**Как вести себя в толпе?**

Как правило, толпа не имеет определенной организации, она хаотична, и попадание в такое скопление людей чревато последствиями. Как необходимо вести себя в толпе, и чего избегать, чтобы остаться живым и здоровым?

Толпа  действует по своим законам и не учитывает интересы отдельного человека. Возьмем простой пример: утром, как правило, в общественном транспорте очень тесно. Если вы стоите первым у входа в вагон метро, вы не заходите, вас в прямом смысле слова заносят. Такое же поведение и на мероприятиях, где наблюдается большое скопление людей. Если вы попали в эпицентр событий, вам будет сложно выбраться из толпы. К тому же, существует много опасностей. Например, человек может споткнуться, упасть, и толпа его просто может затоптать, особенно если эмоциональный накал нарастает (митинги, демонстрации и т.д.).

**Что нужно знать, если вы находитесь в толпе?**

Психолог Лиза Лонская рассказала основные правила, которые необходимо соблюдать:

Попадая в толпу, человек способен потерять свою индивидуальность и приобщиться к так называемому «коллективному разуму». Многие авторы-исследователи феномена поведения человека в местах большого скопления народа указывают на тот факт, что в толпе человек может действовать иначе, чем вне ее. Этому способствуют такие особенности толпы, как анонимность действий и, как следствие, отсутствие ответственности за их результаты.

Таким образом, будучи в толпе, можно, самому того не желая, стать соучастником некоторых противоправных действий. Самое опасное состояние толпы - паника. Люди в паническом состоянии не могут мыслить не только логически, но и здраво. Поэтому очень важно сохранять здравый смысл и не поддаваться на провокации.

Если же вдруг толпа начала движение, а выбраться из нее не представляется возможным, важно не идти против течения, это может быть смертельно опасно. Также очень важно устоять на ногах, не упасть.

Также необходимо застегнуть свою одежду и заправить шарф, шнурки и т.д. это необходимо для того, чтобы вы не зацепились одеждой.

Если у вас в руках какие-то предметы, их необходимо держать, прижатыми к себе, так как в толпе они будут цепляться и есть вероятность нанести вред своему здоровью.

Как вести себя в толпе?

Находясь в толпе, вы можете не только упасть, но и быть сдавленным. Поэтому необходимо уметь принять этот удар: защитите диафрагму руками, которые сцеплены в замок и сложены на груди.

Итак, самое безопасное – это не попадать в толпу. Если же присутствие на таких массовых мероприятиях для вас очень важно, постарайтесь избегать центра толпы, мест возле трибун и стеклянных витрин, находитесь как можно ближе к краю, чтобы в случае движения можно было отойти в сторону.

**Чтобы не пострадать во время давки,**

**необходимо соблюдать несколько основных правил:**

1. Не надевайте открытую обувь или обувь на каблуках. Лучший вариант – удобные кроссовки.  
2. Волосы собирайте в узел и не используйте заколки.  
3. Желательно выбрать одежду  без крупных пуговиц, которые могут поранить вас во время давки.  
4. Не берите с собой сумок и рюкзаков.  
5. Всегда имейте с собой мобильный телефон с заряженной батареей.  
6. При вас должен быть любой документ, удостоверяющий вашу личность.  
7. Во время давки не хватайтесь за неподвижные предметы.

Следуйте этим советам и ведите себя правильно в толпе, чтобы не нанести вред не только своему внешнему виду, но и здоровью. Также помните, детям не место на мероприятиях, где большая давка.