



## ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА БЕЗОПАСНОСТИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



Рекомендации сотрудников Центра специального назначения ФСБ России, высказанные на встрече со школьниками и преподавательским составом школы "Ретро" Восточного административного округа г. Москвы 15.10.2004 года.

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

К сожалению никто из нас не защищен от ситуации, когда мы можем оказаться в заложниках у террористов. На данный момент подробных рекомендаций и требований к тому, как вести себя, если ты оказался в заложниках пока не разработано. Но общие рекомендации дать можно. 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 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.** 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. Необходимо настроить себя на то, что достаточно продолжительное время вы будете лишены пищи, воды и возможно движения. Поэтому нужно экономить силы. Если воздуха в помещении мало, необходимо меньше двигаться, чтобы экономнее расходовать кислород. Если вам запрещают передвигаться по зданию, необходимо делать нехитрые физические упражнения. Просто напрягать мышцы рук, ног, спины √ то есть необходимо заставлять себя двигаться. Кроме этого необходимо заставлять работать свой головной мозг, чтобы не замкнуться в себе и не потерять психологический контроль. Вспоминайте содержание книг, решайте математические задачи, если кто-нибудь знает молитвы, может молиться. **При этом необходимо твердо знать, что с террористами ведутся переговоры и, в конечном итоге, вы обязательно будете освобождены.**

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

#### ОТДЕЛЬНЫЕ НАШИ ПОЖЕЛАНИЯ:



Если вы оказались в заложниках, 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 нас. Часто террористы пытаются скрыться, поэтому они переодеваются в одежду заложников, пытаясь сохранить свои жизни.

### ВОПРОСЫ, ЗАДАННЫЕ ДЕТЬМИ СОТРУДНИКАМ ЦСН ФСБ РОССИИ:

#### Могут ли помочь средства индивидуальной защиты?

Не стоит применять газовые балончики, электрошокеры и другие средства, потому что это очень большие и злые люди, которым ребенок не сможет оказать сопротивления.

#### А взрослый человек?

Специально не подготовленный тоже не сможет оказать достойного сопротивления.

#### Если на человека повесили бомбу, какие знаки нужно подавать?

Специально установленных знаков нет, но в любом случае если на вас находится бомба, если вы прикованы наручниками, нужно без паники голосом или движением руки дать понять об этом сотрудникам спецслужб. При планировании спецопераций мы осуществляем контроль мест содержания. Поэтому если вы регулярно будете повторять "На мне бомба, на мне бомба...", то те кому надо, это услышат.

**Что делать, если террорист пытается спасти свою жизнь, приставил тебе пистолет к виску?**

Только одно, выполнять требования террориста и ждать когда вас освободят. Ваша главная цель - спасти собственную жизнь.

**Что делать, если в помещении, где находятся заложники и террористы попала газовая шашка?**

Упасть на пол. Если есть какая-нибудь влажная ткань, накрыть ею лицо, чтобы было легче дышать. Если нет воды, то воспользуйтесь собственной мочой.

**Что делать, если ты оказался под завалом?**

Если вдруг произошел несанкционированный взрыв, и вы оказались засыпанными, необходимо определить свободное место, в которое вы могли бы переместиться. По возможности, если под рукой есть обломки стола, парты, постараться укрепить то, что над вами находится. И ждать. Не нужно предпринимать попыток самостоятельно выбраться из под завала. Разбор завалов по общему правилу у нас производится сверху-вниз. Каждый час устанавливается минута молчания. Когда перестали работать различные механизмы, необходимо громко кричать, заявлять о себе.

**Что делать после освобождения?**

Вам надо обязательно обозначиться. Связаться с сотрудниками специальных служб, которые проводили операцию по освобождению. Они помогут вам передать имеющуюся у вас информацию по назначению и в дальнейшей пройти курс медицинской реабилитации. (Люди, оказавшиеся в заложниках, испытывают последствия посттравматического синдрома. Помощь специалистов для таких людей просто необходима).