Возьмите себя в руки, успокойтесь, не паникуйте.

Разговаривайте спокойным голосом.

Не выказывайте ненависть и пренебрежение к похитителям.

Выполняйте все указания бандитов.

Не привлекайте внимания террористов своим поведением, не оказывайте активного сопротивления. Это может усугубить ваше положение.

Запомните как можно больше информации о террористах (количество, вооружение, как выглядят, особенности внешности, телосложения, акцента, тематика разговора, темперамент, манера поведения).

Постарайтесь определить место своего нахождения (заточения).

Сохраняйте умственную и физическую активность.

Помните, правоохранительные органы делают все, чтобы вас вызволить.

Не пренебрегайте пищей. Это поможет сохранить силы и здоровье.

Расположитесь подальше от окон, дверей и самих террористов. Это необходимо для обеспечения вашей безопасности в случае штурма помещения, стрельбы снайперов на поражение преступников.

При штурме здания ложитесь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке.