

Спокойствие и выдержка спасут жизнь

16.10.2015

Правильное поведение в том случае, если вы попали в заложники, обеспечит вашу безопасность.

Несмотря на то, что возможность совершения теракта достаточно мала, надо помнить об основных правилах поведения в подобном случае. Главное - не поддаваться панике и не стараться убежать. Сохраняйте спокойствие, говорите с преступниками спокойным голосом и выполняйте все их указания. По мнению психологов, надо терпеливо переносить любые лишения, оскорбления и унижения, не смотреть в упор на террористов, не допускать вызывающих действий. Споря с ними, вы подвергаете риску свою жизнь и жизнь окружающих. Прежде чем сесть, встать, попить, сходить в туалет, необходимо спросить разрешения.

Ни в коем случае не стоит играть в супермена и пытаться самому обезвредить террористов. Не допускайте поступков, которые могут спровоцировать преступников, заставить их использовать оружие. Противодействие только разозлит их и приведет к жертвам. Иногда, увидев сопротивление кого-либо из захваченных, на его глазах преступники демонстративно лишают жизни других заложников, возлагая всю вину на него. Поэтому прежде чем возражать, подумайте о том, что в результате ваших действий может пролиться кровь.

Постарайтесь сохранить в памяти как можно больше сведений о захватчиках. Как они себя ведут, как называют друг друга, как реагируют на ту или иную ситуацию? Впоследствии это может помочь правоохранительным органам.

Держите происходящее под контролем, смотрите, как меняется поведение и настроение террористов, как и о чем они говорят между собой. Важно реагировать на эмоциональное состояние преступников.

Спрашивать о чем-то религиозных фанатиков или людей в состоянии наркотического, алкогольного опьянения бесполезно. Если же состояние преступников кажется адекватным, спокойно попросите решить элементарные вопросы содержания (еда, питье, туалет). В случае отказа не спорьте, можно задать эти же вопросы позже.

Нельзя угрожать террористам. Фразы: «Вы уже мертвецы», «Вас всех убьют», «За меня отомстят» и т.п. могут привести к нервному срыву и самым негативным последствиям.

Ведите себя как можно спокойнее, не допуская жалоб, стонов и плача, чтобы не спровоцировать ответную агрессию. Не поддавайтесь грустным мыслям, вроде «я умру, это закончится плохо, за что мне такое наказание». Лучше размышлять о чем-то постороннем. Займите позицию пассивного сотрудничества.

Находитесь как можно дальше от окон, дверей и самих террористов. Это необходимо для обеспечения вашей безопасности, если начнется штурм. В этой ситуации ложитесь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке. После освобождения не делайте скоропалительных заявлений, постарайтесь оказать посильную помощь следствию.

Адрес страницы: <http://vernadskogo.mos.ru/presscenter/news/detail/2234458.html>

[Управа района Проспект Вернадского](#)