

УДК 543.426:539.16.04:556.53

Ю.Ю. Кулинкович, О.В. Гуменюк

ФАКТОРЫ И МЕХАНИЗМЫ МАССОВОЙ ПАНИКИ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

J.J. Kulinkovich, O.V. Gumenyuk

FACTORS AND MECHANISMS OF MASS PANIC IN EMERGENCIES

Рассмотрены вопросы поведения человека в условиях чрезвычайных ситуаций и влияние индивидуальной паники на окружающих (толпу). Выделены факторы возникновения массовой паники и механизмы ее развития. Меры по предотвращению и приемы ликвидации паники в чрезвычайных ситуациях строятся с учетом указанных факторов и механизмов.

СТРАХ. ПАНИКА. ПАНИЧЕСКАЯ ТОЛПА. МАССОВАЯ ПАНИКА. ФАКТОРЫ ПАНИКИ. МЕХАНИЗМЫ МАССОВОЙ ПАНИКИ. ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ.

Questions of behavior of the person in the conditions of emergency situations and influence of an individual panic on surrounding (crowd) are considered. Factors of emergence of a mass panic and mechanisms of its development are allocated. Measures for prevention and receptions of elimination of a panic in emergency situations are under construction taking into account the specified factors and mechanisms.

FEAR. PANIC. PANIC CROWD. MASS PANIC. PANIC FACTORS. MECHANISMS OF A MASS PANIC. SCHEDULED MAINTENANCE.

В критический момент люди, не оказавшиеся на высоте положения, превращают опасность в катастрофу. Опасность заключается в них самих.

Д. Ллойд-Джордж

Вопросы психологии человека в чрезвычайных ситуациях (ЧС) необходимо рассматривать в целях подготовки населения, спасателей, руководителей к действиям в экстремальных ситуациях.

При рассмотрении вопросов поведения человека в условиях ЧС большое внимание уделяется психологии страха. В повседневной жизни, в экстремальных условиях человеку постоянно приходится преодолевать опасности, угрожающие его существованию, что вызывает (порождает) страх, т. е. кратковременный или длительный эмоциональный процесс, порождаемый

действительной или мнимой опасностью. Страх вызывает у человека неприятные ощущения (негативное действие страха), но страх — это и сигнал, команда к индивидуальной или коллективной защите, так как главная цель, стоящая перед человеком, — остаться живым, продлить свое существование.

Страх, как отмечают многие психологи [1–3], является отпечатком современного мира, в котором живет человечество. Человек находится в состоянии постоянной тревоги, страх подстерегает его повсюду. Человек, поддающийся сильному воздействию страха, нередко теряет

контроль над собой, не принимает мер самозащиты, плохо ориентируется в обстановке и может подвергнуться панике, если страх переходит в стресс. Когда человек начинает чего-то бояться, то именно это с ним, как правило, и происходит. Страх до определенного времени и предела может считаться физиологически нормальным и даже полезным явлением, ибо способствует экстренной мобилизации физического и психического напряжения, что необходимо для самосохранения. Он выступает в роли защитного механизма, спасающего нас от преждевременной смерти. «Бесстрашных» психически нормальных людей не бывает. Если человек не реагирует на опасность, то это значит, что он страдает психическим нездоровьем. Следовательно, страх — нормальная защитная реакция на ненормальные, чрезвычайные обстоятельства. Все дело во времени, которое требуется для преодоления чувства страха, сопровождающегося растерянностью и неорганизованностью поведения. У человека, подготовленного к действиям в чрезвычайной ситуации, это происходит значительно быстрее, чем у неподготовленного, у которого сохраняется длительное бездействие, суетливость, стимулирующие развитие психических расстройств. Если человек контролирует свой страх, значит, он осознает опасность и пытается избежать ее. В этом случае всегда найдется выход из сложной ситуации.

Паника — это неконтрольный страх. Она психологически характеризуется состоянием массового страха перед реальной или воображаемой опасностью, нарастающего в процессе взаимного «заражения» людей и блокирующего способность рациональной оценки обстановки, мобилизацию волевых ресурсов и организацию совместного противостояния возникшей обстановке.

Почему нормальный человек в толпе целиком подчиняется ее настроению? Любая объединяющая цель — созидательная или разрушительная — ведет к возникновению единого мощного энергетического поля. Настроение толпы изменяет настроение индивидуума и дает эмоциям возобладать над здравым смыслом [4].

Толпа — во многом лишенная структуры большая группа людей, объединенная между собой эмоциональным настроением или предметом

внимания, но при этом, как правило, не объединенных четко осознаваемыми общими намерениями и планами, а тем более, единой целью и отчетливыми представлениями, каким образом она может быть достигнута.

Паническая толпа — это подвид действующей толпы (наряду с другими подвидами — агрессивной, стяжательной и повстанческой). Опыт показывает, что она — самая опасная из всех разновидностей толпы. По количеству непосредственных человеческих жертв массовая паника способна далеко превосходить, например, агрессивную толпу, но и по отдаленным последствиям ей не уступает.

Слово «паника» происходит от имени Пана, греческого бога пастухов. Пастухи часто становились свидетелями того, как вследствие самой незначительной причины, особенно ночью, стада овец или коз, полностью выйдя из-под контроля, бросались в воду, в огонь, как животные одно за другим прыгали в пропасть [3].

Вот как описал подобные явления знаменитый биолог А.Э. Брем [1]: «Каждый подозрительный шорох заставляет насторожиться все стадо. Молния, гром, ураган, плохая погода лишают его возможности нормального поведения; обезумевшее стадо разбегается по степи, овцы попадают в воду, в огонь или же совершенно неподвижно застывают на одном месте. В это время их заносит снегом, заливают дождем, они замерзают, гибнут от голода, но не делают никаких попыток укрыться или найти пищу. Так бессмысленно погибают не одно и не два, а тысячи животных».

Пастухи объясняли это демоническое явление гневом Пана, во всех изображениях которого, даже в живописи Нового времени (М.А. Врубель и др.), присутствуют черты, вызывающие страх.

В последующем «полномочия» Пана значительно расширились: он сделался богом войны, которому поклонялась вся Греция. Логическая связь между мирной работой пастуха и военным делом кажется странной, если не вспомнить об особенностях тогдашних сражений по сравнению с войнами Нового времени.

Развитие техники обеспечило возможность организованного отступления, когда между отступающими подразделениями и неприятелем



лем сохраняется дистанция и отход с поля боя (с переходом на запасные позиции и т. д.) не обязательно является беспорядочным. В древности же, как указывают военные историки, воины сражались «на расстоянии копья и кинжала». Обычно это завершалось тем, что одна из сторон, не выдержав натиска, бросалась в ужасе бежать, преследуемая и добиваемая торжествующим противником [4].

Итак, этимологически термин «паника» предполагает массовый характер явления. Однако в современных языках корень слова улавливается слабо, и, во всяком случае в психологии, принято различать массовую и индивидуальную панику.

Кроме того, массовая паника не обязательно выливается в форму собственно панической толпы. Она может выразиться чувством обреченности и парализацией воли, когда масса людей становится неспособна к решительным действиям в критической ситуации, отказывается от поиска самостоятельных решений [5].

С одной стороны, паника может возникнуть безо всякой внешней опасности и в подавляющем большинстве случаев оказывается несоизмерима ей. С другой стороны, никакая внешняя опасность сама по себе недостаточна для возникновения паники. «Даже тогда, когда паника вызывалась беспредельно большой опасностью, — писал А.С. Прангишвили, — психологическая природа переживания ужаса принципиально такова, как и в момент возникновения ее из-за незначительной причины (однако в последнем случае эти особенности даны более выражено), поскольку в конце концов всякая реальная и большая опасность может быть пережита и без паники. Так что, сильный ужас, связанный с паникой, и в случае реальной опасности может считаться вторичным явлением» [1, 6].

Итак, в самом общем плане можно дать следующее определение: паника — состояние ужаса, сопровождающееся резким ослаблением волевого самоконтроля.

Следствием оказывается либо ступор, либо то, что Э. Кречмер называл «вихрем движения», «гипобулической реакцией», т. е. дезорганизацией плановых действий. Поведение во внутренне конфликтной ситуации становятся антиволевым: эволюционно примитивные потребности,

прямо или косвенно связанные с физическим самосохранением, подавляют потребности, связанные с личной самооценкой. Приведенное определение охватывает все формы коллективной и индивидуальной паники.

Удалось выявить четыре комплекса факторов (иначе их называют условиями, или предпосылками) превращения более или менее организованной группы в паническую толпу [2, 7].

1. Социальные факторы — напряженность в обществе, вызванная происшедшими или ожидаемыми природными, экономическими, политическими бедствиями. Это могут быть землетрясение, наводнение, эпидемия, реальная или мнимая нехватка продовольствия, резкое изменение валютного курса, государственный переворот, начало или неудачный ход войны и т. д. Иногда напряженность обусловлена памятью о трагедии и (или) предчувствием надвигающейся трагедии, приближение которой ощущается по каким-либо признакам.

2. Физиологические факторы — усталость, голод, длительная бессонница, алкогольное и наркотическое опьянение. Они снижают уровень индивидуального самоконтроля, что при массовом скоплении людей чревато особенно опасными последствиями.

3. Общепсихологические факторы — неожиданность, удивление, испуг, вызванные недостатком информации о возможных опасностях и способах противодействия.

4. Социально-психологические и идеологические факторы — отсутствие ясной и высокозначимой общей цели, эффективных, пользующихся общим доверием лидеров и, соответственно, низкий уровень групповой сплоченности.

Структура и динамика человеческих потребностей таковы, что люди могут, потеряв волю и достоинство, впасть в животное состояние. И те же люди при появлении высокозначимых целей способны в буквальном смысле стоять на смерть, ложиться под танки и бросаться в огонь. При этом внешняя оценка их поступков в экстремальных ситуации — героических, преступных или просто глупых — сильно зависит от того, насколько собственные ценности наблюдающего согласуются с ценностными координатами наблюдаемого поступка.

Меры по предупреждению массовой паники связаны с учетом ее предпосылок (факторов). Если речь идет о сформировавшейся группе, нацеленной на работу в стрессовых ситуациях (в частности, отряд спасателей МЧС), то прежде всего следует уделять внимание идейной и организационной подготовке к возможным опасностям, обеспечению эффективного руководства и воспитанию лидеров, пользующихся высоким доверием. В свою очередь, при отсутствии духовно-психологических предпосылок паники коллектив способен достойно встретить самые суровые испытания [8].

Но не всегда такая подготовка в принципе возможна, например при массовых уличных мероприятиях, где участвует множество более или менее случайных людей. В таких ситуациях особое значение приобретает учет физиологических и общепсихологических факторов.

Ранее указывалось на типичные ошибки, состоящие в затягивании мероприятий и безразличии к физическому состоянию участников (усталость, опьянение и т. д.).

Чрезмерно важен учет общепсихологического фактора паники: прежде всего, необходимо своевременно информировать людей о возможных опасностях и имеющихся способах противодействия. Последнее касается предупреждения как коллективной, так и индивидуальной паники.

Необходимо проводить разностороннюю профилактическую работу [2–4]:

Анализ особенностей возникновения и течения различных форм индивидуальных и коллективных реакций страха (паники) — основа профилактики любых психологических явлений

2. Профотбор лиц для работы на опасных видах труда и особенно руководителей производственных коллективов (существуют личности с повышенным уровнем риска). Накопленный опыт изучения катастрофических ситуаций позволяет утверждать, что имеются лица, склонные (в силу своей психопатии, нервности) к созданию несчастных случаев и к неадекватным действиям в угрожающей ситуации.

3. Обучение приемам обеспечения безопасности и воспитательная работа по формированию в сознании людей осторожности и разумному поведению в аварийных и чрезвычайных ситуациях, по предупреждению таких ситуаций.

Человек, работающий на опасных производствах должен:

знать свои обязанности по профилактике ЧС и нести ответственность не только за возникновение несчастных случаев, но и за характер своих действий при руководстве массами (при пожарах и других ЧС);

иметь психологическую готовность к действиям в ЧС, сознавать, что взрыв, пожар или другие явления — это реальная опасность, быть готовым не только к профилактике или остановке катастрофического процесса, но и к руководству массами людей;

знать графики работы смен и схемы действий в критических ситуациях;

участвовать не только в деловых, но и в аварийных играх, что способствует познанию проблемы и формированию автоматизма действий в ЧС.

4. Информационными средствами и примером действий окружающих лиц доводить до людей, что основной задачей в ЧС и во время катастрофы является сохранение спокойствия и быстрая разумная деятельность. Люди должны знать и понимать, что народ в условиях давки гибнет.

5. Основа профилактики паники — умелое руководство массой людей. Паническая реакция — это всегда индукция страха, утрата степени сознательного руководства и случайный захват «руководства» действиями людей лицами, находящимися в состоянии страха и действующими бессознательно, автоматически. Эти лица яркостью поступков и речи (крики) возбуждают окружающих и фактически увлекают за собой других, которые находятся в связи со страхом в состоянии суженного сознания и действуют автоматически без оценки сложившейся ситуации. В состоянии страха люди легко поддаются управлению и могут быть переведены в условия безопасной и объективной деятельности. Если руководство массой осуществляется сознательной личностью, то люди сохраняют способность разумных действий и защиты своей жизни.

5. Особую роль в профилактике страха играет деловая занятость (должность) человека и демонстрация организованности действий окружающих лиц. «Действие спасает от страха. Оно спасает и от страха, и от слабостей, даже от хо-



лода и болезней» (Антуан де Сент-Экзюпери). Так, солдаты, привлеченные спасать детей при повторных толчках землетрясения, не испытывали страха, в отличие от ничем не занятых людей (Ленинакан).

6. В острой ситуации или угрожающей обстановке необходимо убирать (фиксировать) людей, способных индуцировать страх и вовлечь людей в опасную деятельность. Их влияние на окружающих должно быть приостановлено, так как может произойти индукция (передача) их действий массе людей.

7. В структуре руководства массой людей большую роль играет система оповещения: громкоговорящее оповещение, световые и звуковые сигналы, указатели выходов, направления движения и другие средства.

О зависимости между эмоцией и информацией философами, психологами и биологами написаны тома, и эта проблема заслуживает особого разговора.

Эмоциональное состояние и поведение человека при опасности в огромной степени определяются образом ситуации и, главное, представлением о своей роли в ней. Паника может возникнуть тогда, когда ситуация для человека необычна и неожиданна, неизвестны способы преодоления опасности, отсутствует план действий и индивидуум является пассивным объектом событий. Но при наличии знания (сколь бы иллюзорно оно ни было) и программы действий (пусть и неадекватной) человек чувствует себя активным субъектом — и психологическая ситуация решительно меняется. Образуется другая доминанта, внимание переключается со страха и боли на предметную задачу; в итоге же страх уходит совсем, а болевой порог значительно повышается [8].

Обсуждая способы ликвидации возникшей паники, полезно вспомнить о том, что ранее говорилось про психологический момент. Известны приемы возвращения момента, наиболее подходящего для начала эффективного руководства.

Например, используется привычное стимулирование. Люди привыкли неподвижно застыть при исполнении национального гимна, и этот условный рефлекс может актуализироваться при громком включении первых же тактов.

Другой прием — вариант того, который хорошо известен врачам и особенно психотерапевтам, сталкивающимся с приступами истерии. Приступ может быть купирован резким внезапным событием: пощечиной, неожиданным громким звуком и т. д. Говорят, один психиатр использовал для этого очень правдоподобный муляж извивающейся змеи, которая неожиданно появлялась в его руке.

Сильное шоковое воздействие оказывается эффективным и при массовой панике. Например, выстрел в закрытом помещении способен произвести новую «оторопь», люди на секунду застывают — и становятся доступны для организационных мер.

Исследование людей, спасшихся в Уфимской катастрофе (взрыв газа и гибель двух пассажирских поездов), показало, что для них характерной была психогенная анестезия (не чувствовали боли) в течение первых 5–10 минут после взрыва, получения травм и ожогов, причем с сохранением ясного сознания и способности к рациональной деятельности (поэтому они и смогли спастись). У лиц с повышенным чувством ответственности (у должностных лиц поезда бригады) длительность психогенной анестезии в отдельных случаях достигла 15 минут, даже при общей площади ожоговых поражений до 40 % поверхности тела. Одновременно отмечалась значительная мобилизация (сверхмобилизация) психофизиологических резервов и физических сил: некоторые пострадавшие выбирались из перевернутых вагонов с заклинившимися выходами из купе, в прямом смысле раздирая руками перегородки крыши. Сразу после того, как пострадавшие покинули вагоны, они организовывались в небольшие (10–15 человек) группы, где стихийно выделялся свой лидер, который придавал целенаправленность действиям остальных людей для спасения своих жизней и взаимной помощи [3, 9].

Гипермобилизация в начальный период приступа практически всем людям, однако, если она сочетается с состоянием паники, то может и не привести к спасению человека, так как происходит потеря ориентации, нарушение соотношения между основными и второстепенными действиями, обострение оборонительной реакции, отказ от деятельности или гибель. Люди, спас-

шиеся в экстремальной ситуации, долгое время испытывают те или иные патологические изменения в психической сфере (посттравматический синдром). Среди психопатологических изменений после травм, аварий у людей чаще всего встречаются депрессивные состояния — 56 %, психогенный ступор — 23 %, общее психомоторное возбуждение — 11 %, бредо-галлюцинарные состояния — 5 %, неадекватность, эйфория — 3 %, ночные кошмары во сне — 90 %, раздражительность, чувство вины, потеря желания жить. Для снятия указанных психологических нарушений требуется специальная психотерапевтическая помощь психологов и психотерапевтов. Обследование членов аварийно-спасательных команд показало, что они также испытывают существенные изменения в психическом состоянии после работы в зоне бедствий: 98 % испытывают страх и ужас от увиденного, в 20 % случаев собственное состояние (по прибытии на место Уфимской катастрофы) характеризовалось как предобморочное, головные боли, тошнота, рвота. У 50 % спасателей в последующие дни после прекращения спасательных работ сохранялись психические нарушения: кошмарные сновидения, бессонница, сонливость днем, подавленное настроение, повышенная раздражительность [1].

Для спасательных работ необходимо отбирать людей с высокой эмоциональной устойчивостью. В противном случае 20–30 % спасателей сами попадают в психологически шоковое

состояние и не могут выполнять спасательные работы.

Подводя итог изложенному, отметим, что необходимо следующее:

проведение профилактических и охранных мероприятий;

эргономическая оптимизация оборудования, рабочего места, информационной нагрузки;

профотбор и отсев профессионально непригодных лиц;

устранение несоответствия структуры деятельности психофизиологическому состоянию человека за счет профилактики зрительных и психоэмоциональных перенапряжений, переутомлений, монотонии;

совершенствование структуры личности работников за счет повышения профессиональной компетентности и опыта, эмоциональной устойчивости и способности к самоуправлению и саморегуляции, ответственности, дисциплинированности, готовности выполнять требования безопасности труда, тренировки внимания, памяти, мышления и пр.

Надо помнить, что паника — это состояние ужаса, сопровождающееся резким ослаблением волевого самоконтроля. При массовой панике особую роль играют механизмы, связанные с эмоциональным окружением.

Меры по предотвращению и приемы ликвидации паники в чрезвычайных ситуациях строятся с учетом вызывающих ее факторов и механизмов.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Назаретян, А.П. Психология стихийного массового поведения: Толпа, слухи, политические и рекламные кампании [Текст] / А.П. Назаретян. — М.: Академия, 2005.
2. Бехтерев, В.М. Роль внушения в общественной жизни [Текст] / В.М. Бехтерев // В кн.: Бехтерев В.М. Гипноз. Внушение. Телепатия. — М., 1994.
3. Назаретян, А.П. Цивилизационные кризисы в контексте Универсальной истории: Синергетика — психология — прогнозирование [Текст] / А.П. Назаретян. — М., 2004.
4. Гаврилец, И.Г. Психофизиология человека в экстремальных ситуациях [Текст] / И.Г. Гаврилец. — Киев, 2006.
5. Александровский, Ю.А. Психогении в экстремальных ситуациях [Текст] / Ю.А. Александровский, Лобастое О.С. [и др.]. — М., 1991.
6. Молярко, В.А. Особенности проявления паники в условиях экологического бедствия [Текст] / В.А. Молярко // Психологический журнал. 1992.
7. Смирнов А. Защита населения от чрезвычайных ситуаций [Текст] / Смирнов А. // ОБЖ. — 2006, № 11
8. Белов, С.В. Безопасность жизнедеятельности [Текст]: Учебник / С.В. Белов, А.Ф. Ильченко. — М.: Высшая школа, 2000.
9. Фролова, М.П. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст]: Учебник / М.П. Фролова. — М.: Астрель, 2002.

КУЛИНКОВИЧ Юлия Юрьевна — педагог ГБОУ СПО колледжа туризма и гостиничного сервиса.
195251, ул. Политехническая, д. 29, Санкт-Петербург, Россия
(812) 248-91-93
geochem@mail.ru

ГУМЕНЮК Оксана Васильевна — старший преподаватель кафедры управления и защиты в чрезвычайных ситуациях института военно-технического образования и безопасности Санкт-Петербургского государственного политехнического университета.
195251, ул. Политехническая, д. 29, Санкт-Петербург, Россия
(812) 248-91-93
geochem@mail.ru