

Доц. др *Снежана ЖИВКОВИЋ*, Факултет заштите на раду, Ниш  
Проф. др *Миланко ЧАБАРКАПА*, Филозофски факултет, Београд  
Проф. др *Драган МЛАЂАН*, Криминалистичко-полицијска  
академија, Београд

UDK – 364.624.6 : 355.271

Прегледни научни рад

Примљено: 4.11.2011.

## Специфичности панике у ванредним ситуацијама<sup>1</sup>

**Апстракт:** Упоредо са напретком савременог друштва у погледу материјалног благостања, демократије, политичких права и личних слобода, настају нове опасности и фактори ризика који изазивају страх, панику, угрожавају здравље, доводе до психолошког слома личности, а изузетно и до губитка живота. Стрепња, паника и угрожавање живота нису више ретки – трагични лични догађаји, трагедије рођака и пријатеља, терористички напади, војне интервенције итд., постају наша свакодневна реалност. Психологија групе је веома занимљива за изучавање. У групи захваћеној паником радикално се мења људска психа, укупно реаговање и понашање, а проток менталних процеса добија своје специфичности. Главни регулатори понашања појединца и групе постају инстинкти. Сазнајни процеси, усмерени на препознавање и категоризацију света бивају знатно ослабљени, интеракција међу људима постаје једнострана, док правила и норме губе своју регуларну функцију.

**Кључне речи:** паника, група, ванредне ситуације, емоционално реаговање.

### Увод

Паника као облик емоционалног реаговања, или панично понашање, може се појавити као последица преживљавања интензивног страха током различитих ванредних ситуација као што су: земљотреси, пожари, поплаве, терористички напади, индустријске хаварије, тешке саобраћајне несреће и друге ситуације у којима су људи изложени повећаној опасности или непосредном угрожавању живота. Ванредне ситуације представљају посебан вид ризика и подразумевају постојање услова који могу довести или доводе до људских и материјалних губи-

---

<sup>1</sup> Рад је реализован у оквиру пројекта *Истраживање климатских промена на животну средину: праћење утицаја, адаптација и ублажавање* (43007) који финансира Министарство за просвету и науку Републике Србије у оквиру програма Интегрисаних и интердисциплинарних истраживања за период 2011-2014. године.

така (Живковић, 2009). Понашање људи за време ванредних ситуација је веома комплексно и зависи од низа фактора (Живковић, 2011в), тако да се у пракси врло често поставља питање – како управљати понашањем у таквим ситуацијама.

Паника је један од најнегативнијих облика понашања које може у ванредним ситуацијама захватити појединце или групе људи (масе) због изненадног или јаког страха везаног за угрожавање живота. Она се истовремено јавља као посебно емоционално стање и нерационално понашање, а непосредни повод може бити мањак информација о некој страшној или несхватљивој ситуацији када не постоји рационално објашњење, или може бити последица вишка информација и гласина, којима се потенцира степен опасности и непосредне угрожености (Живковић, 2011б).

Паника групе обично изазива хаотично понашање и губитак сваког облика самоконтроле, тако да управо због таквог понашања више могу бити угрожени животи појединаца, него због саме опасности која је изазвала панику. Имајући у виду негативне последице до којих може довести паника у групи, данас се од стране организатора и безбедносних служби посебно захтева да воде рачуна о паници у ванредним ситуацијама, на масовним скуповима, при демонстрацијама и другим приликама када постоје услови за повећану опасност и ризик по безбедност учесника.

На сву срећу, паника је пролазни психолошко-бихевиорални феномен који се не јавља тако често, али због своје сложености, могуће масовности и последица до којих може довести представља озбиљан проблем коме се мора посветити посебна пажња од стране стручњака и практичара који се баве људским понашањем. Паника се увек испољава кроз импулсивне радње појединаца, групе људи или масе. Приликом панике људима руководи снажан инстинктиван страх, губе самоконтролу, збуне се, не виде излаз из настале ситуације и покушавају да се спасу макар по цену страдања других.

Да би се ублажиле последице могуће панике, данас се врло често у изградњи објеката за масовна окупљања, као што су јавне зграде, стадиони, спортске хале и слични објекти, примењују архитектонска и грађевинска решења која воде рачуна о евентуалним паничним кретањима група људи. И законска решења у многим земљама спречавају и кажњавају стварање услова и подстицање на панично понашање.

### ***Узроци и предуслови за појаву панике***

Најчешће се паника развија као последица шокантног догађаја или опасног стимулуса који прекида претходно понашање људи, усредсређује пажњу на себе и изазива реакцију страха. Да би изазвао панику,

стимулус мора бити или прилично интензиван, или дуготрајан, или се мора понављати. Прва реакција на такав стимулус по правилу је узбуђење и доживљавање ситуације као кризне. Затим узбуђење прелази у збуњеност која представља покушај да се интерпретира догађај ослањајући се на лично искуство или путем грозничавог присећања на сличне ситуације из искуства других. Све то захтева хитно деловање, али често смета логичком разматрању кризне ситуације и изазива страх.

Првобитна реакција интензивног страха обично је праћена вриском, плачем, узбуђеним покретима, покушајима да се побегне од опасности. Уколико у овој етапи првобитна реакција страха не буде прекинута одлучном заповешћу и прецизним радњама, реакција ће се увећавати. Даље нарастање иде циркуларном реакцијом: страх једних се оцртава у свести других, што са своје стране, појачава страх првих. Страх који све више јача ствара нејасан осећај несреће. Овај процес се завршава радњама које се актерима паничног понашања чине спасоносним, а у ствари представљају велику опасност по људски живот.

Говорећи о паничном реаговању и понашању људи, поред доживљаја непосредне или имагинарне опасности и интензивног страха, као главне узроке панике можемо навести и неколико општих предуслова који се често истичу и као посредни узроци за појаву панике.

Прву групу фактора чине физиолошка стања, као што су: умор, глад, несаница, депресија, стрес, измењена физиолошка стања под утицајем наркотика која физички и морално угрожавају људе и смањују њихову способност да брзо и тачно процене ситуацију.

Другу групу чине психолошки фактори – јак осећај бола, изненађења, несигурности, страха и ужаса, осећање изолованости, слабости и беспомоћности, што такође утиче на појаву и појачавање панике (Baker, 2003). Ти фактори се сматрају природним корелатима и активаторима страха. У психолошке узроке такође спадају: велика несигурност у себе и свест о немоћи пред неизбежном опасношћу, осећај напуштености и изолације, ишчекивање непријатних догађаја, изостајање социјалне подршке, као и одређене особине личности. Тако се, на пример, као предуслови за појаву панике код војника и официра у рату често наводе одређене слабости карактера појединаца који не успевају да контролишу страх. Заправо, реч је о одређеним особинама или цртама личности, као што су: анксиозност, емоционална лабилност, сугестибилност, поводљивост, лаковерност и неуротичност, које погодују развоју анксиозних стања, стрепње и панике у стресним и опасним ситуацијама (Чабаркапа, 2004).

У трећу групу предуслова за појаву панике могу се сврстати различити социјално-психолошки услови, као што су: недостатак групне солидарности, интегритета, јединства групе, губитак поверења у руководство, недостатак важних информација, појава и ширење гласина (Чабаркапа, 2001). Као социјално-психолошки предуслови за панично

реаговање могу се навести и ситуације када постоји вишак информација који врши притисак на личност и отежава доношење одлука, или дефицит информација који смањује такав притисак и онемогућава доношење рационалних одлука. У некохерентним или неструктурираним групама, несвесним заједничког циља, панику може изазвати и минимум ризика, док се, напротив, у случају рата или екстремне ситуације, високог степена кохезије стручно обучених и истренираних тимова људи, који су уједињени заједничким циљевима и вредностима, паника ређе јавља, или се може спречити њена појава.

Стање панике је веома често изазвано неуротичним страховима, тј. страховима који су несвесног карактера, а самим тим су и неадекватни објективној опасности. Анализа панике по фазама открива веома интересантне законитости. Наиме, панично понашање разликује се од нормалног понашања скоро потпуним одсуством когнитивних елемената психичког функционисања.

За панику се везује и панично ишчекивање, тј. психичка узнемиреност људи током активности усмерене на смањење или избегавање из неке опасности. На пример, после рата чест је случај паничне потражње за сољу, брашном или сапуном, због стрепње или анксиозности да таквих роба може нестати. Ова потражња је настајала због гласина о могућим тешкоћама у снабдевању становништва овим намирницама и због искуства генерације која је преживела рат. Ово је најчешће био случај панике међу људима одвојеним великим раздаљинама, који не чине групу људи међу којима постоје лични контакти. Покретачки мотив овакве панике је информација коју преносе средства јавног информисања, или која се преноси усмено од једног до другог (гласине).

Претходно наведени узроци и предуслови, појединачно или сви заједно, стварају велику емоционалну напетост и грозничаву игру фантазија које доводе до процеса сугестије, подражавања, психичке напетости и инстинктивног страха који је право оличење панике.

### ***Фазе испољавања панике***

Како је већ истакнуто, паника је сложен психолошко-бихевиорални феномен који има своју специфичну динамику која се разликује од других облика емоционалног реаговања и уобичајеног нормалног понашања људи. Фазе испољавања панике, које се циклично смењују, могу се описати на следећи начин (Нагимов et al., 2005):

1. изненадни шокирајући стимулус или догађај, на пример – експлозија, пожар;
2. фаза акција – прекид раније извршаваних акција, на трен заустављених;
3. фаза емоција – шок, збуњеност, врисак, плач;

4. фаза акција – узбуђена, хаотична потрага за изласком из ситуације, на основу искуства из прошлости, на пример – сви беже према вратима;
5. фаза емоција – повећање осећања страха због немогућности да се нађе излаз из ситуације, узајамна зараза страхом;
6. фаза акција – индивидуална акција сваког појединачног спашавања;
7. фаза емоција – појава осећања безнађа и доживљавање стања пропасти због немогућности индивидуалног спасења;
8. фаза акција – организација акције за групно спашавање;
9. фаза емоција – појављивање наде да ће бити спашени;
10. фаза акција – организовани групни излаз из стресне ситуације, и
11. фаза емоција – ефекти паничног страха који је био доминантан на почетку по правилу се касније испољавају у облику анксиозности, раздражљивости, спремности на агресију, док на крају наступа умор, емоционална тупост, малаксалост, исцрпљеност.

Упоредивањем наведених фаза паничног реаговања са фазама реаговања код трауматског стреса, уочавају се одређене сличности. И код трауматског стреса, као код панике, такође постоје фазе преклапања акције и емоционалног реаговања, при чему се код трауматског стреса разликују следеће фазе:

1. фаза удара или шока – када делује изненадна опасност која изазива страх;
2. фаза контрашока – карактеришу је покушаји прибирања, спасавања, сређивања, па чак и настојања да се другима помогне, због чега се ова фаза назива и херојска фаза, и
3. фаза исцрпљености – ако се због пораста присутне опасности и нарастајућег страха брзо не пронађе адекватно и рационално решење за насталу ситуацију, брзо долази до исцрпљености, трошења енергије и колапса. Ако се појединац у овој фази нађе у маси, потпада под утицај панике и почиње да се понаша инстинктивно и нерационално (Живковић, Чабаркапа, 2011).

Када индивидуалне и колективне стратегије понашања надвладају опасну ситуацију, било борбом или бежањем, може да се јави фаза неоправданог оптимизма, еуфорије, некритичног мишљења и понашања само зато што људи мисле да су се спасили и преживели опасну ситуацију. Тада може доћи до коначног ослобађања од илузија и дефинитивног сређивања и реорганизације понашања или, ако симптоми стреса и пролонгираног страха дуже трају, може доћи до испољавања накнадног паничног реаговања и анксиозности.

И други аутори који су се бавили овом темом истичу различите фазе панике. Тако Ољшански (2002) издваја четири фазе панике. По њему, „да би довео до панике, стимулус који делује на људе мора бити дово-

љно интензиван, или продужен, или мора да се понавља (експлозија, сирене, звучни сигнали). Он мора, по правилу, да привуче пажњу и изазива емотивно стање несвесног, животињског страха“.

Прва фаза панике је одговор на стимулус који се испољава као јак страх, шок, перцепција ситуације као претња кризом, угрожавање, безизлаз.

За другу фазу карактеристична је конфузија, а затим следе хаотичне, индивидуалне, без икаквог реда, акције за спашавање. Појављује се потреба да се брзо тумачи и процени ситуација, али осећање немира то спречава, мешајући логично разумевање онога што се дешава и страх од новог. Ако страх није контролисан или потиснут, онда прелази у стање ужаса. Ужас је афекат, већи степен емотивног стреса, који доводи до самих ирационалних реакција и онемогућава човека да рационално мисли.

У трећој фази панике долази до испољавања познатог психолошког механизма „циркуларне реакције“ и „емотивног кружења“, када се страх и ужас других људи огледају у сопственој психи, што појачава емоције и страх на првом месту. Растући страх брзо смањује поверење у колективну способност супротстављања критичној ситуацији, па људи у паници прибегавају неодговарајућим радњама које им се тада чине спасоносним.

Четврта фаза укључује масовно панично бекство, када могу настати многе негативне последице. Несмотрено бекство по правилу је апотеоза панике.

### ***Класификација панике***

Паника се, уопштено, може класификовати по обиму, дубини коју покрива, трајању и деструктивним последицама (Нагимов et al., 2005).

По обиму се разликује индивидуална, групна и масовна паника. Индивидуална паника је карактеристична за појединце, групна паника обухвата од две-три до неколико десетина или стотина људи, док масовна паника обухвата на хиљаде и већи број људи (Нагимов et al., 2005).

По дубини коју покрива паника, подразумева се степен паничне заразе свести. У том смислу може се говорити о лакој, просечној и паници на нивоу потпуног лудила. *Лаку панику* можемо видети у ситуацијама када се зауставља саобраћај, при журби, када се појави изненадан али не веома јак сигнал (звуци, експлозије и сл.). У овом случају особа задржава готово потпуну самоконтролу и критичност. Споља гледано, ова паника може изразити само благо изненађење, забринутост, напетост мишића и слично. *Просечна паника* се одликује великом деформацијом свесног процењивања онога што се дешава, сниженом критичношћу, повећањем страха, потпадањем под спољне утицаје. Примере просечне панике можемо видети при кружењу оправданих

или лажних гласина о подизању цена, нестанку неке важне робе у продавницама, увођењу посебних мера и слично. Паника просечне дубине често се манифестује у спровођењу војних операција, при мањим саобраћајним незгодама или разним природним катастрофама, када је догађај био близу, али није директно угрожавао. Као пример можемо навести пожар којим се угрожавају животи људи, материјална добра и животна средина (Живковић, 2011а; Живковић, Бабић, 2010). *Пуна паника* је афективна, са губитком свести, коју карактерише потпуно лудило и наступа при осећању непосредне и велике смртне опасности (стварне или имагинарне). У том осећању човек у потпуности губи свесну контролу над својим понашањем – може да побегне било куда, извршава најхаотичније радње и поступке, апсолутно искључивши њихову критичку оцену, рационалност и етичност (Николић, Живковић, 2008). Класичан пример овакве панике је паника приказана кроз филмску причу на броду *Титаник*.

По трајању, паника може бити тренутна (секунде и неколико минута), довољно дуга (десетине минута, сати) и продужена (неколико дана, недеља). *Тренутна паника* односи се на краткотрајну паничну реакцију, нпр. паника у аутобусу који је изгубио контролу. *Довољно дуга* паника се испољава, на пример, приликом земљотреса, не траје дуго по времену и обично није много јака. *Продужена паника* настаје када стање страха продужено траје, нпр. паника током дугих борбених операција.

Када се говори о времену трајања панике, сматра се да би се могао усвојити и појам континуирана паника, коју карактерише не толико интензитет већ временско трајање. Као облик континуиране панике могла би се навести сва она понашања појединаца или група који су претерано и нерационално забринуте, стално на опрезу, у страху или очајању због тероризма, претње глади или заразних болести. У основи таквог понашања леже нарастајући и упозоравајући знаци потенцијалних општих опасности, али пре свега посебна емоционална и карактерна својства личности појединаца, или одређена социјално-психолошка структура група којима припадају.

### ***Специфичности проучавања панике***

Последњих година проучавање паничног понашања, питања превенције и прекида панике све више добијају на значају. Ово је условљено порастом негативних последица ванредних ситуација природног и техногеног карактера и повећањем броја терористичких аката. Осим тога, дуготрајне последице паничног понашања и паничног расположења у друштву су такође веома велике. Оне се изражавају кроз економску депресију, повећање нивоа смртности и смањење natalитета.

До данас панично понашање није проучено довољно добро. Сложeност проучавања је условљена тиме што истраживач који је укључен у групу људи подвргнутој паници, осећа исту психичку напетост као и они које истражује, док проучавање сећања очевидца пружа мало значајних информација. Та сећања су обично изузетно субјективна, ограничена само на простор у коме се очевидца налазио и не могу бити основа за дубље научне закључке.

Током проучавања панике истичу се два важна момента. Први се састоји у томе да, ако је интензитет првобитног стимулуса веома јак, онда можда неће бити претходних етапа настанка панике које воде ка бекству од опасности – бекство у том случају може постати непосредна индивидуална реакција на стимулус. Други моменат се своди на то да реч која се односи на стимулус који изазива страх у условима док се он очекује, може изазвати реакцију страха и довести до панике и пре његове стварне појаве. Тако реагују гледаоци у позоришту или на стадиону на повике „Пожар!“.

Приликом анализе сваког конкретног случаја паничног понашања треба имати у виду и низ специфичних фактора: општу атмосферу у којој се догађај одвија (у првом реду степен социјалне напетости), конкретну ситуацију, карактер догађаја који се одиграо и опасност коју представља, дубину и објективност информације о тој опасности, општу моралну и психичку стабилност актера понашања и прву реакцију људи одмах после добијања информације о опасности. Веома велики значај има и карактер прве реакције. Тих неколико тренутака одмах после објављивања опасности (нпр. у позоришту се појавио дим, брод је почео да тоне, прошао је први удар земљотреса, пала је прва бомба) чине „психолошки моменат“ за испољавање реакције коју ће сви подражавати. Током тих неколико тренутака пажња свих актера се концентрише на новонасталу ситуацију – сви су спремни на реаговање и очекују неки тренутак у даљем развоју догађаја. Управо у том тренутку треба да се испољи вођство које уноси елемент организације и рационализма (нпр. строга заповест „Лези!“ или „Слушај моју команду!“). Први ко изрекне овакву заповест постаје образац за подражавање.

На изучавању слабо контролисаног, а још чешће психички неконтролисаног и неправилног понашања великих људских група радили су најпознатији руски научници, као што су Бехтерев и Токарски, који су посматрали ову појаву као један од облика психичке епидемије. Ретроспективна оцена путем анализе масовних контагених душевних расстројстава, која су била предмет рада ових научника, постала су предмет расправе у новије време приликом истраживања узрока климатских појава и њиховог деловања на људе, а пре свега при развоју мера које спречавају могућност појаве масовне панике. Бехтерев је (1908) сматрао да је паника „психичка епидемија краткорочног деловања“, која се



појављује у облику „мучног афекта“, чешће при великој гужви, као да је неко „улио идеју непосредне смртне опасности“, условљена одређеним околностима. Овај научник сматра да је паника уско повезана са инстинктом самоодбране, који се исто појављује код личности независно од њеног интелектуалног нивоа. Сугестије из масе, посебно имајући у виду идентична психичка оптерећења, шире се „слично пожару“, и понекад их могу изазвати случајно изговорене речи, оштар звук, снимак или нагли покрет, што у извесној мери одражава осећање масе. У узнемиреној маси сваки појединац утиче на околности и сам пада под настали утицај, чак и у опасност.

Испитивањем тзв. паничне епидемије у групи лица која су се случајно окупила, нпр. у позоришту, на станици, који ће се посебно усредсредити на оно што је необично и узнемирујуће, констатовано је да долази до повећања емотивне напетости у ишчекивању неминовности предстојеће опасне ситуације и изазивања паничног страха, са губитком оријентације и самоконтроле личности, ограничења свести, а као крајњи резултат појављује се извршење неочекиваних реакција, понекад и са трагичним последицама.

### *Спречавање панике*

У литератури се паника обично дефинише као индивидуалистичко и егоцентрично понашање, чији циљ су покушаји личног спашавања који се не уклапају у прихваћене норме и обичаје. Али, како смо већ претходно истакли, паника је истовремено и групно понашање приликом којег се запажају карактеристике многих облика стихијског групног понашања: механизми циркуларне реакције, сугестије и психичке напетости. Паника се прекида изласком појединаца из групног бекства.

Уобичајене психолошке последице панике су умор и исцрпљеност или стање крајње узнемирености и спремности на агресивне радње, док се као најозбиљније последице сматрају смртни случајеви, рањавања или други облици неочекиваног страдања. Да би се спречиле такве трагичне последице, све више се пажња стручњака усмерава на разраду превентивних мера и поступака за спречавање панике и управљање понашањем људи у ванредним ситуацијама.

Мере за спречавање панике повезане су са узимањем у обзир њених предуслова, тј. фактора који је изазивају. Ако се говори о формираној групи, усмереној на деловање у стресним ситуацијама (нпр. политичке партије или спасилачки одреди), ту пре свега треба обратити пажњу на психолошке и организационе припреме за могуће опасности, обезбедити ефективно руководство и избор лидера који уливају велико поверење.

У циљу спречавања панике у колективима важно је да запослени знају своје функционалне обавезе и да познају ситуацију будући да

непознато увек ствара несигурност, а са њеном појавом спречавање панике постаје теже. Начин за спречавање евентуалне панике је одвлачење пажње актера од могућег извора страха и тиме – смањење емоционалне напетости.

Немачки и мађарски научници направили су математички модел понашања успаничене масе. Једна од главних препорука је да се излази за случај опасности направе тако да омогуће раздвајање масе и тако да спрече гужву (Helbing, Farkas, Vicsek, 2000).

Начини за прекид панике, уколико је већ настала, су многобројни, као и узроци који је изазивају. Једна од основних метода за прекид панике је организација ефикасног руковођења, заједно са стварањем поверења према руководству. Насталу панику може зауставити само осмишљено и веома интензивно деловање које мора, макар на неколико тренутака, привући пажњу људи како би се са њима успоставио контакт и почело руковођење њима. Такво деловање може бити извођење химне или неке популарне мелодије, скандирање неке речи или пароле од стране групе људи, а након тога треба изрећи оштру заповест која не трпи противљење. Ове радње су више пута успешно примењиване приликом пожара у позориштима, приликом рушења трибина на стадионима и сл. Такве радње су спречавале раздвајање група на индивидуе, пружале су им могућност да се уједине како би прекинули панику и организовали спасавање.

Као пример осмишљеног деловања можемо навести случај хаварије у московском метроу када је дошло до застоја у саобраћају. Улаз у метро није био затворен тако да су људи испунили читаву станицу. Лагано је почела гужва и паника. Случајно се у маси људи нашло и двоје супружника, психолога. Почели су гласно да се расправљају, кривећи једно друго за брачну превару, затим да позивају сведоке да обрате пажњу на увреде и сл. Путници су у почетку почели да их критикују, а затим су кренули и да их мире. Постепено се у овај процес укључило много људи, почело је препричавање догађаја међу путницима. Паника је престајала, а психолози су касније објаснили разлоге свог понашања.

Ради избегавања тензија треба повести рачуна да не дође до преклапање потенцијално опасних догађаја (нпр. фудбалска утакмица и политички скуп). У противном, могуће су ситуације пребацавања пажње са једних циљева на друге и „преливање“ великог дела масе и њено прерастање у повремену или експресивну масу. Врло је тешко предвидети последице у судару маса (нпр. политичке демонстрације у додиру са узбуђеним навијачима).

Они који руководе масовним скуповима (спортским, друштвеним, политичким и другим), у којима учествују велике групе људи, морају да предвиде и припреме стручњака, односно тимове за панику, или специјални система руковођења у случају панике. Такав систем обично подразумева да се међу гледаоцима, навијачима, великим групама људи разме-

сте специјално обучена лица која умеју да изврше наредбу и која не подлежу паници. Саставни део оваквог система су средства везе како би се у случају потребе проследила потребна информација и, уколико је могуће, средства за репродукцију ритмичне музике или популарних песама.

У предфазе и ранијој фази стадијума развоја панике веома продуктивно може бити искоришћен и хумор. Познати су случајеви у разним земљама где је благовремена шала смањила панични стрес, или када су перформансе популарних хумориста на одређени начин измениле расположење масе. Често је то повезано са игром речи и језичким двосмисленостима, које је тешко исказати на другом језику.

У разматрању начина отклањања панике корисно је подсетити се шта је претходно споменуто о психолошком тренутку и значају ефикасног руковођења, које на почетку испољавања панике може искористити неки познати и значајан стимулус (Mawson, 2007). На пример, људи су навикли да стоје мирно при слушању националне химне и овај се условни рефлекс може актуелизовати укључивањем у прве тактове. Други познати метод је реакција лекара, посебно психотерапеута, када су суочени са нападима хистерије. Напад може бити заустављен оштрим изненадним догађајем, на пример: шамаром, изненадним гласним звуком, јасном и гласном командом итд. Снажни ударци су се показали као веома ефикасни и приликом масовне панике. На пример, пуцањ у затвореном простору може да изазове нову „запањеност“ и преусмери пажњу са паничног догађаја на нову околност или на особу која поступа одлучно и спремна је да се супротстави опасности.

Развој мера за борбу против паничних расположења у друштву је посебна и независна тема коју треба изучавати. Често се поставља питање начина како обичан човек може да избегне ситуацију у којој би постао жртва масовних немира. У том циљу развијена су три популарна правила која доприносе безбедности појединца у маси. Иако су правила намењена пре свега професионалцима, могу користити свакоме. Прво: не идите у масу без разлога (тј. када нисте на послу и не извршавате задатке, у целини – држите се даље од масе); Друго: ако и уђете у масу, размислите како ћете из ње да изађете (тј. ако не знате да пливате, не улазите у воду). Треће: ако сте ухваћени у маси случајно, замислите да сте на послу (тј. концентришите се, не губите главу, не потпадајте под емотивно стање и не заборавите оно за шта сте обучени).

### **Закључак**

Сваки човек је у маси лишен своје индивидуалности. Он представља део масе, дели њено емотивно стање и потчињава јој своје понашање, тако да је у таквим ситуацијама најважније рационализовати и индивидуализовати психичко стање људи.

Понашање појединаца у маси представља основни разлог намерног изазивања панике током терористичких напада. У маси је довољно да се заплаши неколико људи, чак и малом експлозијом, што изазива страх, ужас и панику која брзо савладава читаву масу. Због тога је неопходно указати људима на могућност појаве сложених ситуација и провокација у циљу минимизирања фактора изненађења и запрепашћења (Николић, Живковић, 2010).

У паници, као посебном психичком стању, постоје и неки специфични моменти. Сама ситуација генерише одређена питања и одговоре на којима је могуће прогноzirати понашање и зауставити негативно деловање масе која је захваћена паником. Пре свега, питање је ко ће успоставити контролу и постати узор масе. После појаве догађаја који означава опасност и изазива доживљај угрожености (звук сирене, облак дима, први удари земљотреса или пуцњи) увек остаје неколико секунди када људи осмишљавају како „преживети“ оно што се десило и припремити се за деловање. Овде је могуће, чак је и потребно, „гурати“ жељени узор који ће уплашени људи следити. На практичном нивоу, препоручују се једноставне и ефективне мере које карактерише одлучност и решеност да се опасност савлада.

Одлучно и директивно управљање људима у паничним моментима је најефикаснији начин за заустављање панике. За отклањање панике неопходно је имати раније припремљене програме, разрађене маршруте евакуације и приправне специјалисте.

### *Литература:*

1. Baker, R., (2003). *Understanding panic attacks and overcoming fear*, Lion Hudson Plc.
2. Бехтерев, В. М., (1908). *Внушение и его роль в общественной жизни*, СПб.
3. Нагимов, Т. Ш. и др., (2005). *Психология человека в местах массового пребывания населения, Паника и её предотвращение*, ГУ МЧС России по Республике Башкортостан (превод – семинарски рад, КПА, А. Копас и З. Матић).
4. Живковић, С., (2009). *Управљање ванредним ситуацијама – процедура за ванредне ситуације*, Тематски зборник радова „Личност, професионално усмерење и радни контекст“, Филозофски факултет Универзитета у Нишу, Ниш, стр. 132-142.
5. Живковић, С., (2011а). *Организација заштите од пожара*, Факултет заштите на раду Универзитета у Нишу, Ниш.
6. Живковић, С., (2011б). *Комуникација у ванредним ситуацијама*, VII Конференција са међународним учешћем „Дани примењене психологије“, Ниш.

7. Живковић, С., (2011в). *Понашање људи у ванредним ситуацијама*, VII Конференција са међународним учешћем „Дани примењене психологије“, Ниш.
8. Живковић, С., Чабаркапа, М., (2011). *Перцепција опасности и понашање људи у случају пожара у стамбеним и пословним зградама*, VIII Национална конференција са међународним учешћем „Заштита на раду у 21. веку – теорија и пракса“, Тара, стр. 27-35.
9. Mawson, A. R., (2007). *Mass panic and social attachment: the dynamics of human behavior*, Ashgate Publishing, Ltd.
10. Николић, В., Живковић, С., (2008). *Управљање ванредним ситуацијама еколошког карактера са бихевиоралног аспекта*, *Ecologica*, бр. 16, стр. 181-186.
11. Николић, В., Живковић, С., (2010). *Бихевиорални контекст превенције несрећа у радној и животној средини и управљања у ванредним ситуацијама*, НБП - Журнал за криминалистику и право, Vol. XV, No. 2, стр. 49-60.
12. Ольшанский, Х. В., (2002). *Психология терроризма*, СПб.: Питер.
13. Helbing, D., Farkas, I., Vicsek, T., (2000). *Simulating dynamical features of escape panic*, *Nature* 407, 6803, pp. 487-490.
14. Чабаркапа, М., (2004). *Најчешћи стресни синдроми код војника у рату*, Војносанитетски преглед, 61 (6), стр. 675-682.
15. Чабаркапа, М., (2001). *Психолошка припрема старешина и војника за борбу*, Поглавље: Ратна психијатрија са менталном хигијеном (Група аутора), Војно-издавачки завод, Београд, стр. 125-131.

## Specifics of Panic in Emergencies

**Abstract:** *Along with the progress of modern society in terms of material prosperity, democracy, political rights and personal freedoms, new threats arise and the risk factors that cause fear or panic, endanger the health, lead to psychological breakdown of the personality, and, exceptionally, to the loss of life. Anxiety, panic and threat to life are no longer rare - the tragic personal experiences, the tragedies of relatives and friends, terrorist attacks, military interventions etc., have become our daily reality.*

*Psychology of the crowd is very interesting for studying. The panic-stricken crowd radically changes in terms of human psyche, the total response and behavior; the flow of mental process gets its own characteristics. Instincts become the main regulators of individual and crowd behavior. Cognitive processes, aimed at identifying and categorizing the world are significantly weakened, the interaction between people becomes one-sided, while the rules and norms lose their regular function.*

**Key Words:** *panic, crowd, emergencies, emotional reaction.*