**Деятельность уголовно-исполнительных инспекций по исполнению наказаний и иных уголовно-правовых мер, несвязанных с изоляцией от общества**

**Опыт работы уголовно-исполнительных инспекций и аппаратов по их руководству территориальных органов УИС**

Программа действий сотрудников уголовно-исполнительной системы по обеспечению личной профессиональной безопасности

(методические рекомендации для сотрудников уголовно-исполнительных инспекций психологической службы ГУИН Минюста России по Краснодарскому краю)

Профессиональный риск является сейчас объективным условием деятельности сотрудников многих служб и подразделений уголовно-исполнительной системы. Обеспечение личной профессиональной безопасности сотрудников, т.е. сведение профессионального риска до возможного минимума, — про­блема сложная и комплексная.

*Для ее выполнения необходимы:*

 соответствующая правовая и нормативная база (в частности – этому посвящен ряд положений Законов Российской Федерации «О ми­лиции», «О безопасности», «О государственной защите судей, должнос­тных лиц правоохранительных и контролирующих органов» и ведом­ственных актов Минюста России);

 материально-техническое обеспечение (современный транспорт, оружие, экипировка, спецтехника, средства самообороны);

 комплекс мер управленческого характера;

 специальная работа с кадрами.

Особая роль принадлежит подразделениям собственной безопасно­сти.

В то же время личная профессиональная безопасность сотрудника во многом зависит от него самого, от его общей профессиональной под­готовленности и опыта. Кроме того, зарубежная и отечественная прак­тика деятельности уголовно-исполнительных органов показывает, что важную роль в обеспечении личной профессиональной безопасности сотрудни­ка играет овладение им специальной тактикой и приемами действий в этом направлении.

**1. Что такое личная профессиональная безопасность?**

*Личная профессиональная безопасность* – это не только физическая безопасность, хотя меры по сниже­нию риска для жизни и здоровья при исполнении профессиональных обязанностей необходимы в первую очередь. Не менее важна *психологи­ческая безопасность.* Психологические перегрузки, стрессы, «накопле­ние усталости», связанные с профессиональной деятельностью, также представляют немалую опасность как для здоровья, так и для способно­сти полноценно работать. И, наконец, при решении профессиональных задач сотрудник УИС может стать объектом провокаций, шантажа со стороны криминальных элементов, в результате чего, отнюдь не всегда по злой воле, он может совершить противоправные или аморальные по­ступки, а если этого и не произойдет — снизить эффективность своей работы.

В связи с этим определяется тип личной безопасности, которую можно условно назвать *«профессионально-нравственной».* Пусть это поня­тие и не совсем точно, когда речь идет о противоправных действиях, но оно близко к истине, т.к. в соответствии с «Кодексом чести рядового и начальствующего состава органов внутренних дел Российской Федера­ции» строгое соблюдение законов есть важнейшая нравственная норма сотрудника уголовно-исполнительной системы. Обеспечение профессионально-нравственной безопасности подра­зумевает действия сотрудника, направленные на избежание нарушений нравственных и правовых норм в ситуациях провокаций, шантажа и иных подобных действий со стороны криминальных элементов.

Таким образом, *личная профессиональная безопасность сотрудника уголовно-исполнительной системы включает в себя три взаимосвязанных начала:*

 физическую безопасность;

 психологическую безопасность;

 профессионально-нравственную безопасность.

Соответственно, действия сотрудника по обеспечению личной бе­зопасности включают владение тактикой и приемами обеспечения безо­пасности по всем трем направлениям. Есть, однако, *общие принципы обеспечения личной профессиональной безопасности,* которые можно сформулировать в виде обращения к сотруднику уголовно-исполнительной системы:

«Каждый сотрудник УИС знает, что служба связана с риском. Но многие начинают в это верить, когда рядом свистят пули. Чтобы не было поздно, поверь сейчас — это может произойти именно с тобой.

Каждый сотрудник УИС знает, что в критической ситуации немало зависит от него самого. Но многие начинают в это верить, лишь выпол­нив задачу и оставшись в живых. Поверь сейчас — не всегда можно уйти от опасности, но всегда можно уменьшить ее. И это надо уметь».

Наш опыт и опыт зарубежных коллег показывает — риск стать жер­твой физического насилия, провокаций, шантажа будет значительно меньше, если сотрудник придерживается таких *принципов безопасности:*

*1.* Ожидай неожиданное.

2. Руководствуйся здравым смыслом.

3. Не «разжигай» противника, «гаси» его.

4. Владей: собой, информацией, оружием, ситуацией.

5. Необычное может быть сигналом опасности.

6. Ключ к успеху — подготовка. В критической ситуации ты будешь действовать так, как научишься.

7. Прежде чем войти — знай, где выход.

8. Имей план, особенно — на худший вариант.

9. Знай, что о тебе знают.

10. Избегай шаблона, будь непредсказуем.

11. Не «замерзай» — действуй!

12. Ищи ложку меда в бочке дегтя: используй свою неудачу.

13. Сделай стресс своим союзником.

14. Не расслабляйся слишком быстро.

15. Избегай «туннельного» видения.

16. Плохо — переоценить противника, хуже — недооценить его.

17. Верь себе — работай в команде: первыми погибают в одиночку

«Удачи, товарищ. Но помни — удача любит умелых».

**2. Тактика и приемы повышения уровня профессионально-нравственной безопасности**

*Первой жертвой не только провокаций и шантажа, но и физического насилия со стороны криминальной среды может стать сотрудник:*

 злоупотребляющий спиртными напитками;

 склонный к авантюризму, сомнительным связям;

 стремящийся использовать служебное положение в личных, осо­бенно — корыстных целях;

 не обладающий интеллектуальным развитием и профессиональ­ной подготовкой, соответствующей его работе;

 страдающий крайним эгоизмом, самолюбием и самомнением или болезненной неуверенностью в себе, «параличом воли». И эта мысль, несомненно, не требует доказательств. К счастью, таких сотрудников немного. Лучшее средство обеспече­ния их личной безопасности — перемена профессии.

Но в ситуации шантажа и провокаций попадают надежные и добросовестные сотрудники. Им важно знать, как с наименьшими потерями выйти из этой ситуации и выполнить профессиональную задачу. Борьба с шантажом — комплексная задача. Здесь, как правило, эффект дают совместные действия сотрудников различных частей и служб, в том чис­ле — подразделений собственной безопасности. Конечно, есть ряд пра­вил личного поведения сотрудника по профилактике шантажа и в ситу­ации шантажа. Но они сходны с теми, которые дают эффект против провокаций, тем более что шантаж и провокации нередко взаимосвяза­ны.

В ситуации провокации сотруднику нередко приходится принимать решение самому, без помощи коллег, и от этого решения может зависеть не только выполнение профессиональной задачи, но и дальнейшая судьба самого сотрудника. Поэтому есть необходимость в дальнейшем разработать специальные рекомендации по шантажу, но в первом варианте программы основное внимание уделить обеспечению профессионально-нравственной безопасности в ситуации провокаций со стороны криминальных элементов.

*Здесь необходимо ответить как минимум на три вопроса:*

 у кого больше шансов поддаться на провокацию;

 каковы условия эффективного противодействия провокации;

 какие приемы могут помочь противодействовать провокации.

**Портрет жертвы провокации**

*(черты личности, наиболее часто встречающиеся у сотрудников, поддавшихся на провокацию):*

 завышенная самооценка;

 стандартное мышление;

 несдержанность в общении, рассказах о себе;

 неумение контролировать свои эмоции и чувства;

 излишняя доверчивость;

 неумение предвидеть последствия своих поступков;

 внушаемость;

 подозрительность;

 неспособность понимать людей;

 неспособность понимать ситуацию;

 неверие в то, что он (она) может стать объектом провокации. ***Условия эффективного противодействия провокациям*** *можно свести к трем словам:*

1. Информированность

2. Бдительность

3. Здравый смысл

Условий, естественно, больше. Это и профессиональная подготов­ленность, и психологическая устойчивость, и практический опыт, и в первую очередь — строгое соблюдение закона. Именно легкомысленные взаимоотношения сотрудника УИС с законом являются частой причи­ной, по которой провокационные действия по отношению к нему могут дать результат. Однако при соблюдении прочих условий, необходимых для эффективной профессиональной деятельности вообще, эти три мо­гут составить «треугольник безопасности», который подходит именно к ситуации провокации.

*Тактика и приемы противодействия провокациям (как «победить» провокацию)*

1. Будь бдителен к случайной удаче.

2. Провокатор, делая свое дело, редко бывает абсолютно спокоен.

3. Шантаж — провоцирует, угроза провокации — шантажирует.

4. Пусть хоть один человек знает, где ты в этот момент.

5. Мелочей не существует.

6. «Гаси партнера»! Не позволяй другому спровоцировать самого себя на действия против тебя.

7. Прежде чем войти — найди, где выход.

8. Действуй! Перехвати инициативу!

9. Если тебе кажется, что тебя провоцируют, подумай, — может, это тебе кажется?

10. Стремись даже из самой трудной ситуации извлечь пользу.

11. На чем бы ты сам стал провоцировать себя?

12. Провокация — тоже информация.

13. Если кто-то чужой проявляет к тебе интерес — почему?

14. Знай, что о тебе знают другие.

15. Умей видеть признаки неадекватности ситуации и неадекватнос­ти поведения других.

16. Спроси: «Нужно ли мне то, что хочет он (она)»?

17. Если по-другому провокации не избежать — уйди.

18. Не забудь спросить себя: «А что потом?»

19. Больше информации, меньше шансов провокации.

20. Разберись со своими чувствами: всегда помни — кто наездник, а кто — лошадь.

21. Создавай условия, при которых провокатору будет трудно.

22. Ожидай неожиданное. Будь неожиданным.

23. Провокатор не любит, когда его называют «провокатор».

24. Думай! Думай! Думай!

**3. Действия сотрудника по обеспечению личной психологической безопасности**

Обеспечение психологической безопасности сотрудника, то есть уменьшение до возможного предела действия психотравмирующих фак­торов, связанных со службой, и нейтрализация их последствий — про­блема комплексная. В ее решении свою роль должны сыграть службы по работе с личным составом, медики, практические психологи. Немалая роль, однако, принадлежит и самому сотруднику, его грамотным личным действиям в этом направлении. Известно, что лучше не поддаться стрес­су, чем потом преодолевать его последствия. В критической ситуации нередко элементарные приемы психологической самозащиты нужны не меньше, чем самозащита без оружия.

*Отечественный и зарубежный опыт показывают, что важными усло­виями* ***обеспечения личной психологической безопасности*** *(особенно — в си­туации риска) являются:*

 знания о психофизиологических процессах, происходящих в организме человека в ситуации опасности;

 усвоение определенной «модели поведения» в ситуации опаснос­ти, позволяющей выполнить профессиональную задачу и не пострадать лично;

 владение приемами психологической саморегуляции, примени­мыми непосредственно перед ситуацией опасности, в ситуации опасно­сти и сразу после нее.

Для характеристики того, *что происходит с организмом человека в ситуации опасности,* интерес представляет материал из программы «Вы­живание на улице» для американских полицейских. Идея его проста и понятна — все, что происходит с тобой в ситуации опасности, непривыч­но и, может быть, неприятно, но это нормально и в конечном счете ра­ботает на твое выживание.

***Физическое воздействие опасности на человеческий организм***

Непроизвольная эмоциональная реакция на чувство опасности или угрозы характеризуется высоким уровнем возбужденности:

1. Учащается сердцебиение.

2. Повышается кровяное давление.

3. Увеличивается количество сахара в крови (дает энергию).

4.Повышается кислотность в полости желудка

(активнее усваивается пища).

5. Усиливается свертываемость крови (уменьшается опасность от ранения).

6. Больше крови приливает к мускулам (тонус мускулов растет).

7. Капилляры прикрываются, больше крови попадает к внутренним органам.

8. Усиливается активность мозговых центров по сознательному кон­тролю за действием мускулов.

9. Зрение становится более острым.

10. Слух становится более чутким.

11. Искажения восприятия могут основываться на указанных изме­нениях функций организма.

Понимание, что с тобой происходит в ситуации опасности и почему, — это лишь предпосылка для правильного действия. Самое главное и нередко самое трудное — это переход от эмоций к действиям.

Как совладать с травмирующей ситуацией, в которую вы были вовлечены

1. ОБЩЕНИЕ. Вы должны общаться с другими людьми.

2. СОЧУВСТВИЕ. Сочувствие друг другу и сожаление, что такая ситуация была.

3. КОНТРОЛЬ. Контроль за самим собой и ситуацией.

4. УБЕЖДЕННОСТЬ. Вы верите в то, что сделали все, что должны были сделать.

5. ЧИСТАЯ СОВЕТЬ. Вы верите, что сделанное Вами было правиль­ным поступком.

В то же время практика деятельности отечественных правоохрани­тельных органов, опыт работы практических психологов ОВД показыва­ют, что сотруднику необходимо самому владеть некоторыми навыками психологической саморегуляции. Об этом:

**Советы практического психолога**

*В ситуации стресса у человека, кроме чувства опасности, есть три врага:*

 неизвестность,

 неопределенность,

 беспомощность.

Если не знаешь, что происходит вокруг, что будет дальше, как дей­ствовать, — то психологические, да и не только психологические послед­ствия ситуации могут быть весьма тяжелыми.

Изучение возможных вариантов действий в стрессовых ситуациях и самого себя в стрессовой ситуации лучше всего получается в ходе специ­альных групповых психотерапевтических тренингов, которые проводит психолог. Это может быть видеотренинг, ролевая игра, проигрывание отдельных ситуаций, связанных со служебной деятельностью.

*Такие тренинги решают четыре задачи:*

 формирование у участников тренинга представлений о возмож­ных стрессовых ситуациях и реакциях на эти ситуации;

 снятие неопределенности и неизвестности;

 обучение прогнозированию развития ситуации;

 формирование уверенности и готовности к действию в стрессовой ситуации.

Тренинги учат контролировать себя, не «зацикливаться» на психотравмирующих моментах, а видеть ситуацию полностью, не позволять эмоциям преобладать над разумом. Важно подчеркнуть, что тренинг только тогда будет полезен сотруднику, когда сотрудник сам будет актив­но и сознательно работать в ходе тренинга. Не надейтесь, что психолог все сделает за Вас. Он может сделать немало, но лишь вместе с вами.

Многое в стрессовой ситуации зависит и от Вас лично.

*Что помогает ослабить стресс:*

 старайтесь сосредоточиться на контроле за своими действиями;

 делайте все как можно более точно;

 стремитесь контролировать не только себя, но и окружающих, си­туацию в целом;

 постарайтесь увидеть себя со стороны;

 постарайтесь представить со стороны всю ситуацию;

 не поддавайтесь эмоциям, прикажите себе думать над своей зада­чей, для этого задайте себе три вопроса:

 «Кто я?»

 «Где я нахожусь?»

 «Какова моя задача (что я должен делать)?»;

 чтобы прийти в себя, постарайтесь вслух (если это возможно) описать себе ситуацию, в которой Вы оказались, но не давайте ей эмоци­ональных оценок;

 постарайтесь воспринимать все окружающее сразу целиком.

*В ситуации сверхстресса:*

*•* если Вы потеряли на какое-то время чувствительность к внешним воздействиям или не можете справится с эмоциями страха или паники, сделайте себе больно и сосредоточьтесь на ощущении боли;

 если Вами овладела растерянность, постарайтесь почувствовать положение своего тела в пространстве, сосредоточьтесь на ощущениях, которые приходят от позиции тела, температуры воздуха, давления окру­жающих предметов;

 если не можете собраться с мыслями — позовите себя по имени, попробуйте решить несколько простейших математических задачек.

*Последствия стрессовой ситуации* проявляются у различных людей по-разному, могут последовать за событием сразу или отсроченно, через определенный промежуток времени. Здесь важна помощь психолога или медика, но многое зависит и от самого сотрудника.

*Прежде всего сотрудник должен знать, что последствиями сильного стресса могут быть:*

 потеря сна и аппетита;

 навязчивые воспоминания;

 кошмарные сны о пережитом событии;

 ухудшение настроения при упоминании о событии;

 потеря способности переживать сильные чувства и эмоции;

 частичное ослабление памяти;

 стремление избегать мысли и чувства, связанные с пережитой психотравмирующей ситуацией;

 чувство «укороченного будущего», потеря жизненных перспектив;

 сложности в концентрации внимания;

 раздражительность;

 пугливость;

Все это — нормальная ответная реакция человека на сильные стрес­совые воздействия. Это носит, чаще всего, временный характер, в зави­симости от силы психологической травмы и ее субъективного значения для человека. Подобные переживания могут привести к ухудшению об­щего психологического самочувствия сотрудника, к осложнению взаи­моотношений с близкими и товарищами по службе.

Зная это, важно особенно пристально наблюдать за собой, выдер­жать определенный период времени и не поддаваться желанию вступить в конфликт в семье или в коллективе, даже если кажется, что люди тебя не понимают. Следует избегать травмирующих ситуаций и мыслей, на­поминающих пережитое событие. Рано или поздно период острого реа­гирования проходит, особенно, если обратиться к квалифицированному психологу, посоветоваться с медиками.

Надо знать — как ни трудно это бывает порой, но человек сам, а чаще с помощью других, может справиться с многими последствиями стресса, если будет правильно оценивать ситуацию и действовать.

*Иначе у него на почве стресса впоследствии могут развиться такие черты характера, как:*

 нетерпимость;

 категоричность;

 агрессивность;

 тяга к экстремальным, возбуждающим ситуациям и поиск таких ситуаций в жизни;

 интерес к алкоголю;

 сужение жизненных интересов;

 гипераффективная (преувеличенная) форма реагирования на со­бытия или других людей;

 снижение интеллектуального потенциала;

 попытки сиюминутного решения ситуаций.

Здесь предложен минимум советов и рекомендации по обеспечению личной психологической безопасности. Разработ­ка развернутой программы действий сотрудника в этом направлении с учетом специфики конкретной службы и обучение этим действиям — совместное дело опытных практических работников, психологов, меди­ков и педагогов.

**4. Тактика и приемы обеспечения личной физической безопасности при решении профессиональных задач**

*Результаты личных действий сотрудника по обеспечению своей физи­ческой безопасности при решении профессиональных задач связаны с пони­манием им как минимум четырех вопросов:*

1. Причины гибели сотрудников и получения травм и ранений.

2. Качества сотрудника, наиболее важные для обеспечения личной физической безопасности.

3. Тактика действий по обеспечению личной физической безопас­ности.

4. Конкретные приемы действий в ситуации возможного или реаль­ного риска.

***Причины гибели и ранения сотрудников, зависевшие лично от них:***

1. Сотрудник потерял бдительность.

2. Был слабо обучен, плохо владел оружием.

3. Не сумел предвидеть опасность.

4. Не просил поддержки, переоценил себя.

5. Не контролировал себя, других людей, ситуацию.

6. Не верил, что может стать объектом насильственных действий со стороны тех, с кем имел дело в роковой ситуации.

7. Игнорировал очевидные признаки опасности.

8. Не было наготове оружие.

9. Не нашел нужную тактику действий.

10. Неудачно осуществил план действий.

11. Не был психологически готов к экстремальной ситуации.

12. Слишком понадеялся на напарника.

13. Считал, что сам статус сотрудника органов внутренних дел в дан­ной ситуации защитит его от физического насилия.

Качества сотрудника, наиболее важные для обеспечения физической безопасности в ситуации риска для жизни

1. ПОНИМАНИЕ ЦЕЛИ. Я знаю, ради чего я рискую жизнью.

2. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ. Я научен, как действовать в такой ситуации.

3. УСТОЙЧИВОСТЬ К СТРЕССУ. Психологически и физически неоднократно «проиграны» решения задач в критических ситуациях.

4. ДОВЕРИЕ К САМОМУ СЕБЕ ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ ЗАДАЧИ. Я выполню эту задачу эффективно.

5. ДОВЕРИЕ К ОРУЖИЮ. Я знаю, что оружие точное и не даст осечки.

6. РЕШИТЕЛЬНОСТЬ. Способность быстро принять верное реше­ние.

7. ЭФФЕКТИВНОСТЬ В СХВАТКЕ. Способность мысленно ви­деть победу

8. ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ. Я могу рассчитывать на самого себя во всех ситуациях.

9. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ. Я имею физические возможности сделать все необходимое.

10. СПОСОБНОСТЬ К СОВМЕСТНЫМ ДЕЙСТВИЯМ. Мы рабо­таем вместе, чтобы выполнить задачу.

11. ГОТОВНОСТЬ УБИТЬ. Не колебаться при возможности смер­тельного исхода.

Конкретные рекомендации по действиям в ситуации риска для раз­личных частей и служб, естественно, будут отличаться.

*Более общие советы и рекомендации,* на которые стоит обратить вни­мание представителям различных частей и служб, могут быть представ­лены в следующем виде:

1. Проверь оружие, амуницию, транспорт, связь перед работой.

2. Практикуйся быстро перезаряжать оружие.

3. Прикрывают — товарищи, укрываешься — сам.

4. Звуки и увиденное глазами искажается под влиянием стресса.

5. Знай своего напарника.

6. «Время запаздывания» — это разница между мыслью и действием. Знай свое «время на выстрел».

7. Используй фонарь для создания своего преимущества: свети сверху и прямо в глаза.

8. Имей дополнительный спрятанный ключ от наручников.

9. Придерживайся планов, разработанных совместно с напарниками.

10. Постоянно имей возможность связи.

11. Не открывай спину.

12. Помни, что ключи и амуниция могут издавать шум.

13. Глазам нужно время, чтобы привыкнуть к перемене освещения.

14. Имей план на худший вариант.

15. Один сотрудник прикрывает — другой движется.

16. Не забывай посмотреть вверх.

17. Открой дверь полностью, прежде чем войти.

18. Обращаясь за помощью — оцени помощника.

19. Держи ключи от машины всегда при себе.

20. Практикуйся в определении своего местоположения — знай точ­но, где ты находишься в данный момент.

21. Руководствуйся здравым смыслом.

22. Практикуйся перезаряжать оружие в темноте.

23. Не заглядывай за угол на уровне глаз.

24. Опасайся рикошета.

25. Избегай шаблонного и предсказуемого поведения.

26. При опасности действуй — не застывай.

27. Избегай «туннельного видения».

28. Уменьшай по возможности свои размеры в качестве мишени.

29. Не стой перед дверью или окном.

30. Будь бдителен к засадам.

31. Берегись повторной засады.

32. Проси поддержку, если риск велик.

33. Избегай показывать свой силуэт.

34. Сможешь ли поддерживать максимальную физическую активность 90 секунд?

35. Лавируй, снижай напряженность при инцидентах.

36. Лучшая защита от засады — доверять своим чувствам.

37. Ожидай неожиданное.

38. Не провоцируй стрельбу.

39. В зоне «высокого риска» следи за очертанием фигур на фоне неба и освещенных пространств.

40. Прежде чем двигаться, выбери следующую позицию.

41. Занимай более высокую и удобную точку.

42. Не расслабляйся слишком быстро.

43. Двигайся короткими бросками, зигзагами.

44. Ключ к достижению цели — подготовка. В ситуации риска ты делаешь то, чему научился.

Понятно, что в различных ситуациях одни рекомендации будут бо­лее важны, другие — менее, третьи не подойдут. В целом, однако, эти со­веты и рекомендации при правильном их сочетании и применении могут составить основу для повышения уровня личной безопасности сотруд­ника в ситуации риска и стать исходным материалом для разработки комплексов рекомендаций для различных частей и служб с учетом их особенностей.

Помимо изучения ряда приемов эмоционально-психологической саморегуляции и самоконтроля (что имеет место и у нас в ходе профес­сиональной подготовки сотрудников), отдельной линией работы являет­ся обучение правильному пониманию того, что происходит с сотрудни­ком в ситуации опасности.

Так, известно, что деструктивным фактором в ситуации опасности является не только, а порой не столько страх сам по себе (страх, вызван­ный опасностью), сколько *«страх перед страхом»,* в том числе психоло­гически «парализующее» восприятие человеком объективных реакций его организма на опасность.

*Общая идея общения здесь достаточно проста и понятна:*

«Все, что происходит с твоим организмом в ситуации опасности не­привычно и, может быть, даже неприятно, но это нормально и в конеч­ном счете работает на твое выживание».

И наконец, ряд практических советов-установок по преодолению последствий стрессовой ситуации.

***Как совладать с травмирующей ситуацией, в которую Вы были вовлечены:***

1. ОБЩЕНИЕ. Вы должны общаться с другими людьми.

2. СОЧУВСТВИЕ. Сочувствие друг к другу и сожаление, что подоб­ная ситуация была.

3. КОНТРОЛЬ. Контроль за самим собой и за ситуацией.

4. УБЕЖДЕННОСТЬ. Вы верите, что сделали то, что должны были сделать.

5. ЧИСТАЯ СОВЕСТЬ. Вы верите, что сделанное Вами было пра­вильным.

Таким образом, предложенные рекомендации содержат тот мини­мум «практической психологии», которым должен владеть сам сотруд­ник для обеспечения определенного уровня своей личной, в том числе — психологической, безопасности и поддержания психологической устой­чивости.

***Завершающим этапом*** в усвоении алгоритмов обеспечения личной безопасности в ходе обучения является *комплекс практических рекомен­даций,* представляющих собой *сумму конкретных профессионально-пове­денческих установок,* изложенных выше в общих рекомендациях по дей­ствиям в ситуациях риска.

*Сходные рекомендации содержат и другие программы аналогичных кур­сов:*

 «Имей план»;

 «Придерживайся здравого смысла»;

 «Имей прикрытие, прежде чем действовать»;

 «Избегай ситуации: один на один»;

 «Не провоцируй стрельбу»;

 «Не расслабляйся слишком быстро»;

 «В стрессовой ситуации ты будешь реагировать, как тебя учили».

На первый взгляд рекомендации напоминают произвольный набор практических советов профессионального и профессионально-психологического характера. От предельно конкретных: «Не забывай посмотреть вверх», до общих: «Ожидай неожиданность». Но в них есть своя внутренняя логика. Они предельно практичны. Каждая рекомендация — законченный алгоритм профессионального мышления или поведения. Они не предназначены для жесткой иерархии, ибо в разных профессиональных ситуациях все они, или часть их, могут составить разные иерархические ряды. Например, совет — «Уменьшай отрицательный эффект туннельного видения» — будет менее значим при действиях на городской площади, чем в квартире или в подвале.

Отработка построения таких «иерархических рядов» рекомендаций для конкретных профессиональных ситуаций идет в ходе практических занятий и тренингов, которые занимают значительную часть учебного времени.

В ходе учебных занятий выполнение обучаемыми каждой учебной задачи оценивается, как правило, по четырем параметрам:

 умение «действовать в команде» по обеспечению взаимной безопасности в ходе решения профессиональной задачи;

 умение «действовать в команде» для решения профессиональной задачи;

 умение обеспечивать личную безопасность при решении профессиональной задачи;

 умение действовать лично по решению профессиональной задачи.