## Инструкция по действиям при захвате в заложики.

Практика захвата преступными элементами невинных людей в каче­стве заложников стала весьма распространённым явлением. Несмотря на то, что каждый случай захвата своеобразен и имеет свою специфику, практика деятельности органов правопорядка всё же позволяет дать не­которые конкретные рекомендации, которые могут оказаться полезны­ми для тех, кто попал в такую ситуацию. Соблюдая их, вы сможете со­хранить свою жизнь и здоровье.

Первое и непременное условие: по возможности скорее возьмите себя в руки, успокойтесь и не паникуйте. Ваша нервозность ни к чему хороше­му не приведёт. Не собирайте нервы в комок. Расслабьтесь. Дышите ров­но и глубоко. Подготовьтесь как к физическим, так и моральным суро­вым испытаниям (в большинстве случаев заложников освобождали в среднем через 4—5 часов). В 95% случаев люди оставались живыми. Будьте уверены, что те, кому положено, уже предпринимают меры для вашего освобождения.

Часто у заложников рождается мысль о побеге. Не делайте этого, если нет полной уверенности в успехе. В противном случае очень серьёзно себе навредите. К вам будут приняты более строгие меры со стороны террори­стов, а это не в ваших интересах.

Постарайтесь как можно больше запомнить информации о ваших зах­ватчиках. Желательно установить их количество, чем вооружены. Всмат­ривайтесь в лица. Это поможет потом составить словесный портрет. Об­ратите внимание на внешность, одежду, телосложение, на тематику раз­говора, акцент, темперамент и манеру поведения.

По возможности постарайтесь определить место нахождения (заточе­ния). Всегда располагайтесь подальше от окон, дверей и самих похити­телей. Пытайтесь найти места наибольшей безопасности. Рано или по­здно, но помощь придёт, а значит могут начаться стрельба, штурм поме­щения и другие активные действия. В таких случаях лучше всего лечь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке.

Не оказывайте агрессивного сопротивления, не угрожайте, не прово­цируйте террористов на необдуманные и жестокие действия по отноше­нию к вам. Если будут отдаваться какие-либо распоряжения, постарай­тесь их выполнять, особенно вначале. Первая острота отношений и гнев постепенно улягутся, напряжение несколько спадёт. Поэтому займите позицию пассивного сотрудничества. Разговаривайте спокойным голо­сом. Избегайте резких оскорбительных выражений, которые могут выз­вать гнев бандитов. Вам это не нужно.

Не бойтесь обращаться с просьбами, жалобами на здоровье. Постепен­но, с учётом складывающейся обстановки, можно повышать уровень просьб как бытового, так и медицинского характера.

Сколько бы вы ни находились в заточении, сохраняйте умственную активность. Отгоняйте от себя чувства отчаяния, безысходности. Думай­те о приятных вещах и помните, что шансы на освобождение со време­нем возрастают.

Обязательно найдите себе какое-либо занятие. Это могут быть физи­ческие упражнения, чтение, размышления и воспоминания.

Постарайтесь не доводить себя до истощения. Поэтому принимайте любую пищу, даже если она вам очень не нравится. Любым способом ста­райтесь сохранить физическую силу и не падайте духом. Вас непремен­но освободят.