

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Керівник цивільного захисту ІДГУ,  
ректор Я.В. Кічук  
«29» січня 2021 року



## **НАСТАНОВА щодо поведінки у разі захоплення терористами у заручники**

### **1. Опис проблематики**

Протягом кожного року у світі трапляються десятки випадків терористичних актів, у тому числі — із захопленням заручників. На жаль, протягом останніх років не стала винятком для цього небезпечного явища і наша країна.

Захоплення в заручники може статися в будь-якому місці (у транспорті, на підприємстві, у державній установі, навчальному закладі, житловому будинку, на вулиці тощо). У такому випадку пам'ятайте, що ваше життя ставатиме предметом торгу і саме ваша поведінка може вплинути на ставлення до вас.

Як показує досвід, поведінка терористів у всьому світі майже однакова, тому ця настанова може стати у пригоді кожному учаснику освітнього процесу університету (як можливій потенційній жертві терористів) під час перебування вдома, в суспільних місцях, на природі, а також під час роботи або навчання в нашому навчальному закладі.

### **2. Поведінка заручника у полоні**

Ставши заручником терористів (або терориста) у першу чергу потрібно змиритися з тим, що ви перебуваєте під їх повною владою і розуміти, що вони цілком реально можуть вас вбити або серйозно покалічити. Тому поводитись у такій ситуації треба вкрай виважено й обачливо.

Для того, щоб зламати вашу волю, деморалізувати й принизити вас, терористи спочатку, як правило, застосовуватимуть різноманітну тактику психологічного впливу на вас — будуть доводити вас до фізичного виснаження і страждань (наприклад, позбавляти сну, не давати або суттєво обмежувати в їжі і воді, створювати погані побутові умови утримання, примушувати справляти фізичні потреби на місці перебування і таке інше), проводити з вами «агітаційно-роз'яснювальну роботу» (наприклад, переконувати у тому, що влада забула про вас, що на вас усім начхати і таке інше), здійснювати на вас постійний психологічно-страхаючий тиск (наприклад, наголошувати, що будуть страчувати заручників за найменшу непокору або навіть за недостатньо швидке виконання їх вимог або запевняти, що вони не бояться смерті і готові без вагань померти разом зі всіма заручниками у разі невиконання їх вимог) та інші психологічні прийоми.

Якщо терористи змушують вас вийти із приміщення де ви були захоплені, оголошуючи, що зараз ви взяті у заручники і переводитесь (перевозитесь) в інше місце, ні в якому разі не пручайтесь і виконуйте всі їх вимоги і команди.

Потрапивши у таку халепу підтримуйте свій психологічний стан думкою, що не існує безвихідних ситуацій і позитивне для вас рішення буде обов'язково знайдене. Тому одразу візьміть себе в руки, запасіться терпінням і мужністю та у кожному своєму подальшому поступку проявляйте холонокровність і розсудливість. Постійно пам'ятайте, що ваша мета — залишитися живими та зберегти фізичне і душевне здоров'я. А для цього треба будь-за-що зберігати спокій і самоконтроль, бо це найбільш ефективні засоби, які ви можете вжити для свого звільнення.

Далі, по-можливості спробуйте з'ясувати, що ж в реальності відбувається навколо вас та на прилеглих ділянках. Потім, за наявності у вас мобільного телефону або доступу до стаціонарного телефону, телефаксу, комп'ютеру (мережі «Інтернет») спробуйте тихенько і потайки від терористів зв'язатися з правоохоронними органами, керівництвом університету, або з кимсь з колег по роботі, співкурників, рідних, близьких, друзів, знайомих.

Встановивши зв'язок та передавши інформацію про ваше захоплення, ви можете значно зібратися з духом та покращити свій моральний стан. Адже відтепер, отримавши інформацію про захоплення заручників, правоохоронні органи починають діяти та вживати всі необхідні заходи задля вашого звільнення.

У подальшому будьте терплячими, бо час працює на вас (заручників) та тих, хто готується до вашого звільнення (правоохоронні органи). При цьому, тверезо оцінюючи ситуацію, не надійтеся на швидке звільнення, бо терористи як правило не зразу капітулюють, а постійно висувають одну вимогу за іншою. Тому налаштуйте себе на тяжке, довготривале та виснажливе психологічне випробування та певний морально-емоційний стрес. І ви повинні його витримати та подолати під девізом — «не допускати ні боягузтва, ні бравади».

Якщо вас замкнули у приміщенні, де є вікна, спробуйте потайки від терористів привернути до себе увагу людей, що знаходяться зовні. Для цього тихенько відкрийте кватирку вікна або виставіть шибку (розберіть її чи навіть розбийте) та покличете на допомогу. При наявності в приміщенні системи пожежної сигналізації за допомогою запальнички або сірників підпаліть папір та піднесіть його до датчиків пожежної сигналізації.

По можливості якомога швидше опануйте себе та заспокойтесь, не піддавайтесь паніці, не допускайте істеричних проявів. Емоційно невірноважена людина, яка від страху впадає в паніку та істерику, створює значні проблеми для терористів, лякає та озлобляє їх своєю непередбаченістю та активністю, за що може дуже швидко поплатитися — її, скоріше за все, вб'ють першою, якщо ситуація суттєво погіршиться.

Попри всі страхи необхідно зрозуміти чого ж конкретно хочуть терористи, визначити для себе хто з них найнебезпечніший (нервовий, рішучий, агресивний) та у подальшому, у стосунках з ними враховувати їх тип поведінки. Не сперечайтесь з терористами та виконуйте всі їх вказівки, особливо їх ватажка. Спілкуючись з терористами не реагуйте на жорстокість, образи і приниження та не поводься зухвало у відповідь. Не відводьте очей у бік, але у той же час

уникайте прямого та довготривалого погляду в очі терористам — це завжди сприймається людиною на біологічному рівні (особливо чоловіком), як вихідний сигнал агресії, що на несвідомому рівні буде розглянуто ним, як виклик. Тому завжди дивіться терористу десь в район його грудей, лише зрідка поглядаючи йому в обличчя.

Не удавайтеся до дій, що можуть привернути увагу терористів. Старайтеся ніяк не виділятися з-поміж усіх заручників. Для цього треба позбавитись всього, що хоч-якось виділяє вас з-поміж інших заручників. Особливо це стосується жінок. Вони повинні стерти з себе косметику (або розтерти її по обличчю), змінити на гірше зачіску (розпустити та скуйовдити волосся), зняти з себе коштовні та привабливі прикраси (сережки, каблучки, персні, намисто, браслети, брошки, заколки і таке інше). Не реагуйте на провокаційну чи зухвалу поведінку терористів, продовжуйте спокійно сидіти, не задаючи запитань. Будьте готові до «спартанських» умов життя (неадекватної їжі, тяжких умов проживання та жахливих санітарно-гігієнічних умов). Для підтримки сил їжте все, що вам дають.

Під час фізичного впливу терористів на вас (штовханина, шарпання, шпурляння, нанесення ударів) не пручайтесь та не кидайтесь на нього, бо це може спричинити ще більшу жорстокість з його боку у поводженні з вами. Просто захищайте руками найважливіші та найвразливіші місця вашого тіла та терпляче переносьте жорстоке поводження з вами. Перш ніж щось зробити (пересунутися в інше місце, відкрити сумочку, запалити) обов'язково запитуйте у найближчого терориста дозволу на це. Не вагаючись віддавайте особисті речі, яких вимагає терорист. Проте спробуйте якимось чином сховати свої документи (паспорт, посвідчення) та інші речі, що можуть вас скомпрометувати. У спілкуванні з терористами не підвищуйте голосу та не жестикулюйте руками.

Несподіваний рух або шум з вашого боку можуть спричинити жорстку відсіч з боку терористів, тому не чиніть дії, які можуть спровокувати терористів до застосування проти вас та всіх інших заручників фізичної сили або зброї.

Намагайтесь уникати контактів та співпраці із терористами, якщо вони жадають від вас співучасті у тих чи інших діях (наприклад, зв'язати когось, піддати катуванню, роздягти та інше). Вам не завадить у цьому випадку зазнати (удавану) «втрату свідомості», продемонструвати свій (удаваний) «перелік та безсилля», послатися на (удавану) «слабкість та раптове загострення якихось своїх старих хронічних хвороб» і таке інше. Якщо ви зможете вміло та переконливо просимулювати симптоми своєї (удаваної) «недієздатності та хворобливості», то по-перше: вам вдасться уникнути ганебної співучасті у злочинних діях терористів, і по-друге: у вас може з'явитися можливість звільнитися у результаті переговорів терористів з правоохоронними органами, бо часто в ході переговорів терористи звільняють жінок, дітей, літніх людей та хворих.

Усі інші вимоги терористів треба виконувати беззаперечно і точно. Нікого із інших заручників самі не квапте та не підштовхуйте до необдуманих дій. Поводьтесь слухняно, спокійно та миролюбно, бо це найрозумніше та найдоцільніше із всього, що ви можете робити у подібних обставинах.

Якщо вас поранено, старайтеся як можна менше рухатися. Так ви значно зменшите втрату крові та попередите зміщення поламаних кісток. Якщо ж

поранений хтось інший із заручників і йому потрібна негайна медична допомога (а ви, при цьому, знаєте, як її надавати), попросить найближчого терориста або їх ватажка підійти до вас і зверніться до нього з такими словами: «Ви зараз можете зберегти одне життя. Якщо ви дозволите, то я можу надати невідкладну медичну допомогу ось той пораненій людині. Якщо ви дасте згоду, то вам це колись обов'язково зарахується, а я за вас завжди замовлю своє слово. Будьте розсудливі! Дозвольте мені допомогти нещасному, інакше ми його загубимо». Під час такої розмови з терористом треба говорити спокійно і дивитися прямо в очі злочинцю. Нічого не починайте робити, доки не одержите дозволу. Не наполягайте на своєму.

Надавайте різнобічну допомогу та морально-вольову підтримку тим, хто фізично і психологічно слабший за інших заручників — пораненим, травмованим, істотно хворим, жінкам, дітям, особам похилого віку, психологічно і нервово враженим людям. Уникайте дратівливих розмов, істотних суперечок та гострих конфліктів при спілкуванні з іншими заручниками.

Не ризикуйте своїм власним життям та життям оточуючих заручників. Не допускайте дій, які можуть спровокувати терористів на застосування фізичної сили або зброї та привести до людських жертв (не тікайте, не кидайтесь на терористів, не вихоплюйте зброю і таке інше).

Не апелюйте до совісті терористів, бо це майже марно. Терористи будуть вперто і очманіло виконувати те, що задумали, і, щоб «перекричати голос своєї совісті», можуть навіть учинити зовсім нелогічні та неадекватні за жорстокістю та люттям дії.

Завжди говоріть спокійним та врівноваженим голосом, уникайте викличного та ворожого тону. За необхідністю виконуйте розпорядження терористів, особливо протягом перших 30 – 40 хвилин після нападу. Не вступайте з ними в суперечки, терпіть образи та приниження.

Постарайтеся переконати терористів забезпечити вам та іншим заручникам людські умови існування. Якщо з вами перебувають діти, знайдіть для них більш безпечне місце, намагайтеся закрити їх від випадкових куль і по можливості постійно перебувайте поруч з ними.

Завжди запитуйте у терористів дозвіл на вчинення будь-яких дій (сісти, лягти, встати, поїсти, попити, прийняти ліки, фізично розім'ятись, вийти в туалет, запалити). При наявності проблем зі здоров'ям, переконайтеся, що ви маєте необхідні вам ліки. Якщо необхідні вам ліки відсутні, зразу ж повідомте про це найближчого терориста або їх ватажка. Якщо у вас виникли серйозні проблеми зі здоров'ям, негайно проінформуйте про це найближчого терориста (або їх ватажка) та просіть про невідкладне надання вам необхідної медичної допомоги.

Використовуйте будь-яку можливість для хоч-якогось відпочинку та відносного розслаблення, бо довгий стрес, у стані якого зазвичай перебувають заручники, через деякий час призводить до повного нервового та фізичного виснаження. Ні в якому разі не приймайте будь-які психотропні засоби, алкоголь, наркотики, алкалоїдні токсини і таке інше! За можливості постійно дотримуйтеся вимог особистої гігієни. Старайтесь виконувати доступні фізичні вправи.

Не давайте ослабнути своїй свідомості. Застосовуйте відомі вам способи тренінгу свого головного мозку, спробуйте чимось зайняти свій інтелект

(читанням, письмом, тренуванням пам'яті, розв'язуванням математичних та інших задач тощо). Терористи за звичай відбирають у заручників всі особисті комунікативні та інформаційні засоби (портативні радіоприймачі, наручні годинники, мобільні телефони, ноутбуки, електронні планшети тощо), щоб ізолювати їх від зовнішнього світу. Тому при тривалому утриманні вас у полоні (у приміщенні з вікнами) слідкуйте за часом, відмічаючи хоча б зміну дня і ночі. Заведіть собі для цього добовий календар.

Якщо терористи надали вам можливість поговорити з вашими родичами по телефону, старайтеся тримати себе в руках, не плачте, не кричите, не волайте і не благайте про порятунок будь-якою ціною, бо цим ви ще більше нашкодите психіці ваших близьких і рідних, які і так вже знаходяться в стані нервового перенапруження, бо переживають за вас. Говоріть коротко й по суті. Не кажіть у слухавку на адресу терористів якісь образливі слова і епітети, бо це неодмінно розлютить їх та спровокує на каральні дії.

Намагайтеся запам'ятати все, що ви бачите та чуєте під час скоєння злочинцями терористичного акту (кількість терористів, їх імена і прізвиська, їх зовнішній вигляд та особисті прикмети, їх одяг та спорядження, види та кількість їхньої зброї та вибухових речовин, їхні засоби зв'язку, ступінь їхньої агресивності та способи поведінки з заручниками, конкретні дії кожного з терористів протягом знаходження в їхньому полоні, їхні телефонні перемовини з зовнішніми поплічниками і перемовини між собою, їх ймовірні плани, задуми і наміри). Після того, як вас буде звільнено з полону (а це рано чи пізно невідворотно відбудеться), ваші показання будуть дуже важливі для слідства. Тому ви повинні запам'ятати як-можна більше усяких деталей і подробиць цих жахливих подій.

### **3. Поведінка заручника під час штурму**

Може так трапитися, що терористи (терорист), тверезо оцінивши ситуацію, після деяких вагань здадуться, аби не мати справи зі спеціальними підрозділами по боротьбі з тероризмом, Але, якщо все ж таки після довготривалих переговорів з ними не буде знайдено консенсусу, правоохоронні органи вимушені будуть звільняти заручників за допомогою сили (штурмом).

Під час штурму спецпідрозділами правоохоронних органів приміщення, в якому вас утримують терористи, негайно ляжте на підлогу обличчям униз та поклавши руки на голову. Якщо є можливість за щось сховатись (меблі, обладнання, будівельні конструкції тощо) обов'язково це зробіть і, при цьому, відсуньтесь як-можливо далі від дверей, вікон, вентиляційних шахт та інших отворів.

Під час штурму, у залежності від зміни ситуації (поруч з вами стрілянина, вибухи, обрушення стін і стель, загазованість), можете повільно міняти свою дислокацію в приміщенні, але при цьому, не робіть різких рухів та старайтеся постійно тримати рота відкритим на випадок спрацювання потужних вибухових пристроїв. Якщо поблизу вас стався вибух, не поспішайте зразу покидати своє місце, а дочекайтесь поки перестануть сипатися штукатурка й інші речі та хоч трохи розвіється пил та дим. Після цього можете переповзти у більш безпечне

місце. Ні в якому разі не беріть до рук зброю, кинуту терористами, бо штурмуючі «спецназівці» можуть прийняти вас за терориста та застрелити.

Не можна під час штурму вставати і кудись бігти (тікати від терористів, бігти назустріч «спецназівцям» або навпаки — від них), бо у цьому випадку ви або неминуче станете мішенню для терористів, або випадково потрапите під перехресний вогонь, або «спецназівці» можуть прийняти вас за одного із терористів та застрелити. Єдиний випадок, коли ви можете спробувати покинути приміщення під час штурму, це — коли ви знаходитесь поблизу виходу (або вікна першого поверху) і він (воно) вже не прострілюється терористами. Тоді треба попластунські або навколішках доповзти до дверного (віконного) прорізу і вибігти (вистрибнути) із приміщення. При цьому треба виконувати всі команди, які поступають на вашу адресу від «спецназівців», що знаходяться зовні.

При вашому перебуванні у приміщенні під час бою правоохоронних органів з терористами може так трапитися, що на вашу адресу почнуть одночасно надходити з одного боку — голосові команди від «спецназівців», а з іншого боку — вимоги від терористів, при чому діаметрально протилежні. У такому випадку робіть так, як вимагають бандити. За це вас ніхто не осудить і не покарає.

Якщо ви підозрюєте, що терористи блефують і замість справжньої вогнепальної зброї, гранат чи вибухівки у них в руках знаходяться звичайнісінькі муляжі, не перевіряйте цього, бо це може коштувати вам здоров'я або життя. До того ж, залишається велика ймовірність того, що крім муляжів вогнепальної зброї бандити можуть бути озброєні вже справжньою холодною зброєю (ножами, шилами, кинджалами, штик-ножами, заточками, сокирками і таким іншим), яка становить не меншу загрозу для людини, ніж вогнепальна зброя.

Під час штурму максимально мобілізуйте свою волю та психіку, тримайте себе в руках до останнього пострілу та вибуху. Ні коли не втрачайте надію на своє звільнення та волайте залишитися жити будь-за-що. Пам'ятайте, що шанси на порятунок у вас дуже великі. Про це свідчить загальносвітова статистика щодо врятування заручників під час проведення антитерористичних операцій.

#### **4. Психологічна реабілітація**

Більшість колишніх заручників протягом досить тривалого часу переживає посттравматичний нервово-стресовий розлад, симптомами якого можуть бути: порушення сну, втрата апетиту, загальна апатія, раптові спалахи гніву, прояви безпричинної тривоги та страху, труднощі спілкування з оточуючими та інше. Тому в перші дні після звільнення з полону вам необхідно обов'язково звернутися до медичних установ для комплексного обстеження вашого організму, визначення вашого психічного стану та отримання кваліфікованої психологічної допомоги.

У подальшому для поступового зняття психологічного напруження вам треба буде певний час, вже в домашній обстановці, регулярно застосовувати підібрані психотерапевтом і невропатологом методи релаксації та аутотренінгу. В нагоді також стане правильно підібраний курс медикаментозного та фізіотерапевтичного лікування. За всім цим треба буде звертатись в першу чергу до сімейного лікаря.

Головним показником завершення курсу психологічної реабілітації людини буде поновлення її соціальної активності та соціальних зв'язків з оточенням.

## 5. Контактні дані

Отже, якщо вам довелося стати заручником терористів і у вас, при цьому, є можливість скористатися якимсь технічним комунікативним засобом (стаціонарним телефоном, телефаксом, мобільним телефоном, смартфоном, комп'ютером, ноутбуком, планшетом тощо) — обов'язково скористайтеся цією можливістю.

У разі необхідності звернення до керівництва та відповідних посадових осіб звертатися до приймальної ректора за телефонами: +38 (04841) 6-30-01; +38 (094) 95-65-001.

Начальник штабу цивільного захисту \_\_\_\_\_



Лук'ян Ю.М.