

ВАШИ ДЕЙСТВИЯ



Заложником можно стать случайно, например, при ограблении магазина, банка, квартиры, загородного коттеджа, либо при захвате террористами транспортного средства, общественного здания и т.п.

Заложник – это человек, который находится во власти преступников и от его поведения зависит многое, что требует наличия определенных знаний. Таковыми должны обладать потенциальные жертвы террористических актов и захвата помещений.

МЕРЫ ЗАЩИТЫ

Реальная, в подавляющем большинстве случаев единственная возможность самому быстро вырваться из рук преступников бывает в начальной стадии захвата, в момент нападения. Но если безуспешность попыток освободиться очевидна, лучше не прибегать к крайним мерам, а действовать сообразно обстоятельствам.

Чтобы сломать заложника психологически, преступники используют следующие меры давления:

- ❖ ограничивают подвижность, зрение, слух;
- ❖ плохо кормят, мучают голодом и жаждой, лишают сигарет;
- ❖ создают невыносимые условия пребывания.

Сохранение психологической устойчивости при длительном пребывании в заточении – одно из важнейших условий спасения заложника. Здесь хороши любые приемы и методы, отвлекающие от неприятных ощущений и переживаний, позволяющих сохранить ясность мыслей, адекватную оценку ситуации. Полезно усвоить следующие правила:

- ❖ старайтесь, насколько это возможно, соблюдать требования личной гигиены;
- ❖ делайте доступные в данных условиях физические упражнения;
- ❖ вспоминайте про себя прочитанные книги, последовательно обдумывайте.

