

DOI: 10.12731/2218-7405-2014-12-22

УДК 37.014

ДВА АСПЕКТА ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ

Приходько И.П.

В статье предлагается анализ двух аспектов экстремальной ситуации – негативного, имеющего форму расстройства, страдания и позитивного аспекта как преодоление экстремальной жизненной ситуации на основе работы личности и трансформации внутреннего мира человека. Формулируются методологические положения и научная логика концептуализации двух планов экстремальной ситуации. Экстремальная ситуация конкретизируется в следующих понятиях: опыт бытия и небытия, работа личности, смысловая и поведенческая работа личности, позитивная и негативная экстремальность, смысл жизни и смысл смерти, конструирование характера психических последствий травмы, трансформация личности.

Ключевые слова: экстремальность; экстремальная ситуация; работа личности; предельный феномен; мотивационно-смысловые структуры; психологическая помощь.

TWO ASPECTS OF EXTREME SITUATION

Prihodko I.P.

The article presents an analysis of the two aspects of an extreme situation – negative having the form of disorders, pain and a positive aspect as overcoming extreme situations based on the personality work of the individual and the transformation of one's inner world. methodological principles and scientific logic conceptualization of two planes of extreme situation are stated. Extreme situation is specified in the following terms: the experience of being and non-being, work personality, semantic and behavioral work personality, positive and negative extreme, the meaning of life and the meaning of death, the nature of the construction of mental effects of trauma, the transformation of the individual.

Keywords: extremality; extreme situation; the personality work; the marginal phenomenon; motivational and meaning structure; psychological help.

Современный мир характеризуется все большим ростом тенденции к экстремальности во всех областях человеческой жизни. Экстремальные ситуации возникают повсеместно на фоне прогрессирующего роста кризисов в политике, экономике, на производстве и в быту. Стихийные бедствия и техногенные катастрофы, военные конфликты и терроризм, социальные революции и национальные столкновения, семейные драмы и личностные кризисы рассматриваются как источники экстремальности и приводят к появлению большого числа пострадавших, нуждающихся в эффективной психологической помощи. Массовые психогенные расстройства полученные в результате участия в экстремальной ситуации стали объектом многочисленных исследований со стороны работников здравоохранения, психологов, психотерапевтов, психиатров.

Понятие экстремальности было заимствовано психологами из медицинских исследований поведенческих и физиологических реакций человека на чрезвычайные ситуации. Так еще в первой половине прошлого века выдающийся физиолог Ганс Селье сформулировал концепцию стресса, при этом он рассматривал физиологический стресс как общий адаптационный синдром в ответ на любые предъявленные организму требования в том числе и экстремальные – технические, экологические, катастрофические. Подобное понимание не доходит до онтологии личности, а продолжает оставаться в кругу физиологических реакций, эмоциональных процессов, когнитивных и поведенческих нарушений.

В исследованиях, посвященных экстремальной ситуации предлагается использовать очень разнородный набор терминов например: стрессор (Selye, 1956, 1974, 1976), факторы, предъявляющие индивиду требования, превышающие личностные ресурсы (Lazarus, Folkman, 1984), экстремальный стресс (Baider, Sarell, 1984), массивный стресс (Schmolling, 1984), бедствие (McCaughey, 1985), травматическое событие (Krystal, 1968), травматический стресс (Figley, 1986; Wilson, Krauss, 1985). Помимо этого экстремальные ситуации называют травматическими (Тарабрина, 2001; Figley, 1986), критическими (Василюк, 1984), катастрофическими (Figley, 1986), трудными жизненными (Анцыферова, 1994), жизненными событиями (Дикая, Махнач, 1996), жизненными ситуациями Бурлачук, Коржова, 1998), необычными условиями (Лебедев, 1989), экстремальными условиями или факторами (Александровский и др., 1991), «чрезвычайная ситуация» (Кекелидзе, 2004).

При описании экстремальной ситуации большинство исследователей определяют ее как понятие, посредством которого дается интегративная характеристика радикально или внезапно изменившейся обстановки, связанных с этим особо неблагоприятных или угрожающих факторов для жизнедеятельности человека, а также высокой проблемностью, напряженностью и риском в реализации целесообразной деятельности в данных условиях.

Экстремальность, указывает на предельные состояния в существовании вещей. Экстремумы образуют, по сути, границы меры существования вещей, с превышением которых вещи перестают быть самими собой и обретают иное существование. В теоретическом выражении принципы экстремальности утверждают, что та или иная величина, характеризующая состояние, процесс или структуру, принимает крайнее (условно – минимальное или максимальное) значение. Экстремальность проявляет себя как «наискорейшее движение, проходящее по наикратчайшей линии». Диалектика этого процесса «в доведенных до крайностей состояниях» насыщена бурным взаимным проникновением и превращением противоположностей друг в друга, закономерно влекущим «катастрофические или разрушительные изменения». Таким образом, под экстремальностью ситуации чаще всего понимается резкое, чрезвычайное, катастрофичное, кризисное, выходящее за пределы повседневного опыта изменение окружающей обстановки, сталкиваясь с которой человек испытывает запредельные, экстремальные психофизиологические реакции и шоковые состояния, попадающие под определение «экстремальный стресс». Последствия травматического опыта переживания кризисной ситуации могут еще долго продолжать свое действие и выражаться в расстройствах поведения человека получившего название как посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).

Основной задачей исследователей в изучении особенностей экстремальной ситуации, и ее последствий для человека являлось понимание сущности процессов происходящих на разных уровнях внутреннего мира человека и прогнозирование алгоритмов его поведения в экстремальных условиях. Без этого невозможно быстро и эффективно помочь пострадавшим людям, а также разработать методы профилактики по минимизации и предотвращению разрушительных последствий для людей, попавших в кризисную ситуацию.

Трудности в понимании и прогнозировании поведения человека в экстремальной ситуации, которые испытывают как зарубежные, так и отечественные специалисты обусловлены на наш взгляд методологическими ограничениями свойственным для стимульно-реактивного подхода в понимании феноменов возникающих в кризисной ситуации.

Так, например, в качестве неблагоприятных факторов воздействия в экстремальной ситуации в период от начала события и до прибытия спасателей выделяются следующие:

- внезапно возникшая угроза собственной жизни;
- физические травмы самого пострадавшего;
- физические травмы или гибель близких родственников;
- сильное повреждение или гибель имущества и иных материальных ценностей.

При этом тщательно описываются реакции человека на эти события в тот же период:

- непатологическая невротическая реакция, в основе которой лежит страх, психическая напряженность, чувство тревоги; при этом может сохраняться адекватное поведение;
- острые реактивные психозы в форме аффективно-шоковых состояний с двигательным возбуждением или заторможенностью; потеря контроля над своими поступками;
- состояние паники, сопровождаемое бесцельными движениями, бегством, криками;
- состояние ступора, заторможенности реакций.

Имплицитно подразумевается, что одно предопределяет и детерминирует появление другого. Отсюда делается вывод – если мы тщательно опишем все воздействующие на человека факторы в экстремальной ситуации, а также обнаружим все возможные реакции человека в этих ситуациях, то мы сможем легко прогнозировать поведение человека в любых случаях, а значит управлять ими и предотвращать их. Таким образом, подавляющее большинство исследователей выделяют с «научной» точностью бесконечные переписи всевозможных типов и видов воздействия на человека с одной стороны, и многочисленные описания его «типичных» реакции на них. Такой же подход лежит в основании всей практики оказания помощи пострадавшим в экстремальной ситуации, где основной целью является снятие симптомов, в рамках медицинской парадигмы понимания здоровья как отсутствие симптомов болезни. Так например в поисках эффективной терапии ПТСР Советом директоров Международного общества по исследованию травматического стресса (International Society for Traumatic Stress Studies, ISTSS), была организована специальная комиссия из ведущих специалистов в этой области из разных стран. В течение многих лет было проведено огромное количество клинических исследований эффективности различных техник и методов оказания помощи людям с травматическим опытом. Результаты этой большой работы были изложены в объемном руководстве по терапии ПТСР (12). Однако, в заключении авторы с сожалением констатируют что на сегодняшний день «мы знаем очень мало о монотерапии ПТСР и практически ничего о том, что касается комбинированного лечения» [12, с. 455].

Отсутствие эффективных методов оказания помощи людям пострадавшим в травматической ситуации, свидетельствует о нехватке знаний для понимания существа происходящих с человеком изменений и трансформаций в условиях экстремальной ситуации. Таким образом, можно констатировать, что все многочисленные выделяемые факторы воздействия экстремальной ситуации не могут предопределивать тип реакции человека на нее, а уж тем более ее прогнозировать или предотвращать.

В нашем анализе особенностей экстремальной ситуации мы будем основываться на деятельностно-смысловом подходе, разрабатываемом в русле культурно-исторического подхода к пониманию и развитию психических процессов и представленный в работах М.Ш. Магомед-Эминова. Особенностью данного подхода является представление феномена «экстремальности» как процесса существования человека внеповседневном жизненном мире «как события существования личности в неповседневном способе бытия в мире»[Магомед-Эминов 1998, 2006, 2007].

В действительности, без психологического определения двух реальностей – повседневной и неповседневной – мы не можем адекватно ухватить экстремальность. Экстремальность создаётся перепадом реальностей, разницей миров, смыслов, а не количеством воздействия. Экстремальность поэтому есть интенсивность – экстазис, флуктуация качеств, а не просто экстенсивность, сила стихии, т.е. количество воздействия. Человек в силах выдержать самые тяжёлые, суровые испытания, но страдает он (в наукообразных терминах – испытывает дистресс, «травматизируется») от перепадов испытаний. И перепады бытия (экзистенциальные перепады) однако, являются только источниками проблематизации, а результат определяется характером и горизонтом работы личности (экзистенциальной работы) с феноменом перепада бытия. Феномен экстремальности понимается здесь как проблематичность человеческого существования и определяется с точки зрения феномена темпоральной предельности, который конституируется в двойной онтологической возможности существования:

- 1) «бытия-к-концу» – возможности невозможности,
- 2) «бытия-к-началу» – возможности подлинной возможности. Феномен экстремальности имеет не только негативный, но и позитивный аспекты и может быть полноценно рассмотрен в трансформационной триаде «страдание – стойкость – рост».

В экстремальной ситуации, следуя развиваемой концепции, человек не только страдает, но и проявляет стойкость, проходит испытания и обнаруживает рост и развитие [8. 2006].

Степень влияния того или иного фактора экстремальной ситуации на поведение данного конкретного человека, обусловлено не столько силой разрушительного воздействия неблагоприятных факторов, и не слабостью адаптационных, биологических и физиологических систем его организма, а прежде всего определяется зрелостью его личности, направленностью на активные действия по преодолению экстремальной ситуации. В основе поведения и реакций организма человека в этих ситуациях лежит работа личности по совладанию со своими переживаниями в условиях катастрофичности ситуации и сохранение возможности действий по

преодолению их, в условиях, когда нет времени на сомнения, неуверенность, оценку своих действий и ресурсов. Ориентировка в ситуации, поиск и принятие решения и наконец само действие происходит в считанные доли секунды, поскольку цена каждой доли слишком велика – небытие становится до того близкой реальностью, что человек просто не успевает почувствовать какие либо эмоции и от этого создается впечатление что действует не человек, а робот-автомат. Чувства, эмоции, человека затормаживаются настолько, что он может не ощущать даже серьезные телесные травмы и ранения. При такой максимальной концентрации внимания его действия приобретают высокую скорость и силу исполнения. Можно привести пример с двумя молодыми альпинистами, примерно одного возраста, физического развития и опыта восхождений. Во время подъема на вершину горы они оба попали под снежную лавину, которая снесла их тела в долину. Во время спасательных работ их тела были обнаружены без физических повреждений, однако одного альпиниста спасти не удалось, т.к. он задохнулся вследствие нехватки кислорода, в позе с раскинутыми в стороны руками. Другой же остался жив и его удалось спасти только лишь потому, что он руками из последних сил пытался разгрести снег у лица, что способствовало образованию воздушной прослойки. Именно наличие этого воздуха и спасло жизнь молодому человеку. Погибший альпинист воспринял свалившуюся лавину как безысходность и не пытался ей сопротивляться. Последующий анализ его жизненной ситуации показал что он перед этим он переживал глубокий жизненный кризис связанный с уходом из семьи. Выживший же, пытался бороться до конца, что и спасло ему жизнь.

Если человек направлен на цель, на действие, то он может забыть о физической боли, трудностях, не будет оценивать смогу я это или нет, он будет действовать. Мать гуляла с маленьким ребенком, неожиданно на коляску стали падать железные качели. Она одной рукой успела перехватить и отбросить их в сторону. В последствии ее муж приложив все усилия не смог их даже немного подвинуть. Женщина не раздумывала «смогу-не смогу», она действовала единственно доступным способом, потому что была уверена, что она должна спасти ребенка. В чрезвычайных обстоятельствах происходит сверхмобилизация возможностей человека на преодоление катастрофичности событий.

Таким образом, человек будет действовать в экстремальной ситуации, в условиях проблематичности собственного выживания, в соответствии с экзистенциальной работой личности направленной на определение смыслов своего существования. С точки зрения экзистенциального подхода – «Человеческое существование рассматривается как целостное единство временных модусов трансцендентирования, как единство трех «миров» – окружающего мира, мира взаимодействия с другими людьми и собственного мира переживаний. Проявление тех или

иных выявленных реакций человека в большей степени зависит не от силы воздействующих факторов экстремальной ситуации, не от степени тяжести полученных травм или стоимости утраченного имущества, а обусловлено прежде всего внутренней работой личности над состоянием, содержанием собственной внутриличностной эмоционально-смысловой сферы, а также определяется иерархией личностных ценностей формирующих направленность поведения в условиях угрозы небытия на заботу о выживании другого, на предотвращение катастрофы ценой даже собственной жизни или на сохранение своей целостности и собственное выживание во что бы то ни стало.

В заключение можно констатировать что большинство исследователей экстремальной ситуации акцентируют внимание на негативных ее последствиях. То мы выделяем два аспекта – негативный с последующим как правило посттравматическим расстройством и позитивный аспект как преодоление экстремальной жизненной ситуации на основе работы личности и трансформации внутреннего мира человека актуализируя его ресурсный потенциал.

Список литературы

1. Александровский Ю.А., Лобастов О.С., Спивак Л.И., Щукин Б.П. Психогении в экстремальных ситуациях. – М.: Медицина, 1991.
2. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. – М.: Росс.педагог. агентство, 1998.
3. Василюк Ф.Е. Психология переживания. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
4. Дикая Л.Г., Махнач А.В. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям и факторы их формирования // Психол. журнал. 1996. Т. 17. № 3. С. 19-34.
5. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А., Пономаренко В.А. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях: Психол. аспект. – Минск: Изд-во «Университетское», 1985.
6. Кекелидзе З.И. Введение в психиатрию чрезвычайных ситуаций // Медицинская и судебная психология: Учеб. пособие / Под ред. Т.Б. Дмитриевой, 2005.
7. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. – М.: ПАРФ, 1998.
8. Магомед-Эминов М.Ш. Феномен Экстремальности. – М.: ПАРФ, 2006.
9. Магомед-Эминов М.Ш. Позитивная психология человека. От психологии субъекта к психологии бытия: В 2 т. – М.: ПАРФ, 2007.
10. Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях. – М.: Политиздат, 1989.

11. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб.: Питер, 2001.
12. Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства / Ред. Э. Фoa, Т.М. Кин, М. Фридман. – М.: Когито, 2005.
13. Figley C.R. *Post-traumatic stress: The role of the family and social support systems* // Trauma and its wake / Ed. by C.R. Figley. Vol. 2: Post-Traumatic Stress Disorder.
14. *Theory, research, and treatment*. – N.Y.: Brunner / Mazel, 1986. Pp. 398-416.
15. Krystal H. *Massive psychic trauma*. – N.Y.: Intern. Univ. Press, 1968.
16. Lazarus R., Folkman S. *Stress, appraisal and coping*. – N.Y.: Springer Publishing Company Inc., 1984.

References

1. Aleksandrovsky U.A., Lobastov O.S., Spivak L.I., Schyukin B.P. *Psikhogenii v extremal'nykh situatsiyakh*. – М.: Meditsina, 1991.
2. Burlachyuk L.F., Korzhova E.U. *Psikhologiya jhiznennykh sityatsiy*. – М.: Rossiyskoe pedagogicheskoye agenstvo, 1998.
3. Vasilyuk F.E. *Psikhologiya perezhivaniya*. – М.: Izd-vo MGU, 1984.
4. Dikaya L.G., Makhnach A.V. Otnosheniye cheloveka k neblagopriyatnim jhiznennim sobytiyam I factory ikh formirovaniya // *Psikhol.jhurnal*. 1996. T. 17. № 3. Pp. 19-34.
5. D'yachenko M.I., Kandybovich L.A., Ponomarenko V.A. *Gotovnost' k deyatel'nosti v napryajhennykh situatsiyakh: Psikhol.aspect*. – Minsk: Izd-vo «Yniversitetskoye», 1985.
6. Kekelidze Z.I. *Vvedenie v psikhiatriyu chrezvychaynykh sityatsiyakh* // *Meditsinskaya I sydeb-naya psikhologiya: Ychebnoe posobie* / Pod red. T.B. Dmitrievoy, 2005.
7. Magomed-Eminov M.Sh. *Transformatsiya lichnosti*. – М.: PARF, 1998.
8. Magomed-Eminov M.Sh. *Fenomen extremal'nosti*. – М.: PARF, 2006.
9. Magomed-Eminov M.Sh. *Positivnaya psikhologiya cheloveka. Ot psikhologii syb'ekta k psikhologii bytiya: V 2 t.* – М.: PARF, 2007.
10. Lebedev V.I. *Lichnost' v extremal'nykh ysloviyakh*. – М.: Politizdat, 1989.
11. Tarabrina N.V. *Praktikum po psikhologii posttravmaticheskovo stressa*. – SPb.: Piter, 2001.
12. *Effektivnaya terapiya posttravmaticheskovo stressovogo rasstroystva* / Red. E. Foa, T.M. Kin, M. Fridman. – М.: Kogito, 2005.

13. Figley C.R. *Post-traumatic stress: The role of the family and social support systems* // Trauma and its wake / Ed. by C.R. Figley. Vol. 2: Post-Traumatic Stress Disorder.
14. *Theory, research, and treatment*. – N.Y.: Brunner/Mazel, 1986. Pp. 398-416.
15. Krystal H. *Massive psychic trauma*. – N.Y.: Intern. Univ. Press, 1968.
16. Lazarus R., Folkman S. *Stress, appraisal and coping*. – N.Y.: Springer Publishing Company Inc., 1984.

ДАнные ОБ АВТОРЕ

Приходько Иван Петрович, научный сотрудник

Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова

Ленинские горы, д. 1, г. Москва, 119991, Российская Федерация

i-p-pri@yandex.ru

DATA ABOUT THE AUTHOR

Prihodko Ivan Petrovich, Researcher

Lomonosov Moscow State University

1, Leninskie gory, Moscow, 119991, Russian Federation

i-p-pri@yandex.ru

Рецензент:

Магомед-Эминов Мадрудин Шамсудинович, доктор психологических наук, профессор,
МГУ имени М.В. Ломоносова