

В.Л. Семиков
(Академия Государственной противопожарной службы МЧС России,
E-mail: info@academygps.ru)

ПАНИКА КАК ОСОБЫЙ ВИД ПОВЕДЕНИЯ ЛЮДЕЙ

Проведён анализ причин возникновения паники как опасного поведения людей и даны рекомендации по её предотвращению и прекращению.

Ключевые слова: паника, поведение, предотвращение, прекращение.

V.L. Semikov

PANIC AS SPECIAL TYPE OF THE BEHAVIOUR OF THE PEOPLE

The analysis of the reasons of the arising the panic as special type of the behaviour of the people are organized and recommendations on her prevention and cessation are given.

Key words: panic, behaviour, prevention, cessation.

Паническое поведение характерно для ситуаций, когда люди лишены помощи, поддержки, вырваны из привычного образа жизни и не знают, что делать. В этих условиях может начаться паника. Ущерб от паники часто значительно превышает ущерб от явления, её вызвавшего (стихийное бедствие, пожар, банкротство и др.). Изучение паники как особого вида поведения людей, знание методов её предотвращения и прекращения должно быть важной составной частью подготовки менеджера для любой области деятельности.

Паника представляет собой особое эмоциональное состояние, которое возникает из-за недостатка информации о каком-то непонятном и пугающем явлении, ситуации или, наоборот, из-за слишком большого её объёма. Паника проявляется в импульсивных действиях отдельных людей, групп людей или толпы. При панике людьми движет сильный безотчётный страх. Люди теряют самообладание, мечутся, не видят выхода из сложившейся ситуации, стараются спастись даже ценой гибели других.

В современном обществе паника встречается довольно часто. Например, спасающаяся толпа, возникающая при ЧС, ведёт себя именно панически; паника на бирже, банковская паника и т.п.

Встречается и панический ажиотаж, т.е. психическое возбуждение людей в процессе деятельности, направленной на снижение или избавление от какой-либо опасности. Например, после войны в нашей стране несколько раз возникал ажиотажный спрос на соль, спички, мыло. Это спрос

порождался слухами о возможных трудностях в обеспечении населения этими продуктами и опытом поколения людей, переживших войну. Это был уже случай возникновения паники среди людей, разделённых большими расстояниями и не составляющих группы с личными контактами. Побуждающим мотивом такой паники является информация, передаваемая средствами массовой информации или устно от человека к человеку (слухи).

В последние годы изучение панического поведения людей, вопросы предотвращения и прекращения паники приобретают всё большее значение. Это обусловлено ростом негативных последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, ростом числа террористических актов. Кроме того, длительные последствия панического поведения и панических настроений в обществе тоже очень велики. Они выражаются в экономической депрессии, повышении уровня смертности и снижении рождаемости.

До настоящего времени паническое поведение изучено недостаточно хорошо. Сложность изучения обусловлена тем, что исследователь, включаемый в группу людей, которые могут подвергнуться панике, испытывает такое же психическое заражение, как и наблюдаемые. Изучение воспоминаний очевидцев даёт немного достоверной информации. Как правило, эти воспоминания чрезвычайно субъективны, ограничены только пространством, в котором находился очевидец, и не могут быть основой для глубоких научных обобщений.

Причины, вызывающие панику, принято делить на три группы: физиологические, психологические и социально-психологические.

К **физиологическим** причинам можно отнести большую физическую усталость, долгую бессонницу, сильное психическое потрясение, депрессию, голод, опьянение и т.п.

Среди **психологических** причин можно назвать большую неуверенность в себе и сознание бессилия перед неотвратимой опасностью, чувство изоляции, внезапный страх и т.п.

Социально-психологические причины избыток информации, нагнетающей личностные напряжения, или дефицит информации, снимающей такие напряжения, отсутствие групповой солидарности, утрата доверия к руководству и т.п.

Перечисленные причины по отдельности или вместе создают высокое эмоциональное напряжение и лихорадочную игру воображения, кото-

рые порождают безотчётные страхи. Всё это приводит к процессам внушения, подражания, психического заражения.

В России наиболее известными по числу жертв и общественному резонансу, связанными с паникой, являются давка на Ходынском поле во время праздника по случаю коронации Николая II 18 мая 1886 года и последствия паники во время похорон И. Сталина.

В наиболее частых случаях паника развивается как следствие шокирующего стимула, который прерывает предшествовавшее поведение людей, сосредоточивает внимание на себе и порождает реакцию страха. Для того, чтобы привести к панике, стимул должен быть либо достаточно интенсивным, либо длительным, либо повторяющимся. Первая реакция на такой стимул, как правило, – это потрясение и восприятие ситуации как кризисной. Затем потрясение переходит в замешательство, которое представляет собой попытки интерпретировать событие, опираясь на свой личный опыт или путём лихорадочного припоминания аналогичных ситуаций из опыта других. Всё это требует немедленных действий, но часто мешает логическому осмыслению кризисной ситуации и вызывает страх.

Первоначальная реакция страха обычно сопровождается криком, плачем, возбужденными движениями, попытками убежать от опасности. Если на этом этапе первоначальная реакция страха не будет подавлена решительной командой, чёткими действиями, реакция будет нарастать. Далее нарастание идет по циркулярной реакции: страх одних людей отражается в сознании других, что, в свою очередь, усиливает страх первых. Усиливающийся страх создает смутное ощущение обреченности. Завершается этот процесс действиями, которые кажутся участникам панического поведения спасительными, но на самом деле представляющими большую опасность для жизни людей.

Панику обычно характеризуют как индивидуалистическое и эгоцентрическое поведение, целью которого служат такие попытки личного спасения, которые не укладываются в признанные нормы и обычаи. Однако паника – это одновременно и групповое поведение, при котором имеются характерные признаки многих видов стихийного группового поведения: механизмы циркулярной реакции, внушения и психического заражения. Паника заканчивается по мере выхода отдельных индивидов из группового бегства. Обычные следствия паники – либо усталость и оцепенение, либо состояние крайней тревожности, возбудимости и готовности к агрессивным действиям.

Исследователи паники отмечают два важных момента. Первый заключается в том, что если интенсивность первоначального стимула очень велика, то всех предыдущих этапов возникновения паники, ведущих к бегству от опасности, может не быть, бегство в этом случае может стать непосредственной индивидуальной реакцией на стимул. Второй момент сводится к тому, что словесное обозначение пугающего стимула в условиях его ожидания может вызвать реакцию страха и привести к панике еще до реального его появления. Так иногда реагировали на полях первой мировой войны солдаты на крики: "Газы!", во время второй мировой войны – "Танки!". Так реагируют зрители в театре или в спорткомплексе на крик: "Пожар!"

При анализе каждого конкретного случая панического поведения следует принимать во внимание и ряд специфических факторов: общую атмосферу, в которой происходят события (степень социальной напряженности в первую очередь), конкретную ситуацию, характер произошедшего события и степень угрозы, которую оно несёт, глубину и объективность информации об этой угрозе, общую моральную и психическую стойкость участников поведения и первое движение людей сразу же после получения информации об опасности. Очень важное значение имеет характер первого движения. Те несколько мгновений сразу же после сообщения об опасности (в театре появился дым, корабль начал тонуть, или прошел первый удар землетрясения, или упала первая бомба) составляют "психологический момент" для проявления реакций, которым будут подражать. На протяжении этих нескольких мгновений внимание всех участников сосредоточивается на вновь возникшем обстоятельстве; все готовы к действиям и выжидают какой-то момент времени дальнейшего развития событий. Именно в этот момент должно быть проявлено руководство, вносящее элемент организации и рационализма (например, властная команда "Всем стоять на месте!", "Ложись!" или "Слушай мою команду!"). Первый, кто исполнит эту команду, становится образцом для подражания.

Однажды в московском метро из-за аварии произошла задержка в движении поездов. Однако, вход в метро не был закрыт и люди заполнили всю станцию, началась давка и паника. Случайно в этой толпе оказались два молодых психолога, муж и жена. Они начали очень громко, с визгом, выяснять отношения, обвиняя друг друга в супружеской измене, призывать свидетелей зафиксировать факты оскорбления личности, факты рукоприкладства и т.п. Пассажиры сначала начали их стыдить: "Как вам не стыдно! Нашли время ...", а затем и мирить. Постепенно в это процесс вмешалось довольно много людей, они же рассказывали о конфликте дру-

гим пассажирам, которые стояли довольно далеко. Постепенно паника прекратилась, психологам осталось только извиниться за своё поведение и объяснить его причину.

Очень важным для предотвращения паники является знание работниками организаций своих функциональных обязанностей и знание обстановки, поскольку неизвестность всегда порождает неуверенность, а с ее появлением предотвращение паники становится более трудным делом.

Способом предотвращения могущей возникнуть паники является отвлечение внимания участников от возможного источника страха и, следовательно, разрядка или хотя бы снижение эмоционального напряжения.

Немецкие и венгерские учёные создали математическую модель поведения панической толпы. Одной из главных рекомендаций является рекомендация строить эвакуационные выходы таким образом, чтобы способствовать рассеиванию толпы, предотвращая давку

Приёмы прекращения паники, если она уже началась, так же многообразны, как и причины, порождающие панику.

Одним из основных методов прекращения паники считается организация эффективного руководства людьми в сочетании с созданием доверия к этому руководству. Остановить уже начавшуюся панику может лишь преднамеренное и очень интенсивное действие, которое должно, хотя бы на несколько мгновений, привлечь внимание людей, чтобы установить с ними контакт и начать руководство ими. К таким действиям можно отнести исполнение гимна или популярной мелодии, скандирование группой людей какого-нибудь слова или лозунга, а затем наступают время резкой команды, не терпящей возражений. Эти действия неоднократно и успешно применялись при театральных пожарах, при разрушении конструкций мест для зрителей на спортивных сооружениях и т.п. Такие действия прекращали распад групп людей на отдельные индивиды, давали им возможность объединиться для прекращения паники и организации спасения.

Интересным является пример применения психологических приёмов 21 августа 1991 года после поражения ГКЧП. На Лубянской площади толпа готовилась штурмовать здание КГБ. Избежать штурма удалось, переключив внимание людей на памятник Дзержинскому. При этом использовали как давнюю неприязнь к самому Дзержинскому, так и слух о том, что якобы памятник отлит по распоряжению Сталина из чистого золота. Памятник был демонтирован митингующими и толпа успокоилась.

Профессор А. Назаретян отмечал, что в 70-80-е годы прошлого столетия наши психологи в Москве обучали политиков многих стран мира

приёмам управления толпой. Однако руководителей отечественных предприятий и организаций этому почему-то не учили. Сейчас необходимо обучать руководителей и специалистов приёмам предотвращения и прекращения паники.

Руководители массовых мероприятий (спортивных, общественных, политических и других) с участием больших групп людей должны предусматривать подготовку антипаниковых специалистов, команд, а также организацию специальной системы руководства на случай возникновения паники. Такая система обычно включает размещение в толпе зрителей, болельщиков, больших групп людей специально проинструктированных работников, умеющих выполнять команды и не поддающихся панике, средств радиотехники для немедленного, в случае необходимости, восполнения дефицита нужной информации, и, если возможно, средств воспроизведения ритмичной музыки или популярной хоровой песни и т.п.

Паническое поведение не исчерпывается описанными выше формами. Его проявления многообразны, его масштабы и уровни различны. Оно может затрагивать большие контактные группы, но может распространяться и в среде людей, лишенных прямого контакта и соединенных лишь опосредованной информационной связью. Поэтому поддержание каналов официальной коммуникации, доставляющих людям достоверную информацию, служит надежной гарантией против всякой стихийности в массовом поведении.

Существует объективная трудность в изучении паники. Она заключается в том, что включенное наблюдение за паникой неизбежно оказывается искаженным, так как наблюдатель всегда подвергается воздействию со стороны наблюдаемых, а метод анализа мемуарной литературы – воспоминаний лиц, переживших или наблюдавших это явление, "это не прямой подход к изучаемому явлению и не путь его непосредственного и экспериментального изучения".

Статья поступила в редакцию Интернет-журнала 28 сентября 2009 г.