

## ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВДРУГ ТЫ ОКАЗАЛСЯ В ЗАЛОЖНИКАХ?

Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться заложником у преступников.

При этом преступники могут добиваться достижения политических целей, получения выкупа и т.п.

Во всех случаях ваша жизнь становится предметом торга для террористов.

Захват может произойти в транспорте, в учреждении, на улице, в квартире.

В случае если вы оказались в заложниках необходимо обратить внимание на следующие моменты:

### **ПРИ ЗАХВАТЕ:**

Как показало развитие событий при захвате заложников в "Норд-Осте" и Беслане, только в этот момент есть реальная возможность скрыться с места происшествия. Наверное, это в основном относится ко взрослым людям, которые могут трезво оценивать обстановку вокруг себя. Если рядом нет террориста и нет возможности поражения, нельзя просто стоять на месте. Если есть такая возможность, необходимо убежать с места предполагаемого захвата.

### **ЕСЛИ ВЫ ВДРУГ ОКАЗАЛИСЬ ЗАХВАЧЕННЫМИ:**

Нужно настроиться на то, что моментально вас никто не освободит. Нужно психологически настроить себя на длительное пребывание рядом с террористами. При этом необходимо твердо знать, что с террористами ведутся переговоры и, в конечном итоге, вы обязательно будете освобождены.

Необходимо также помнить, что для сотрудников спецназа на первом месте стоит жизнь заложников, а не их собственная жизнь.

### **ПОМНИТЕ: ВАША ЦЕЛЬ - ОСТАТЬСЯ В ЖИВЫХ**

- Сохраняйте спокойствие и самообладание. Определите, что происходит
- Если вас заставляют выйти из помещения, говоря, что вы взяты в заложники, не сопротивляйтесь.
- Если с вами находятся дети, найдите для них безопасное место, постарайтесь закрыть их от случайных пуль, по возможности находите рядом с ними.
- При необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерики и паники.
- Будьте готовы объяснить наличие у Вас каких-либо документов, номеров телефонов и т.п.
- Будьте настороже. Сосредоточьте Ваше внимание на звуках, движениях и т.п.
- Находясь рядом с террористами, необходимо установить с ними общий психологический контакт. Не обязательно нужно с ними разговаривать. Но не в коем случае не нужно кричать, высказывать свое возмущение, громко плакать, потому что очень часто террористы находятся под воздействием наркотических средств и в целом очень возбуждены. Поэтому плач и крики действуют на них крайне негативно и вызывают в них лишнюю агрессию.
- Не смотрите преступникам в глаза (для нервного человека это сигнал к агрессии), не ведите себя вызывающе;
- Спросите у охранников, можно ли читать, писать, пользоваться средствами личной гигиены и т.п.
- Если Вам дали возможность поговорить с родственниками по телефону, держите себя в руках, не плачьте, не кричите, говорите коротко и по существу. Попробуйте установить контакт с охранниками. Объясните им, что Вы тоже человек. Покажите им фотографии членов Вашей семьи. Не старайтесь обмануть их.
- Если охранники на контакт не идут, разговаривайте как бы сами с собой, читайте вполголоса стихи или пойте.
- Обязательно ведите счет времени, отмечая с помощью спичек, камешков или черточек на стене прошедшие дни.
- Не допускайте действий, которые могут спровоцировать террористов к применению оружия и привести к человеческим жертвам; Неожиданное движение или шум могут повлечь жестокий отпор со стороны террористов.

- Будьте готовы к применению террористами повязок на глаза, кляпов, наручников или веревок
- Переносите оскорбления и унижения.
- Настройте себя на то, что достаточно продолжительное время вы будете лишены пищи и воды.
- Будьте готовы к "спартанским" условиям жизни:
  - неадекватной пище и условиям проживания;
  - неадекватным туалетным удобствам.
- Если есть возможность, обязательно соблюдайте правила личной гигиены.
- Насколько позволяют силы и пространство помещения занимайтесь физическими упражнениями.
- Если воздуха в помещении мало, необходимо меньше двигаться, чтобы экономнее расходовать кислород.
- Если вы ограничены в движении, вам запрещают передвигаться по зданию, необходимо делать нехитрые физические упражнения (напрягать мышцы рук, ног, спины).
- Не давайте ослабнуть своему сознанию. Необходимо заставлять работать свой головной мозг, чтобы не замкнуться в себе и не потерять психологический контроль. Займитесь умственными упражнениями: вспоминайте исторические даты, фамилии знакомых людей, номера телефонов содержание книг, решайте математические задачи, если кто-нибудь знает молитвы, может молиться.
- Не пытайтесь оказывать сопротивление, не проявляйте ненужного героизма, пытайтесь разоружить бандита или прорваться к выходу или окну. . Это может повлечь еще большую жестокость. .Решение оказать сопротивление или отказаться от этого должно быть взвешенным и соответствовать опасности превосходящих сил террористов.
- При наличии проблем со здоровьем, убедитесь, что Вы взяли с собой необходимые лекарства, сообщите охранникам о проблемах со здоровьем, при необходимости просите об оказании медицинской помощи или предоставлении лекарств.
- В случае когда необходима медицинская помощь, говорите спокойно и кратко, не нервнуя бандитов, ничего не предпринимайте, пока не получите разрешения.
- Если вы оказались запертыми в каком-либо помещении, то постарайтесь привлечь чье-либо внимание. Для этого разбейте оконное стекло и позовите на помощь, при наличии спичек подожгите бумагу и поднесите ближе к пожарному датчику и т.п.
- Часто террористы пытаются скрыться, поэтому они переодеваются в одежду заложников, пытаясь сохранить свои жизни. Старайтесь фиксировать все события, которые сопровождают захват. Запомните, о чем переговариваются террористы между собой, как выглядят, кто у них лидер, какие их планы, какое у них распределение ролей. Данная информация в дальнейшем будет очень важна для поиска террористов, если они попытаются скрыться.
- Никогда не теряйте надежду на благополучный исход. Помните, чем больше времени пройдет, тем больше у Вас шансов на спасение

#### **ВО ВРЕМЯ ШТУРМА:**

Если вы поняли, что начался штурм, необходимо занять позицию подальше от окон и дверных проемов (при обстреле осколки стекла и строительных конструкций могут причинить дополнительные травмы).

держаться подальше от террористов, потому что при штурме по ним будут работать наши снайперы.

ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять вас за преступника;

Не нужно никакой личной бравады. Большинство людей не обладают специальной подготовкой, поэтому не нужно хватать оружие, чтобы вас не перепутали с террористами.

Если вы услышали хлопки разрывающихся свето-шумовых гранат, когда яркий свет бьет в глаза, звук ударяет по ушам, или вы почувствовали резкий запах дыма, необходимо просто упасть на пол, закрыть глаза, ни в коем случае их не тереть, закрыть голову руками и ждать, пока сотрудники специальных подразделений не выведут вас из здания.

#### **Ссылка на источник:**

[Федеральная служба безопасности Российской Федерации](#)