

Ю. С. Шойгу, И. Н. Елисеева

К ВОПРОСУ ОБ ИСТОРИИ РАЗВИТИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ

Экстремальная психология, являясь достаточно молодой отраслью прикладной психологии, занимает в ней не отдельное обособленное место, а интенсивно вбирает опыт, накопленный в других отраслях этой области научных знаний, поэтому закономерно существование нескольких ее определений, объекта, предмета и задач, а также появление новых отраслей прикладной психологии со схожими объектом и предметом.

Значительное повышение общественной значимости проблемы современного человека и экстремальных, «внеположенных» ему, условий жизни и деятельности в последние десятилетия вызвало резкое увеличение количества публикаций на эту тему не только в области психологии, но и в рамках других наук. Еще в конце 1990-х годов ощущался дефицит публикаций, посвященных этой проблеме. Заметим, что это не всегда было связано с отсутствием исследований, что касалось в первую очередь экстремальных условий профессиональной деятельности, а объяснялось невозможностью публиковать материалы в открытой печати. В последнее десятилетие наблюдается резкое возрастание количества публикаций, посвященных этой актуальной теме, тем более что трагические события этого времени вынуждали специалистов анализировать полученный опыт, искать пути решения поставленных временем задач, активно искать формы передачи профессионального опыта и обмена им. Таким образом, сложилась ситуация, когда в публикациях последнего времени можно найти такие определения, как «психология катастроф», «экстремальная психология», «психология экстремальных ситуаций», «психология чрезвычайных ситуаций», однако, как правило, остаются неясными границы этих отраслей психологии.

В. И. Лебедев дал следующее определение экстремальной психологии: это «отрасль психологической науки, изучающая общие психологические закономерности жизни и деятельности человека в измененных (непривычных) условиях существования» [11].

Психология катастроф определяется как отрасль прикладной психологии, представляющая собой систему научных знаний и сферу практической деятельности, направленную на изучение закономерностей проявления психики и сохранение психического здоровья человека, вовлеченного в экстремальную ситуацию [16].

Психология экстремальных ситуаций определяется как одно из направлений прикладной психологии, исследующее проблемы, связанные с оценкой, прогнозом и оптимизацией психических состояний и поведения человека в экстремальных ситуациях [15].

Ключевыми для формирования границ отраслей являются определения понятий «катастрофа», «чрезвычайная ситуация», «экстремальная ситуация», «специалист экстремального профиля».

В «Толковом словаре русского языка» Д. Н. Ушакова значение слова «катастрофа» объясняется как «неожиданное или крупное потрясение трагического характера, определяющее резкое изменение личной или общественной жизни» [17]. Необходимо под-

черкнуть, что в рамках приведенного определения масштаб катастрофы не ограничивается, она может быть как сугубо индивидуальной, так и массовой.

С развитием человеческого общества, технологий и с возникновением вследствие этого новых угроз, расширялось и понятие «катастрофа». Постепенно к катастрофам стали относить не только стихийные бедствия, эпидемии, войны, но и экологические, техногенные и социальные явления, влекущие за собой значительные изменения в жизни людей, человеческие жертвы и/или угрожающие физическому здоровью. Систематизация знаний о событиях, отнесенных к катастрофическим, нашла отражение в определении и классификациях чрезвычайных ситуаций, имеющих сугубо практический характер и служащих целям прогнозирования, предупреждения и минимизации последствий чрезвычайных ситуаций.

Согласно Федеральному закону «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», чрезвычайная ситуация (ЧС) — это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которое может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей [18]. Классификации ЧС по различным основаниям охватывают практически все известные в истории человечества события, которые могут иметь последствия, отнесенные к последствиям катастроф.

Экстремальные события, экстремальные условия деятельности, экстремальные психофизиологические состояния до недавнего времени не выделялись в качестве отдельного объекта исследования и даже не обозначались таким термином. Понятие «экстремальность» активно используется лишь последние 40–50 лет. Пристальное внимание к этому понятию является свидетельством значительных изменений в европейской культуре. В этот период «экстремальные условия, экстремальные ситуации» были окончательно выведены за пределы нормального жизненного опыта и противопоставлены ему в самом названии. «Экстремальность» упоминается в связи с такими явлениями, как катастрофы, войны, бедствия, насилие. Считается, что экстремальный опыт более не является необходимой составляющей человеческого развития, и люди, испытавшие воздействие экстремальных факторов, рассматриваются как пострадавшие, в ряде случаев — как нуждающиеся в медицинской и психологической помощи. Парадоксальный на первый взгляд вывод можно сделать, обращаясь к историческому анализу: активная преобразующая мир деятельность человечества позволила снизить опасность многих природных катаклизмов и жизнеопасных воздействий, однако наряду с этим увеличивается значение психогенных факторов. По словам Ю. А. Александровского, «психогении как бы заменяют физиогении в происхождении болезненных расстройств вообще и состояний психической дезадаптации в экстремальных условиях в частности» [1].

Создание сложных автоматизированных систем управления, появление флота, позволяющего обеспечить многомесечные автономные походы, распространение авиации, освоение человеком территорий с экстремальными климатическими условиями, освоение космического пространства качественно изменили требования к функциям, выполняемым человеком, резко увеличили цену возможной ошибки и обусловили выделение из психологии труда инженерной психологии, а затем авиационной, полярной, морской и космической. Субъектом перечисленных отраслей психологии является специалист, осуществляющий профессиональную деятельность в особых условиях. На определенных этапах развития вышеупомянутых отраслей психологии были разработаны программы представителей экстремальных профессий, рассматривались вопросы психоло-

гического и психофизиологического профессионального отбора, прогноза надежности профессиональной деятельности, психологической и психофизиологической подготовки, психологической совместимости в условиях замкнутых групп и т. д. В рамках каждой из отраслей разрабатывались системы психологического и психофизиологического обеспечения деятельности специалистов, позволяющие построить работу психологов в виде целостного комплекса мероприятий, направленных на повышение надежности профессиональной деятельности специалистов и учитывающих ее специфику.

Традиционно к экстремальным относят условия, характеризующиеся измененной афферентацией, измененной информационной структурой, социально-психологическими ограничениями и наличием фактора риска. Выделяются семь основных психогенных факторов: монотония, измененные пространственная и временная структуры, ограничения личностно-значимой информации, одиночество, групповая изоляция (информационная истощаемость партнеров по общению, постоянная публичность и др.) и угроза для жизни [5]. Однако отсутствует единство мнений среди авторов, большинство из которых указывает на воздействие различных экстремальных факторов, связанных с угрозой для жизни и здоровья, опасностью, новизной обстановки, трудностью, ответственностью, невыполнимостью работы, дефицитом информации, времени для принятия решений [2]. Важно отметить, что, с нашей точки зрения, ключевым моментом для понимания «экстремальности» является соотношенность степени выраженности экстремального фактора в профессии с популяционной нормой, что в определенной степени определяет и значимость субъективного переживания особенностей экстремальных условий.

Поскольку экстремальная психология возникла в конце XX в., синтезировав конкретные исследования в области авиационной, космической, морской и полярной психологии, возник вопрос о критериях отнесения тех или иных профессий к разряду экстремальных. Однако до сих пор не вполне ясны критерии включения той или иной профессии в перечень экстремальных. С одной стороны, не представляется целесообразным относить к экстремальным профессиям те, которые связаны с высоким уровнем профессионального стресса вообще (например, профессию педагога), с другой — появляются профессии и специальности, не существовавшие ранее и связанные с экстремальными условиями (например, психолог, оказывающий экстренную психологическую помощь в зоне чрезвычайной ситуации).

Для становления экстремальной психологии исключительно важным направлением, также обусловленным развитием современной цивилизации, является поиск решения проблемы надежности профессиональной деятельности. Технический прогресс с начала XX в. поставил перед человеком ряд новых задач, привел к появлению принципиально новых воздействий, прежде всего связанных с ускорением темпа жизни, увеличением количества изменений в единицу времени, частым возникновением ситуаций, для разрешения которых необходимо применение подходов, не укладывающихся в рамки привычных стереотипов. Развитие проблемы надежности профессиональной деятельности тесно связано и с военной психологией, так как вопросы отбора и подготовки военных специалистов весьма значимы для сохранения или повышения боеспособности армии.

Многолетние наблюдения участников боевых действий, людей, пострадавших в стихийных бедствиях и катастрофах, специалистов, работающих в условиях повышенной опасности, позволили сделать вывод о сходной природе и механизмах психогенных последствий экстремальных условий у профессионалов и населения и выделить отдельное направление психологической работы — коррекцию негативных психогенных последствий чрезвычайных ситуаций для населения.

Начало наблюдений психогенных последствий экстремальных событий некоторыми авторами прослеживается с периода античности, к которому относятся первые упоминания о влиянии войн на состояние и поведение людей, выделенных в особую профессиональную группу [4]. История травматического невроза восходит к рассказу Геродота (V в. до н.э.) об афинском воине, «ослепшем» на всю жизнь в Марафонском сражении, испугавшись вида противника исполинского роста, которого он принял за призрак. Лукреций в I в. до н.э. указывал на реминисценции как на основной элемент травматического невроза у воинов. В дошедших до нас источниках, созданных в различные эпохи, начиная с античного периода, встречаются описания симптомов вторжения и повышенной возбудимости. Со второй половины XIX столетия на фоне происходящих в мире бурных технологических перемен и участвовавших масштабных войн с качественно изменившимися поражающими факторами возникла необходимость анализа, системного описания и коррекции специфических состояний солдат и офицеров, возникающих, как правило, во время и после тяжелых сражений. Первое описание, сделанное в 1871 г., принадлежит психиатру Я. Да Коста. Он ввел термин «солдатское сердце» для обозначения специфического состояния солдат с жалобами на отдышку, сердцебиения, жгучие боли в груди [19]. С конца XIX в. по настоящее время работы выдающихся психологов и психиатров, написание которых обусловлено, как правило, трагическими событиями, представляют многогранное рассмотрение проблем психогенных в экстремальных условиях.

Таким образом, сформировались современные представления об общих закономерностях, механизмах, систематике психогенных реакций и расстройств, возможности их прогнозирования, профилактики и коррекции, что создало предпосылки для возникновения самостоятельной области психологической практики — экстренной психологической помощи, в центре которой — человек во внешнеположенных ему экстремальных ситуациях. В этом контексте экстремальная ситуация понимается как внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию. В настоящее время нет общепринятого определения экстремальных ситуаций. Однако к основным особенностям экстремальных ситуаций можно отнести следующее:

- обычный уклад жизни человека разрушается;
- жизнь делится на «жизнь до события» и «жизнь после события»;
- большинство реакций, возникающих у человека, можно охарактеризовать как нормальные реакции на ненормальную ситуацию;
- человек может нуждаться в психологической поддержке и помощи.

Эмпирические данные, полученные при оказании экстренной психологической помощи, способствовали выявлению внутренних механизмов, лежащих в основе переживаний людьми экстремальных ситуаций. Понимание этих механизмов существенно для развития экстремальной психологии, которая традиционно позиционируется как отрасль психологической науки, изучающая особенности психических процессов у людей, занимающихся экстремальными видами профессиональной деятельности.

Таким образом, можно сформулировать основные направления развития экстремальной психологии на современном этапе:

- развитие и совершенствование методологических основ экстремальной психологии;
- развитие и совершенствование методических основ психологического сопровождения профессиональной деятельности специалистов (психологической и психофизиологической диагностики, подготовки специалистов и коррекции состояний, в том числе

с использованием современных информационных технологий; организации и управления профессиональными коллективами);

- развитие и совершенствование методических основ работы с населением в части прогнозирования социально-психологических последствий чрезвычайных ситуаций, профилактики негативных психогенных последствий (в том числе включение современных технологий просветительской деятельности среди населения) и методологических основ оказания экстренной психологической помощи.

Выделившись в отдельную отрасль, экстремальная психология вобрала, впитала те научные достижения и практический опыт, которые были накоплены в психологии труда, военной, авиационной и космической, клинической, социальной и педагогической психологии. Вклад выдающихся советских ученых, сделанный в развитие отраслей психологии, связанных с экстремальными условиями, трудно переоценить. Эмпирические данные, накопленные в настоящее время, в том числе в части оказания экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, свидетельствуют о необходимости более четкого определения объекта и предмета экстремальной психологии и перспективы ее развития, что особенно важно в свете открытия соответствующих специализаций в ведущих высших учебных заведениях страны, а также в связи с обучением будущих специалистов, которые через 20–30 лет будут определять развитие этой области.

Литература

1. *Александровский Ю. А.* Пограничные психические расстройства. М., 2000. 301 с.
2. *Вавилов М. В.* Оперативный психологический контроль и прогнозирование надежности деятельности специалистов экстремального профиля: Дис. ... канд. психол. наук, СПб., 2003. 163 с.
3. *Гуляев В. А.* и др. Особенности организации психиатрической и медико-психологической помощи в период ликвидации последствий аварии на АПЛ «Курск» // Морской медицинский журнал. 2001. № 2. С. 5–9.
4. *Краснянский А. Н.* Посттравматические стрессовые расстройства у участников военных конфликтов // Синапс. 1993. № 3. С. 14–35.
5. *Лебедев В. И.* Личность в экстремальных ситуациях. М., 1989. 304 с.
6. *Нечипоренко В. В., Литвинцев С. В., Шамрей В. К., Снедков Е. В.* Особенности организации психиатрической помощи в современных локальных войнах и вооруженных конфликтах // Воен.-мед. журнал. 1995. № 6. С. 18–23.
7. *Никифоров А. М., Рыбников В. Ю., Вавилов М. В.* Теория и практика оперативного психологического контроля специалистов экстремального профиля: Учеб.-метод. пособие. СПб., 2002. 53 с.
8. *Козловский И. И., Никонов В. П., Славнов С. В.* Особенности психической адаптации сотрудников МВД России, несущих службу в районах вооруженных конфликтов (Северокавказский регион) // Русский медицинский журнал. 1996. Т. 4, № 11. С. 704–710.
9. Психиатрия чрезвычайных ситуаций: Руководство / Под ред. Т. Б. Дмитриевой: В 2 т. М., 2004.
10. *Александровский Ю. А., Лобастов О. С., Спивак Л. И., Щужин Б. П.* Психогении в экстремальных условиях. М.: Медицина, 1991. 96 с.
11. Психология: Словарь / Под ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. 2-е изд., испр. и доп. М., 1990. 494 с.
12. Психология экстремальных ситуаций / Под общей ред. Ю. С. Шойгу. М., 2007. 320 с.
13. *Решетников М. М., Баранов Ю. А., Мухин А. П., Чермянин С. В.* Психофизиологические аспекты состояния, поведения и деятельности людей в очагах стихийных бедствий и катастроф // Военно-медицинский журнал. 1991. № 9. С. 11–16.

14. Решетников М. М., Баранов Ю. А., Мухин А. П., Чермянин С. В. Уфимская катастрофа: особенности состояния, поведения и деятельности людей // Психологический журнал. 1990. № 1. С. 95–101.
15. Сельченко К. В. Психология экстремальных ситуаций. М., 2000. 480 с.
16. Сидоров П. И., Мосягин П. И., Маруняк С. В. Психология катастроф: Учеб. пособие для студентов вузов / Под ред. П. И. Сидорова. М., 2008. 416 с.
17. Толковый словарь русского языка / Под ред. Д. Н. Ушакова: В 4 т. М., 2000.
18. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68 «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» // Российская газета. 1994, 24 декабря. № 250.

Статья поступила в редакцию 17 сентября 2009 г.