стороны тех людей, которых они знают.

В опасной ситуации необходимо говорить или действовать таким образом, чтобы предотвратить ухудшение ситуации. Например, отдать грабителю свои деньги вместо того, чтобы бороться или бежать. Если кто-то преследует вас на улице и пытается заговорить, когда вокруг никого нет, вы можете оттянуть

момент нападения, соглашаясь с ним и вступив в диалог. Затем вы можете перенаправить фокус внимания оппонента ("Ой, вон мои родители!"), и спокойно разрешить ситуацию.

Для того чтобы девушке избежать небезопасного внимания к своей персоне, в первую очередь не нужно провоцировать его.

Короткая юбка, обтягивающая кофточка, яркая косметика вполне уместны в ситуациях, не предполагающих нежелательных последствий. Так можно выглядеть на домашней вечеринке, школьном вечере или в компании очень близких людей.

Однако при этом нужно помнить, например, что по статистике большой процент сексуальных посягательств происходит именно со стороны знакомых и близких друзей. Сексуальные маньяки составляют лишь небольшой процент из числа насильников.

Приходить на различного рода молодежные сборы (тусовки) лучше не одной, а с близкими, проверенными друзьями. С ними надо и уходить, как бы ни велико было желание еще потанцевать и повеселиться. В старом дворянском этикете была рекомендация «не давать повода». Эта рекомендация сегодня составляет первое условие безопасного поведения девушки.

Давать повод может не только внешний вид девушки, но и ее поведение. Развязность, громкий смех или другие проявления эмоций привлекают к себе внимание окружающих. И если одни люди воспринимают такое поведение как проявление невоспитанности, то другие – как признак доступности.

Рекомендации для девушек (подходят и юношам):

- не находиться на улице одной в темное время суток;
- избегать проходных подъездов, дворов, безлюдных участков, территорий;
- не пользоваться подземным переходом, если он плохо освещен или малолюден;
- никогда ни при каких обстоятельствах не садиться в машину к незнакомым и малознакомым людям;
- никогда ни при каких обстоятельствах не заходить самой в чужие дома или квартиры, даже если вас об этом будут убедительно просить (нужно помочь, посидеть с ребенком, позвонить);

Если все-таки вам придется идти одной в темное время суток или через безлюдное место, примите следующие меры безопасности:

- одежда не должна стеснять ваши движения;
- обувь должна быть удобной для бега, обувь с высокими каблуками не надевать;
- волосы не должны быть распущены (распущенные волосы легко намотать на руку в случае физического насилия);
- при себе следует иметь средства индивидуальной защиты.

Рекомендации для юношей

- не ведите себя вызывающе;
- не демонстрируйте другим высокомерие, превосходство, презрение;
- не задирайте окружающих людей, даже если вам очень хочется продемонстрировать свою удалость перед спутниками, а тем более спутницами. Во-первых, это не возвысит вас в их глазах, а во-вторых, вы не знаете, на кого нарветесь;

- не носите с собой открыто вещи, имеющие большую материальную ценность, они могут представлять интерес для любителей легкой наживы;
- проявляйте бдительность, постарайтесь избежать встречи с большой компанией, подвыпившими или пьяными людьми;
- избегайте безлюдных мест, если идете один, а тем более, если провожаете девушку. В первом случае вы еще сможете спастись бегством, во втором – этот вариант исключен;
- старайтесь до последнего избегать физического столкновения;
- при проявлении в ваш адрес агрессии держитесь спокойно, уверенно в себе. Нежелательны обе крайности поведения: ваша встречная агрессия может только раззадорить нападающих; ваша униженно просящая позиция неминуемо переведет вас в положение жертвы. Человек, ведущий себя как жертва, во всех ситуациях является объектом нападения;
- если драка неминуема, главное усвоить: только люди с комплексом неполноценности, обиженные жизнью и людьми, дерутся до победного конца (исключением является защита ребенка, женщины, инвалида, когда других способов защиты уже не осталось). Настоящий мужчина найдет способ прекратить драку как можно скорее.
- возьмите уроки самообороны. Лучшим способом, чтобы подготовиться к неожиданному нападению со стороны, являются занятия по самообороне. Инструктор самообороны научит вас, как правильно оценивать экстремальную ситуацию и решать, что нужно делать для её разрешения. Он научит вас специальным приёмам пресечения агрессии атакующего и другим вещам, которые вы можете сделать, чтобы выйти невредимым из передраги. Например, злоумышленники обычно предвидят, что их жертва может нанести удар в пах или в глаза. Хороший инструктор научит вас способам удивить агрессора и заставить его врасплох.

Самое важное, что занимающийся самообороной приобретёт на тренировках – это уверенность в себе. Последнее о чём нужно думать во время атаки: "Действительно ли я могу сделать это?" Гораздо легче принять меры в чрезвычайной ситуации, если у вас уже был тренировочный опыт.

Уроки самообороны дадут вам возможность попрактиковаться в технике приёмов и тактике ведения боя. Если посещать тренировки вместе с приятелем, то вы можете продолжать практиковаться друг на друге дома, чтобы сохранить в мышечной памяти и уме техники приёмов даже после того, как тренировка закончилась.

Что делать, если избежать опасности не удалось? Если, например, вы идёте по тёмной улице и чувствуете, что кто-то идёт за вами, преследует вас? Ответы детей могут быть такими: нужно убежать, закричать, позвать на помощь, постараться свернуть на более людную и освещённую улицу (если это возможно), зайти в магазин или в аптеку.

Измените свой маршрут, пойдите по другой дороге (только чтобы она была не безлюдной). Сделайте вид, что что-то забыли и поверните обратно, остановитесь поправить одежду, обувь и т.д. (таким образом вы проверите, действительно ли вас преследуют, или собьёте с толку злоумышленника),

измените своё поведение, будьте непредсказуемыми, резко повернитесь лицом к этому человеку и спросите: «Что вам нужно?» / «Что вы за мной идёте?»

Старайтесь не заходить с подозрительными личностями в подъезд и лифт, дождитесь, когда туда зайдут другие люди.

Когда видите впереди компанию молодых людей, которые могут быть агрессивно настроены, проходя мимо них, держитесь уверенно, но не вызывающе, смотрите прямо перед собой (не в пол – взгляд жертвы, но и не в глаза – вызывающий взгляд).

Если вам что-то когда-то угрожало или угрожает сейчас, и если опасность эта исходит от знакомого человека, близкого ваших родителей (что нередко случается), то обязательно расскажите родителям об этом.

Как выйти из опасных ситуаций, пути выхода из них ?

Мальчик (юноша) идёт вечером по незнакомой улице, компания парней преграждает ему путь. Как поступить мальчику (юноше)? Не нужно ждать, пока они что-то скажут, начинайте действовать (если видите, что настроены они агрессивно). Лучше свернуть с дороги, пойти другим путём, зайти в ближайший магазин или аптеку, разговаривать по телефону – сыграть роль – будто кто-то идёт вам на встречу, например вас должен встретить старший брат или папа, говорите громче, чтобы злоумышленники услышали. В критической ситуации проявите все свои актёрские способности: можно сделать вид, что вы узнали этого человека (обидчика), будто это ваш старый знакомый, начать вести себя соответствующе. Это поможет отвлечь обидчика, ввести его в заблуждение, и вы сможете уйти или убежать. Если вы понимаете, что сможете просто убежать, то лучше сразу именно это и сделать. Это не стыдно, это необходимая мера, что бы не получить серьёзные травмы, а то и вовсе не лишиться жизни.

Девочка (девушка) идёт домой, слышит, что за ней идёт человек, явно преследует её, заходит за ней в подъезд. Как ей себя вести? Можно резко обернуться, что-то сказать или спросить. Если чувствуете в себе уверенность, то сыграть какую-либо роль, например, сделать испуганное выражение лица и сказать: «что это у вас на лице / с вашим лицом?», разыграть эпилептический припадок, притвориться сумасшедшей, и т.д., это оттолкнёт обидчика, введёт в заблуждение и позволит вам убежать или использовать против обидчика средства индивидуальной защиты.

Как себя вести, если на вас напали? Конечно, нужно найти возможность убежать (а для этого отвлечь внимание любым способом). Если сразу этого сделать не удалось, то используйте любые предметы и приёмы, чтобы защититься, и конечно, зовите на помощь. Не всегда помогают призывы «Помогите! Спасите!»... Зовите на помощь родителей - это напугает обидчика – он подумает, что вы где-то недалеко живёте и родители могут услышать вас и прийти на помощь. Каждый человек понимает, и преступник в том числе, что родители будут спасать своего ребёнка любой ценой. Люди, которые услышат, что какой-то ребёнок зовёт на помощь родителей, быстрее отреагируют на ваш призыв, т.к. у них возникнет ассоциация с их собственными детьми. Если вы оказались в людном месте лучше просить о помощи не всех присутствующих людей, а кого-то конкретного (т.к. есть такой феномен, как распределение

ответственности – когда очевидцев много, то каждый ожидает активных действий от кого-то другого и каждый, в итоге, бездействует).

Безопасность дома.

Ситуация 1. Вы один (одна) дома. Звонит телефон. Берете трубку и слышите незнакомый голос: «Здравствуйте, а родители дома?».

Ответ: «Да, дома, но они заняты. Что им передать? Кому и куда перезвонить?».

Ситуация 2. Звонок (стук) в дверь. Смотрите в глазок, увидели незнакомого человека, спрашивает: «Кто там?»

Последовал ответ: «Откройте, полиция! Человеку плохо, от вас вызовем скорую помощь».

Ответ: «Скажите, что случилось, по какому адресу, я все сделаю сам (сама)». Идете к телефону и вызываете полицию и «Скорую помощь».

Ситуация 3. Кто-то пытается ключом открыть дверь. Спрашиваете: «Кто там?».

Последовал ответ: «Сантехники! Мы проверяем отопительную систему!».

Ваш ответ: «Я ничего не знаю. Через несколько минут вернется папа, тогда и приходите».

Продолжают открывать дверь ключом. Тогда быстро баррикадируете дверь подручными предметами, звоните в полицию, службу спасения, затем бежите к окну и громко просите о помощи.

Если вы оказались дома одни и вам позвонили в дверь – не спешите ее открывать, сначала посмотрите в глазок, если человек вам не знаком – не открывайте, отойдите от двери и позвоните родителям на работу.

Если неизвестные рвутся в квартиру, немедленно поднимайте тревогу: позвоните в полицию (02) или сразу в службу спасения. Откройте окно, крикните людям «Пожар!» (это лучше привлекает внимание), стучите тяжелыми предметами по батарее, кричите.

Подводя итоги, попробуем составить формулу безопасности, которая должна получиться примерно такой:

- предвидеть опасность;
- по возможности избегать ее;
- при необходимости действовать решительно и четко;
- бороться до последнего, активно, всеми возможными способами просить о помощи и самому ее оказывать тем, кто попал в беду.