

# ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

Любая деятельность потенциально опасна, а сами опасности носят перманентный характер.

*Потенциальная опасность* – это опасность скрытая, неопределенная во времени и пространстве. В случае, если ее нежелательные последствия будут значительные, то это событие классифицируется как чрезвычайная ситуация (ЧС).

В 2006 году в Российской Федерации произошло 2847 чрезвычайных ситуаций, в том числе 2541 техногенного, 261 природного и 44 биолого-социального характера, а также 1 крупный террористический акт.

В результате произошедших чрезвычайных ситуаций погибло 6043 человека и пострадало 8150 человек. Материальный ущерб, причиненный чрезвычайными ситуациями, составил 2347,5 млн. рублей.

Усилиями спасателей МЧС России удалось спасти жизни 6668 человек ([mchs.gov.ru](http://mchs.gov.ru)).

Ежедневно из средств массовой информации мы узнаем о все новых и новых катастрофах, стихийных бедствиях, террористических актах и других чрезвычайных ситуациях. Каждый человек невольно проецирует эти события на себя: а если это случится со мной, моими близкими или коллегами? Невольно возникает чувство беспомощности и беззащитности, кажется, что опасность подстерегает человека везде: дома, на работе, в школе, на улице, в общественных местах, в транспорте, на природе.

Кажется, нет ни одного места, где человек чувствовал бы себя полностью защищенным. От этого могут пропасть сон и аппетит, проявиться различные заболевания, уйти душевный покой... Не думать об окружающих опасностях не получается, но в то же время от постоянного опасения перед ними возникает усталость. Постоянно осуществляются попытки нахождения универсальных средств спасения, советов на «все случаи жизни». Но найти их не удается. Получается замкнутый круг.

Как разорвать этот порочный круг, как подготовиться самому и подготовить своих близких к жизни в таком опасном и таком интересном мире?

Можно сделать вид, что опасностей не существует, и не смотреть телевизор, не слушать радио и уклоняться от обсуждения криминальных новостей... Можно попытаться изолировать себя от общества и уехать в глухую тайгу... Можно получить специальное образование в надежде, что профессиональные навыки помогут спасти собственную жизнь и жизнь своих близких... А можно попытаться перестроить свою психологию, развить в себе психологию безопасности. Для этого нужно не так уж и много:

- первое – перестать бояться и ждать беды;
- второе – выработать в себе навыки поведения в ЧС.

**Страх бывает разный: он может быть конструктивным, а может быть деструктивным.**

Конструктивный страх оберегает человека от опасных и необдуманных поступков (способствует самосохранению). Деструктивный страх мешает жить и совершать обычные поступки: пользоваться лифтом, совершать путешествия на воздушном транспорте или есть куриное мясо. Такой страх парализует способность думать и действовать, заставляет вновь и вновь переживать воображаемое событие, детализируя и приукрашивая его. Если мы боимся чего-то очень сильно, то, как бы проживаем еще не случившуюся ситуацию несколько раз: психологически это событие для нас уже состоялось. С таким страхом необходимо и можно бороться либо самостоятельно, либо с помощью специалиста. Это и есть первый шаг к психологии безопасности.

Второй шаг – выработать в себе навыки поведения в ЧС. Подготовиться ко всем существующим в мире опасностям невозможно, да и бессмысленно. Ведь достаточно часто

человек боится не той опасности, которая регулярно ему реально угрожает, а некоторой, *возведенной лично им* в статус «*Вселенской*». Часто люди боятся летать на самолете, но очень спокойно перебегают дорогу в потоке машин, стараясь успеть на подъехавший к остановке автобус; не используют ремни безопасности при езде в автомобиле, хотя за последнее время в автокатастрофах только в России погибло гораздо больше людей, чем в авиакатастрофах во всем мире. Инфляции опасается большинство людей, но при этом значительное их число не очень раздумывая, вкладывает накопленные средства в финансовые пирамиды. Опасаясь атипичной пневмонии, люди отказываются делать прививки от более распространенного гепатита. И так далее и тому подобное.

Важно предвидеть опасную ситуацию, постараться избежать ее и знать, как действовать, все же оказавшись в ней.

Только тогда, когда человек сам осознает необходимость своего безопасного поведения, он сможет противостоять чрезвычайным ситуациям. Моральная готовность к чрезвычайной ситуации в первую очередь подразумевает знание приемов самосохранения.

На степень подготовленности к действию в чрезвычайной ситуации в значительной мере может повлиять общий уровень физической и волевой подготовки человека. Хотя известны случаи, когда сильные, профессионально подготовленные люди терялись в чрезвычайных ситуациях. В целом следует признать, что человек, владеющий своими эмоциями, умеющий в короткий срок принимать решения, проявляющий в чрезвычайной ситуации большую выдержку и рассудочность в действиях, имеет гораздо больше шансов на спасение.

Поэтому нужно самым тщательным образом изучить возможные чрезвычайные ситуации в местах наиболее частого Вашего пребывания (или в местах, куда Вы направляетесь), заранее обдумать план действий в каждом конкретном случае. Если Вы будете не один, то необходимо заранее распределить обязанности. Каждый должен знать, что он будет делать в той или иной чрезвычайной ситуации.