**Массовая паника: факторы и механизмы**

Назаретян А.

Паника так же стара, как история.

А. С. Прангишвили

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

Д. Ллойд-Джордж

Praemonituspraemunitus. (Предупреждённый — вооружён).

Латинская поговорка

**Индивидуальная и массовая паника**

Согласно приведенной выше классификации, паническая толпа — это подвид действующей толпы (наряду с другими подвидами: агрессивной, стяжательной и повстанческой). Из-за чрезвычайной социальной опасности и значимости массовая паника часто выделяется «в особое производство», и её изучению уделено наибольшее внимание.

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, или животные одно за другим прыгали в пропасть. А. С. Прангишвили ссылался на описание подобных явлений известным зоопсихологом Д. Брэмом: «Каждый подозрительный шорох заставляет насторожиться всё стадо. Молния, гром, ураган, плохая погода лишают его возможности нормального поведения; обезумевшее стадо разбегается по степи, овцы падают в воду, в огонь или же совершенно неподвижно застывают на одном месте. В это время их заносит снегом, заливает 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.

Позднейшее развитие техники обеспечило возможность организованного отступления, когда между отступающими подразделениями и неприятелем 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.

По свидетельству Геродота, признание Пана богом войны и придание ему, так сказать, «общенационального» статуса связаны с победой греков в Марафонской битве, когда их врагов персов охватила безумная паника. Известный гонец Фидопос, посланный в Спарту, рассказал, что по дороге ему повстречался сам Пан и поручил спросить афинян, почему они недостаточно ему (Пану) поклоняются, хотя он так милостив к ним и готов помогать в будущем. После успешного окончания войны афиняне воздвигли жертвенник Пану у подножия Акрополя и ежегодно совершали жертвоприношения, сопровождаемые факельными шествиями…

Итак, этимологически термин «паника» предполагает массовый характер явления. Однако в современных языках этот корень 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. Преобладающее настроение в обществе способно, не принимая таких экстремальных форм, обернуться резким ухудшением психического и соматического самочувствия, экономическим спадом, резким снижением средней продолжительности жизни и т.д. и как следствие — депопуляционными процессами.

Так, социолог и врач И. А. Гундаров, сопоставив разнородные статистические данные, очень убедительно показал, что соответствующие явления в России начала 90-х годов вызваны не экономическими, как принято считать, а духовными факторами. Обобщив, далее, сведения также и по другим странам, он сформулировал «закон духовной детерминации здоровья», помогающий значительно лучше понять многие однобоко трактуемые феномены социальной жизни.

Панические состояния очень часто бывают вызваны невротическими страхами, т. е. такими, которые неадекватны объективной опасности и являются, скорее, признаками внутреннего неблагополучия. Это обстоятельство настолько характерно, что некоторые авторы так и определяют панику: «ужас, вызванный кажущейся опасностью». Подобные определения, наверное, несколько преувеличены — паника может быть вызвана и вполне реальной угрозой, — но мы далее убедимся, что решающим фактором паники, действительно, почти всегда становится психическое состояние субъекта (личности, общества, группы или толпы). С одной стороны, паника может возникнуть безо всякой внешней опасности и в подавляющем большинстве случаев оказывается несоразмерна 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 её 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».

В самом общем определении паника — это состояние ужаса, сопровождающееся резким ослаблением волевого самоконтроля . Следствием оказывается либо ступор, либо то, что Э. Кречмер называл «вихрем движения», «гипобулической реакцией», т. е. дезорганизацией планомерных действий. Поведение во внутренне конфликтной ситуации становится антиволевым : эволюционно примитивные потребности, прямо или косвенно связанные с физическим самосохранением, подавляют потребности, связанные с личностной самооценкой.

Приведенное определение охватывает все формы коллективной и индивидуальной паники, и многое из сказанного далее также применимо к индивидуальным состояниям наряду с коллективными. Но предмет нашего курса — массовое поведение поэтому начну с того, что в некоторых, хотя и очень редких случаях паническая толпа складывалась из простой суммы индивидуально перепуганных людей.

Так произошло, например, 30 октября 1938 года в Калифорнии при передаче радиоспектакля по роману Г. Уэллса «Война миров», где, по сюжету, страшные марсиане-кровопийцы, прилетев на Землю, начинают истреблять человечество. Главные события, правда, были перенесены из Англии в Америку.

Передача была оформлена таким образом, что у слушателя создавалось впечатление прямого репортажа. Мастерски было спланировано и нагнетание тревоги, упоминалось о том, что панику переживает правительство США и т.д. В итоге многие приняли спектакль за чистую монету, побросали дома и имущество и выбежали на улицы, образовав многотысячную паническую толпу. Такого «успеха» авторы спектакля не ожидали…

Описанный случай произошел накануне Второй мировой войны, когда общая атмосфера ожидания трагедии распространилась даже до Америки. Это замечание вплотную подводит к следующему пункту нашего анализа.

**Факторы возникновения массовой паники**

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

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

Я не случайно обратил внимание на то, что калифорнийская паника случилась в преддверье мировой войны. Отчасти похожими событиями изобиловала в тот период и жизнь в Западной Европе. Уже после войны, в качестве довольно жестокого эксперимента, спектакль повторили в Эквадоре и в Чили. Там тоже возникли панические толпы, но гораздо меньшего масштаба. Причем в Эквадоре, когда перепугавшиеся люди узнали, что всё было «шуткой», паническая толпа превратилась в агрессивную и разгромила радиостанцию.

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

Так, типичными ошибками при организации митингов, манифестаций и массовых зрелищ становятся затягивание процесса, а также безразличное отношение организаторов к фактам продажи и употребления участниками спиртных напитков. В условиях социального напряжения, жары или холода и т.д. это повышает вероятность паники, равно как и прочих нежелательных превращений толпы.

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

В разгар партизанской войны в Никарагуа (середина 70-х годов) правительственные войска впервые начали применять трассирующие пули. Это было настолько неожиданно и необычно, что в нескольких столкновениях закалённые отряды партизан обращались в паническое бегство. Только после того, как бойцам растолковали механизм действия этого оружия, его достоинства и недостатки, первоначальный психический шок сошел на нет.

Известны случаи, когда паника среди манифестантов возникала из-за того, что многие неверно представляли себе политическую обстановку и статус мероприятия. Например, люди думали, что оно санкционировано властями, и появление полицейских с дубинками оказывалось шокирующей неожиданностью. Или, наоборот, некоторые участники не знали, что акция согласована, и неадекватно реагировали на полицейских. Были эпизоды (далее я об этом расскажу), когда непредвиденные действия малочисленной, но хорошо организованной группы политических врагов вносили смятение и панику в многотысячную демонстрацию.

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

Исследователи массовой паники единодушно подчёркивают преимущественное значение именно этого, последнего фактора по сравнению с предыдущими. Любопытной иллюстрацией к сказанному может служить лабораторный эксперимент, в котором использован модифицированный метод гомеостата, хорошо известный в социальной психологии.

В большую прозрачную бутыль были на веревках опущены одинаковые конусообразные предметы, другой конец каждой из веревок держали в руках испытуемые. По размеру каждый конус легко проходил через горлышко, но два одновременно пройти не могли. У днища бутыли находилось ещё одно отверстие, через которое поступала вода, и уровень её, естественно, повышался.

Задача испытуемых — вынуть из бутыли сухие конусы, за что они получали по 20 долларов. Но тот, чей конус намокнет, был обязан сам уплатить 10 долларов. Таким образом, «опасность» измерялась 30 долларами (получить 20 или уплатить 10). Испытуемые имели возможность заранее договориться о согласованных действиях.

Когда в лабораторию приглашалась сплочённая группа с устоявшейся структурой, взаимным доверием и эффективным руководством, все легко справлялись с задачей. В случайно же собранных группах (если не находилось умелого лидера) и во внутренне конфликтных коллективах возникали трудности.

Те, кому предстояло действовать последними, нервничали, дергались и непроизвольно мешали первым (психологи называют это идеомоторным рефлексом). Их нервозность передавалась остальным, все суетились, обвиняли друг друга и, вместе с уровнем воды в бутыли, рос страх (потерять 30 долларов!). Признаки наступающей паники фиксировались визуально — по возбужденному поведению, возгласам, выражению лиц — и по объективным показателям: у испытуемых повышалось кровяное давление, снижался кожно-гальванический рефлекс…

Этот эксперимент, авторам которого не откажешь в чувстве юмора, демонстрирует, что для возникновения панической дезорганизации в слабо интегрированной группе довольно даже смехотворной опасности. Далее мы ещё не раз убедимся, что опасность может быть и вовсе мифической или, во всяком случае, несопоставимой с той, которая создается самим паническим поведением.

Вместе с тем история войн, революций, опасных научных экспедиций и т.д. дает множество наглядных свидетельств того, как сплочённый коллектив единомышленников способен даже при смертельной опасности и крайнем истощении сил сохранять единство действий, не проявляя симптомов паники. А. С. Прангишвили приводил другой пример. «Специальными исследованиями показано, — писал он, — что среди членов пожарной, медицинской команд и других организаций, которым поручается оказание помощи пострадавшим от землетрясения, никогда не имеет место паника».

Объясняя такую стрессоустойчивость, нельзя, конечно, сбрасывать со счёта индивидуальные качества спасателей, исследователей или бойцов: тип нервной, эндокринной систем и т.д. Но из литературы, из личного опыта, из опыта моих друзей и многолетних психологических наблюдений мне известно, что люди, стойко переносящие самые жестокие опасности, в отдельности, оказавшись в другой, подчас значительно менее травматической ситуации, но без актуализованной установки на мобилизацию и практическое действие, теряют самообладание.

Мы позже вернемся к этому вопросу, но для начала приведу только один пример из далекого прошлого. Историки не раз высказывали недоумение по поводу того, что в Варфоломеевскую ночь суровые гугеноты, основа самых боеспособных частей французской армии, позволили парижским бездельникам резать себя, как баранов, не попытавшись организоваться, сопротивляться и, в большинстве случаев, — даже бежать. Психологическая атмосфера резни парализовала их волю, сформировала настроение обреченности и установку жертвы.

В такой момент даже сильный человек способен испытать психический ступор, подобно мощному бизону, настигнутому львицей. Это и имел в виду тот, упомянутый в прошлой лекции сумгаитский парень, утверждая, что резня несравненно страшнее войны…

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 насмерть, ложиться под танки и бросаться в огонь. При этом внешняя оценка их поступков в экстремальной ситуации как героических, преступных или просто глупых сильно зависит от того, насколько собственные ценности наблюдателя согласуются с ценностными координатами наблюдаемого поступка.

**Механизмы развития паники**

Наблюдения и описания многочисленных эпизодов коллективной паники позволили вычленить некий «усреднённый» сценарий.

Шокирующий стимул, очень сильный или повторяющийся, вызывает испуг сначала у одного или нескольких человек. В толпе минимальный порог возбудимости обычно имеют женщины или дети а в боевой ситуации — молодые и неопытные, не закалённые в сражениях солдаты. Их испуг проявляется криками — односложными фразами («Пожар!» «Танки!») или междометиями, — выражением лиц и суетливыми телодвижениями.

Эти люди становятся источником, от которого страх передается остальным. Происходит взаимная индукция и нагнетание эмоционального напряжения через механизм циркулярной реакции. Далее, если не приняты своевременные меры, масса окончательно деградирует, люди теряют самоконтроль, и начинается паническое бегство, которое кажется спасительным, хотя в действительности только усугубляет опасность.

Присутствие в толпе женщин и детей (о приоритетном спасении которых при массовой панике уже никто не думает) плохо ещё и потому, что звук высокой частоты — женские или детские крики — в стрессовой ситуации оказывает разрушительное влияние на психику. По той же причине, кстати, для противодействия панике, коллективной или индивидуальной, лучше служит низкий мужской голос, чем высокий женский. Напротив, провокации панического настроения среди неприятеля, вероятно, больше способствует визг атакующей калмыцкой конницы, чем мужественное «Ура!».

Приведу ещё ряд дополнительных замечаний, которые вносят коррективы в «усредненный» сценарий.

В очень редких случаях, когда шокирующий стимул необыкновенно силён, массовая паника может возникнуть сразу, без промежуточных стадий. Т. е. толпа опять-таки, подобно калифорнийскому эпизоду, как бы становится простой суммой насмерть перепуганных индивидов, но здесь уже срабатывает совсем другой механизм. В этих, повторю, редчайших случаях, вопреки определению Прангишвили, паника перестает быть «вторичным» явлением и становится непосредственной, почти механической реакцией на стимул. Судя по описаниям, именно так произошло в Хиросиме среди тех, кто находились неподалеку от места ядерного взрыва, но не были сразу накрыты его волной.

Гораздо типичнее и практически важнее обратная ситуация. Когда люди ожидают какого-то страшного события, средства избежания которого неизвестны, стимулом паники может стать словесное обозначение ожидаемого события. Или какой-либо другой знак, дорисованный воображением до ожидаемого источника страха.

В Первой мировой войне немцы начали применять на западном фронте газы — страшное оружие, против которого оказался бесполезен опыт бывалых солдат и предсмертные мучения от которого превзошли всё виденное ранее. Это вызвало чрезвычайную напряжённость в англо-французских войсках. Описан ряд фронтовых эпизодов, когда газов не применяли, но кому-то что-то казалось, и испуганный крик: «Газы!» — обращал в бегство целые батальоны.

П. Н. Симанский рассказывает о панике, возникшей из-за того, что один испуганный солдат закричал: «Обозы!». И о том, как истощенная в боях бригада турок подверглась страшной панике, приняв за греческую кавалерию лошадей собственной же артиллерии, возвращавшихся с водопоя.

Один немецкий генерал признался в своих мемуарах, что сам, вместе с войсковыми частями и населением, пережил панику, вызванную видом пленных русских солдат и распространившуюся глубоко в тыл (это произошло после ожесточенных сражений у Мюленского озера во время Первой мировой войны). А на похоронах жертв бомбёжки во французском городе Бреше сильная паника охватила участников процессии, принявших пролетавшую птицу за вражеский самолет.

В. М. Бехтерев, ссылаясь на конкретные ситуации, отмечал, что «в театрах или других многолюдных собраниях достаточно кому-нибудь произнести слово „пожар“, чтобы возникла целая эпидемия страха и паники, которая молниеносно охватит всё собрание и вызовет тяжёлые последствия».

Столь же трагическими, сколь наглядными иллюстрациями ко многим приведенным выше положениям изобилует начало Великой Отечественной войны. Лейтмотивом предвоенной пропаганды служил тезис о том, что Красная Армия будет вести войну только на чужой территории, так как капиталистические государства не посмеют на нас напасть: буржуазные правительства понимают, что их солдаты, дети рабочих и крестьян, повернут оружие против своих классовых врагов. На этом фоне мощное наступление фашистских войск в первые недели произвело настоящий шок.

Весьма эффективными были действия танковой армии немецкого генерала X. Гудериана. Тактика «гудериановского мешка» состояла в том, что траншеи противника брались в кольцо с последующим полным уничтожением живой силы, и такая перспектива психологически подавляла обороняющихся бойцов. Немцы умело пользовались этим обстоятельством. Были эпизоды, когда они, сняв с мотоциклов глушители, имитировали звук приближающихся танков, что становилось стимулом паники. Это и послужило поводом для создания на фронте так называемых заградотрядов из войск НКВД, которые стреляли с тыла по отступающим без приказа.

(Так мне рассказывали отец и его однополчане. Я умышленно не проверял, насколько их рассказ соответствует официальной историографии: то, как запомнили события их участники, само по себе важно и для психолога, и для историка… )

И последнее замечание, чрезвычайно важное в практическом плане.

Сразу после шокирующего стимула обычно наступает так называемый психологический момент . Люди оказываются как бы во взвешенном состоянии («оторопь») и готовы следовать первой реакции. Иногда она оказывается парадоксальной. Например, по фрейдовскому механизму противоположной реакции, человек может от испуга броситься навстречу опасности, и за ним следуют остальные.

Это очень ярко описано в романе А. С. Серафимовича. Казачья конница, с саблями наголо, с тыла пошла в атаку на беззащитный обоз, в котором — только женщины, дети, старики и раненые; всех их ждала неминуемая гибель. Люди застыли в оцепенении.

Вдруг «великое молчание, полное глухого топота, пронзил крик матери. Она схватила ребенка, единственное оставшееся дитя, и, зажав его у груди, кинулась навстречу нарастающей в топоте лавине.

— Сме-ерть!.. сме-ерть!.. сме-ерть идёт!

Как зараза, это полетело, охватывая десятки тысяч людей:

— Сме-ерть!.. сме-ерть!..

Все, сколько их тут ни было, схватив, что попалось под руку, — кто палку, кто охапку сена, кто дугу, кто кафтан, хворостину, раненые — свои костыли, все в исступлении ужаса, мотая этим в воздухе, бросились навстречу своей смерти».

Казаки, не ожидавшие такого, сами перепугались и повернули коней.

Такие случаи, конечно, редки и «не делают погоды» в общем массиве ситуаций коллективного страха. Тем не менее я не случайно подчёркнул особую практическую важность последнего замечания. Дело в том, что психологический момент является самым подходящим для перелома ситуации человеком или небольшой, но организованной группой лиц готовых взять на себя руководство. К этому мы далее вернемся…

**Предотвращение и ликвидация массовой паники**

Меры по предупреждению массовой паники связаны с учетом её предпосылок (факторов).

Если речь идёт о сформировавшейся группе, нацеленной на работу в стрессовых ситуациях (политической партии или боевом подразделении, научной экспедиции или отряде спасателей и т.д.), то прежде всего следует уделять внимание идейной и организационной подготовке к возможным опасностям, обеспечению эффективного руководства и воспитанию лидеров, пользующихся высоким доверием. Повторю, что при отсутствии духовно-психологических предпосылок паники коллектив способен достойно встретить самые суровые испытания.

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

Ранее указывалось на типичные ошибки, состоящие в затягивании мероприятий и безразличии к физическому состоянию участников (усталость, алкогольное опьянение и проч.). При высокой социальной напряжённости, некомфортных климатических условиях или неоднозначном прогнозе синоптиков надо подумать о динамизме митинга или демонстрации, чтобы свести к минимуму утомление людей и связанные с ним неожиданности. Службе охраны рекомендуется препятствовать проникновению в ряды демонстрантов нетрезвых людей и алкогольных напитков, предвидя возможность иррациональных реакций, особенно при вероятных провокациях.

Как отмечалось, желательно избегать совпадения по времени с другими зрелищными событиями в городе (футбольный матч, карнавал и т.д.). В противном случае возможно, с одной стороны, переключение внимания, «перетягивание» значительной части толпы и превращение её в окказиональную или экспрессивную (но не тогда, когда это запланировано организаторами). С другой стороны, вероятное столкновение толп (например, политическая демонстрация столкнется с возбужденными болельщиками, вышедшими со стадиона) чревато трудно предсказуемыми последствиями.

Чрезвычайно важен учет общепсихологического фактора паники: прежде всего, своевременное информирование людей о возможных опасностях и имеющихся способах противодействия. Последнее касается предупреждения как коллективной, так и индивидуальной паники.

О зависимости между эмоцией и информацией философами, психологами и биологами написаны целые тома, и эта проблема заслуживает особого разговора. Мы коснемся лишь отдельных её аспектов постольку, поскольку они относятся к теме лекции. Сразу подчёркну, что всё сказанное далее имеет отчетливые нейрофизиологические объяснения, но, не будучи специалистом в нейрофизиологии, я ограничусь феноменологической и психологической сторонами дела.

В трактате одного средневекового мыслителя есть такая байка. Философ подходит к группе смеющихся женщин и заявляет: «Если бы вы знали столько, сколько знаю я, ваш плач был бы громче вашего смеха». Вероятно, этот самодовольный пессимист просто не заметил, что знание всегда преломляется через призму ценностей и психологических установок. Порывшись в памяти, любой из нас обнаружит среди своих знакомых и хмурых дураков, и жизнерадостных мудрецов. Психологам и врачам особенно хорошо известно, сколь многое зависит от коммуникативной задачи и способа подачи информации.

Эмоциональное состояние и поведение человека при опасности в огромной степени определяется субъективным образом ситуации и, главное, представлением о своей роли в ней. Паника может возникнуть тогда, когда ситуация для меня необычна и неожиданна, мне неизвестны способы преодоления опасности, отсутствует план действий и я вижу себя 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 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.

Ещё в студенческие годы я познакомился с молодым латиноамериканским революционером, известным героем, перенесшим пытки в тюремных застенках и успевшим проявить у себя на родине чудеса храбрости. В Москве парень простудился, и я отвел его к врачу, а врач прописал горчичники. Узнав о назначении, этот герой-революционер покрылся испариной, весь сжался от страха и наотрез отказался от процедуры, считая её невыносимо болезненной. Реакция была просто поразительной для двадцатичетырехлетнего мужчины. «А правда, что тебе ломали кисти рук, отбили почки?», — пытались мы его урезонить. — «Да, били меня крепко». — «А как же?...». Но парень был простоватый, к рефлексии не склонный и, кажется, даже не понял причину нашего недоумения. Поставить ему горчичники медсестра так и не смогла. Позже, когда я уже профессионально занимался психологией и готовил для подпольщиков специальный учебный курс сопротивления пыткам (во избежание политических недоразумений курс был назван туманно — «Психология воли»), мне пришлось проанализировать большой массив подобных случаев. И убедиться, что моё тогдашнее изумление было только следствием неопытности.

Я стал замечать, как ветеран, имеющий боевые раны, скрывает волнение, отправляясь в зубоврачебный кабинет. Как опытные офицеры воздушно-десантных войск вдруг начинают нервничать, оказавшись на парашютной вышке в парке культуры и отдыха. Медсестры с усмешкой рассказывали мне, что всегда держат наготове пузырек с нашатырным спиртом, если предстоит взять кровь из вены у дюжего военного служаки — по их словам, такие хлопаются в обморок гораздо чаще, чем нежные дамочки. Вспомнил я и свой собственный опыт, особенно спортивный, беседовал с профессиональными спортсменами и спортивными психологами. Волнение боксёра перед выходом на ринг против сильного противника сродни волнению теннисиста в аналогичной ситуации. Тот факт, что на ринге я почти наверняка получу чувствительные удары, которые на корте не грозят, не отражается в эмоциональной палитре — внимание сосредоточено совсем на другом. А на тренировках в фехтовальном зале мы «для закалки» выходили на дорожку без кирасы или нагрудника: на голове стальная маска, на правой руке специальная перчатка до локтя, а туловище почти не защищено. Удары клинком сабли очень болезненны, на теле появлялись ушибы, кровоподтеки и долго не заживавшие красные полосы. Но я готов ручаться, что никто, взяв в руку эспадрон, не испытывал страха перед неминуемой болью — того страха, какой мы испытывали при виде бормашинки, шприца или хирургического скальпеля.

Все это примеры из одного ряда. Парашютист перед опасным прыжком, боксёр на ринге, опытный солдат в бою и даже революционер в пыточной камере — это всё субъекты деятельности , решающие предметные задачи с соответствующей направленностью внимания и эмоциональным наполнением (в крайнем случае, ненависть к палачам). Тот же парашютист на вышке (где наличие противовеса и прочих страховок дает полную гарантию физической безопасности), боксёр, солдат или революционер в ожидании неприятной медицинской процедуры могут стать совсем другими существами. Они чувствуют себя беспомощными объектами чужой деятельности , и это гнетущее ощущение бессубъектности — самодостаточная предпосылка страха и боли.

Я упомянул о боли и ещё раз подчеркну, что, вопреки расхожему предрассудку, будто физическая боль есть «чистая» физиология, в действительности это всё тот же субъективный образ. Он является элементом совокупного образа мира, и потому болевые ощущения очень существенно зависят от актуализованной картины ситуации.

Во время Второй мировой войны американские врачи заметили, что двое из трёх солдат и офицеров, получивших тяжелые телесные ранения и находящихся в полном сознании в госпитале, не жалуются на сильную боль и отказываются от обезболивающих лекарств, избегая привыкания. Гражданские лица с похожими повреждениями вследствие аварии или хирургического вмешательства испытывают гораздо более сильные мучения. Представитель так называемой психосоматической медицины Д. Бэйкал (D. Bykal), в книге которого подробно изложены эти факты, заключил их довольно парадоксальным, на первый взгляд, комментарием: военнослужащие «не интерпретируют» ощущения, испытываемые от боевой раны, как болевые.

А старый советский солдат рассказал мне, как после очередного боя с удивлением заметил, что порванный сапог весь мокрый, хотя никаких луж вокруг не было. Сняв сапог, он обнаружил, что нога вся в крови. Оказывается, в пылу сражения человек не заметил (!), что его икроножная мышца навылет пробита осколком.

И последний пример, из довольно неожиданной области, иллюстрирующий зависимость между болью, страхом и информационным образом.

Среди моих слушателей в Институте общественных наук преобладали мужчины, но изредка встречались и женщины. Обсуждая вместе со всеми приёмы сопротивления пыткам, они обратили моё внимание на такой факт. К концу 70-х годов в Европе и в Америке стала входить в моду «естественность», и среди интеллигентных дам сделалось хорошим тоном отказываться от обезболивающих препаратов при родах: настоящая женщина должна рожать «сама». Широко распространились предродовые психологические консультации, тренинга и пособия для рожениц.

Из пособий я с удивлением узнал, что страшные родовые боли — это особенность женщин, принадлежащих к западной культуре, в которой роды традиционно принято считать мучительным процессом. Женщины других культур (например, китаянки), якобы, испытывают не боль, а лишь что-то вроде «тягучего ощущения». Европейские же дамы настолько зациклены на страхе перед неминуемой болью, что только так «интерпретируют» (опять это странное слово!) любое физическое ощущение.

Человеку, который «никогда не рожал», неловко об этом судить, и я надеюсь на снисходительность читательниц, ибо, как говорится, за что купил, за то и продаю. Но главное здесь — не культурологические экскурсы, а суть тренинговых процедур. Состоит же она в том, чтобы превратить роды в действие , когда роженица начинает чувствовать себя не пассивным физиологическим телом, а субъектом деятельности. К ситуации должен быть применим вопрос: «Что делаешь?» — и ответ: «Рожаю!». Когда удается сменить психологическую установку, с ней изменяются все ощущения и их эмоциональная валентность. И роды превращаются из драматической неизбежности в трудный, но радостный процесс…

Конечно, всё сказанное относится и к массовым страхам, и, в частности, к предотвращению массовой паники. Часто организаторы избегают предупреждать о возможных опасностях, ссылаясь на то, что часть участников демонстрации (митинга и т.д.) покинет её ряды. Но, во-первых, здесь многое зависит от формы подачи информации — с акцентом на угрозах или на способах противодействия. Во-вторых, вопрос в том, стоит ли в погоне за массовостью повышать вероятность последующей паники, подвергая риску психическое состояние, здоровье, а иногда и жизни людей.

Как правило, реальная опасность обратно пропорциональна осведомленности, а точнее, оперативной готовности к ней. Мне на всю жизнь запомнился такой факт.

В 1970 году, когда в Чили проходила очень острая и драматичная избирательная кампания, правые боевики придумали эффективный способ разгрома левых демонстраций. Представьте, многотысячная колонна сторонников С. Альенде шествует во главе с популярными политическими лидерами. Когда голова колонны минует очередной перекресток, из-за угла выскакивает группа парней, вооруженных дубинками и кастетами, численностью около сорока человек. Они отсекают руководителей («голову») от остальной массы и энергично врезаются в толпу, нанося удары. Охрана демонстрации не успевает сориентироваться и своевременно вступить в бой, задние ряды не видят и не понимают, что произошло, но им передается испуг первых рядов — и через пять минут тысячи людей, опрокидывая друг друга, бегут врассыпную. (Обходится без жертв благодаря тому, что, слава богу, улица широка и из неё много выходов).

Но не век коту масленица. После двух или трёх провалов левые нашли контригру, и она оказалась на удивление простой. С приближением колонны к каждому перекрестку по бокам выстраивались, сцепившись локтями, ребята из охраны. Или параллельно демонстрантам, рядом с передними рядами, двигались два длинных грузовика. Можно было придумать и другие приёмы, главное обстоятельство состояло в том, что демонстранты были теперь вооружены знанием о возможной опасности и психологически готовы ей противостоять.

Только что упомянутая сцепка локтями — одна из хорошо известных мер противодействия паническим настроениям. С одной стороны, ощущение физической близости товарищей повышает психологическую устойчивость. С другой стороны, такая позиция мешает противнику (провокаторам или полиции) расчленить ряды, после чего растерянность, ощущение беспомощности и паника станут почти неизбежными.

Ещё один многократно апробированный приём — коллективное пение хорошо всем известной ритмической песни. В прошлой лекции говорилось о том, что действующая толпа аритмична и поэтому ритмический звук стимулирует превращение её в экспрессивную или, в данном случае, препятствует превращению экспрессивной толпы в действующую (паническую). Но если для блокирования массовой агрессии применяются быстрые ритмы, то фактором противодействия панике служит более медленный размеренный ритм марша или гимна.

Такой ритм может сыграть позитивную роль и после того, как паника уже началась. Во всех случаях, конечно, желательно наличие соответствующей музыки и динамиков, но и при отсутствии таковых не следует терять голову.

Вот хрестоматийный случай из предвоенной жизни Европы. В 1938 году на трибунах парижского национального велодрома по окончании соревнования возник небольшой пожар. Сотрудникам удалось быстро локализовать огонь, но уже десять тысяч зрителей с чрезмерной энергичностью двинулись к единственному выходу. Ситуация грозила стать смертельно опасной. По счастливой случайности в толпе оказались двое психологов, которые смогли вовремя сориентироваться и принялись громко скандировать: «Ne-pousse-pas!» (Не-пус-па — Не-тол-кай). Ритм подхватили окружающие, он волной прошел по толпе. Через несколько минут тысячи людей дружно скандировали эту фразу; толпа превратилась в экспрессивную, страх и суета сменились общим задором и все благополучно покинули трибуны…

В преддверье и на ранней стадии развития паники может быть очень продуктивно использован юмор. Мне известны яркие случаи в разных странах, когда своевременная шутка снимала паническое напряжение, а выступление популярного юмориста решающим образом изменяло настрой массы. Часто это бывает связано с игрой слов и прочими языковыми двусмысленностями, которые трудно пересказывать на другом языке. Поэтому приведу только один пример из недавней российской истории.

20 августа 1991 года, в самый напряжённый момент у Белого Дома, когда ожидали штурма чуть ли не с участием танков, перед собравшимися «живьём» предстал популярнейший сатирик Геннадий Хазанов. Имитируя голос М. С. Горбачёва, ещё находившегося в Форосе, он медленно произнес: «Политику нельзя делать грязными трясущимися руками…». Это был парафраз известного мотива, который часто звучал в выступлениях Президента СССР (про грязные руки в политике) — он был дополнен упоминанием о трясущихся руках самозванного председателя ГКЧП, показанного по телевидению днём ранее. Речь Хазанова — «Горбачёва» была встречена общим смехом облегчения и бурными аплодисментами. Многие из участников события считают тот момент психологически переломным в эпопее неудавшегося переворота…

Обсуждая способы ликвидации возникшей паники, полезно вспомнить о том, что ранее говорилось про психологический момент . Известны приёмы возвращения этого момента, который, повторю, является наиболее подходящим для начала эффективного руководства.

Например, используется привычное стимулирование. Люди привыкли неподвижно застывать при исполнении национального гимна, и этот условный рефлекс может актуализоваться при громком включении первых же актов.

Другой приём — применение более сильного шокового воздействия. Например, выстрел в закрытом помещении способен произвести новую «оторопь», люди на секунду застывают — и становятся доступны для организующего воздействия.

Во время боя, в шуме канонады, выстрел едва ли произведет желаемый эффект. Его могла бы заменить внезапная стрельба в упор по своим убегающим солдатам, но я даже не хочу комментировать такую рекомендацию. Из литературы, правда, известны удивительные случаи прекращения паники на поле боя неожиданным приказом.

Командир дивизии увидел, что один из его полков в ужасе побежал от несуществующего противника. Встав на пути убегающих, он громко крикнул: «Стойте! Снимайте сапоги!». Окрик и вправду возымел действие. Солдаты принялись снимать сапоги, их внимание было переключено с мифической опасности на конкретное действие, после чего удалось привести полк в боеспособное состояние.

Если эта история достоверна (а по-моему, она из числа тех, которые, как говорится, нарочно не придумаешь), то, вероятно, роль шокирующего стимула в нем сыграла смысловая неожиданность действий комдива.

Ещё более остроумное решение принял наполеоновский маршал М. Ней. Когда его войска в панике побежали с поля боя, он послал адъютантов передать приказ, что солдаты должны пробежать без остановки ровно 10 километров . По получении такого приказа войска пробежали ещё примерно 3 километра , затем остановились, пришли в себя и восстановили состояние боеспособности.

Последний случай чрезвычайно поучителен, психологически интересен и заслуживает специального анализа. Здесь ограничимся коротким комментарием. Антиволевым действиям солдат было умело возвращено субъективное качество произвольной планомерности, и это оказалось фактором отрезвления. Такой приём хорошо применим и во «внештатных» ситуациях мирной жизни.

Разумеется, все эти приёмы предполагают наличие людей, не поддавшихся общему состоянию и готовых взять руководство на себя, а если таковых нет, то не о чём и говорить. Поэтому при правильной организации массовых мероприятий, кроме службы охраны, работает специально подготовленная команда (по-русски, кажется, даже нет специального термина, в Латинской Америке же её называют el equipo antipanico — «противопаниковая команда»). Она находится поодаль от массы, не принимая участия в общих действиях, чтобы избежать эмоционального кружения, и вооружена не дубинками, кастетами и прочими орудиями уличного боя, а музыкальными записями, динамиками и мегафонами. И, главное, — знаниями, опытом и интуицией, которая есть дочь информации…

\* \* \*

… Отставной офицер одной из латиноамериканских спецслужб (а в последующем член революционной партии) изложил мне три полушутливых правила индивидуальной безопасности в толпе, которым его самого обучали инструкторы. Хотя правила предназначены для профессионалов, знакомство с ними может быть полезно всем.

Первое. Не лезь в толпу бесплатно (т. е. когда не находишься на работе и не выполняешь задание; в общем случае: не лезь зря, держись от толпы подальше).

Второе. Проникая в толпу, думай, как будешь из неё выбираться (т. е., не зная броду, не лезь в воду. Ещё я вспоминаю анекдот из той поры, когда в автобусах писали: «Не высовываться», — а в Одессе водитель обращался к нарушителям: «Высовывай, высовывай, посмотрим, что назад всунешь»…).

Третье. Оказавшись в толпе случайно, представь, что находишься на работе (т. е. сосредоточься, не теряй голову, не поддавайся эмоциональному кружению и вспомни о том, чему обучен).

И ещё одно, заключительное замечание. В народе говорят: против лома нет приема. На самом деле приёмы, конечно, есть и против лома, только не всем они доступны. Коллектив бойцов способен героически выстоять при смертельной опасности, но порог сопротивляемости уличной массы невысок. Все ранее сказанное рассчитано на то, чтобы оптимизировать управляемость ситуации и минимизировать риски. Но далее вопросы технологии уступают место вопросам политического разума и морали: следует ли взывать к помощи массы, если опасность очень велика.

Для таких случаев разработаны приёмы «летучей демонстрации». Это уже не масса и тем более не толпа, а организованная и сравнительно немногочисленная (несравнимая с массовой манифестацией) группа единомышленников с четкой ролевой структурой. Она движется по определенному маршруту и в точках особой опасности, по заранее условленному сигналу, рассеивается, чтобы вновь сойтись в следующей точке сбора. Такие действия могут быть достаточно эффективны, но они, конечно, не принадлежат сфере стихийного поведения…