



Однажды, возвращаясь домой с какого-то дня рождения, я вдруг обнаружила, что иду по темной улице совершенно одна. Получилось так, что проводить бедную девушку было некому, а выпитое придало уверенности в собственной неуязвимости. Хотя на свежем морозном воздухе, на освещенной жалкими тремя фонарями длиннющей улице эта уверенность не замедлила рассеяться. Тогда в голову полезли мысли об утреннем выпуске криминальной хроники с собой в роли главной потерпевшей.

Похожие случаи происходят периодически, наверное, с каждым. Уверенность, что «со мной ничего не случится» свойственна каждому человеку, но не спасет вас в случае реальной угрозы и к неожиданностям желательно быть готовым.

Многие граждане становятся жертвами нападения, потому что сами располагают преступника к этому. Они чересчур самоуверенны и теряют бдительность. Этого делать ни в коем случае не стоит. Нет, конечно же, незачем становиться параноиком, шарахающимся от прохожих, но здоровая степень бдительности ещё никому не повредила. Старайтесь избегать путешествовать в одиночестве в темное время суток, особенно по незнакомой местности. Если уж так произошло, постарайтесь, чтобы вас кто-то сопровождал.

Находясь в общественном месте, старайтесь не афишировать окружающим содержимого своего портмоне, свой новый супермодный мобильник и серьги с бриллиантами. Вас могут запомнить или проследить за вами.

Пребывая в состоянии алкогольного опьянения, вы также рискуете спровоцировать нападение, потому что покажетесь нападающему легкой добычей. Следите за своим состоянием.

Не садитесь в незнакомые тонированные машины, не заходите в лифт с незнакомыми подозрительными особами, на улице держитесь мест, где болеелюдно. Есть вероятность, что в случае чего вам все-таки придут на помощь. Ну, или хотя бы вызовут кого надо.

Но что же делать, если нападение все-таки произошло. Главное, суметь в этот момент преодолеть самого себя и не испугаться. Не паникуйте, вас спасет тонкий расчет. Во-первых, определитесь с количеством нападающих и тем, чего они от вас хотят. Если речь идет о деньгах, то, возможно, не стоит вступать в кровопролитный бой ради сотни другой. Если чего-то большего, то сопротивление с вашей стороны должно быть максимальным.

Если с детства вы занимаетесь восточными единоборствами, вам и карты в руки. Если же нет, то обороняйтесь тем, что есть под рукой. Подойдет все. Очень кстати будет наличие в сумочке (кармане) газового баллончика или электрошокера. Если вы не настолько предусмотрительны, то в ход могут пойти любые острые или тяжелые предметы. Зонт, рукоять расчески, шариковая ручка и даже пилочка для ногтей могут серьезно ранить нападающего. Зажатая в кулаке связка ключей или другой твердый предмет может существенно увеличить силу удара. Струя лака для волос или дезодоранта по эффективности не уступают слезоточивому газу.

Старайтесь наносить удары в открытые уязвимые места: шея, солнечное сплетение, глаза, пах, коленные суставы. Зубы — тоже отличное оружие, и пусть лавры Тайсона вас не беспокоят, у вас это получится не хуже. Вид собственной крови может серьезно деморализовать нападающего.

Если нападающих больше одного, и схватка происходит на открытой территории (улице), опасайтесь нападения сзади, лучше, если противники будут все время в поле вашего зрения.

Если вы находитесь в условиях замкнутого пространства, ни в коем случае не дайте зажать себя в угол и обездвигить. Пока ваши руки и ноги свободны, вы имеете возможность обороняться.

Сопровивляйтесь что есть сил. Настойчивый и яростный отпор может ошеломить преступников, и вас оставят в покое, сочтя проблемной «добычей». Вступайте с нападающим в переговоры, это поможет вам выиграть время и сориентироваться в ситуации. И главное — не падайте духом, ведь жизнь того стоит!

Дарья Пирожкова

Источник [shkolazhizni](#)