

**Моляко В. А.**

# **ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ПАНИКИ В УСЛОВИЯХ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО БЕДСТВИЯ (на примере Чернобыльской атомной катастрофы)**

Чувства, близкие к паническим, мы часто испытываем во время ссоры, когда куда-либо опаздываем, застреваем в лифте и пр.

В отечественной научной и популярной психологической литературе панике уделено неправомерно мало внимания. Если не считать отдельных, фрагментарных упоминаний главным образом в работах по социальной и военной психологии, то по данной проблеме мы должны назвать единственную статью А. С. Прангишвили, написанную еще в 1943 г. (на русском языке она была опубликована в 1967 г.). Поэтому, приступая к анализу (а он, естественно, носит во многом предварительный характер) такого необычного явления, как послечернобыльская радиационная паника, мы попытаемся хотя бы в общих чертах рассмотреть некоторые общие характеристики «обычной» паники.

Виды паники и причины ее возникновения

Большинство определений паники связано с проявлением массового страха перед реальной или воображаемой угрозой, состояние периодического испуга, ужаса, нарастающих в процессе взаимного заражения ими. Считается, что паника – одна из форм поведения толпы. Однако следует подчеркнуть, что некоторые авторы рассматривают панику, проявляющуюся и на индивидуальном уровне.

Представляется, что панику можно классифицировать по масштабам, глубине охвата, длительности и деструктивным последствиям.

**По масштабам** различают индивидуальную, групповую и массовую панику. В случае групповой и массовой паники захватываемое ею количество людей различно: групповая – от двух-трех до нескольких десятков и сотен человек (если они разрознены), а массовая – тысячи или гораздо больше людей. К тому же массовой следует, очевидно, считать панику, когда в ограниченном, замкнутом пространстве (на корабле, в здании и пр.) ею охвачено большинство людей независимо от их общего числа.

**Под глубиной** охвата имеется в виду степень панического заражения сознания. В этом смысле можно говорить о легкой, средней панике и панике на уровне полной невменяемости. **Легкую** панику можно, в частности, испытывать тогда, когда задерживается транспорт, при спешке, внезапно, но не очень сильном сигнале (звук, вспышка и пр.). При этом человек сохраняет почти полное самообладание, критичность. Внешне такая паника может выражаться лишь легкой удивленностью, озабоченностью, напряжением мышц и т. п.

**Средняя** паника характеризуется значительной деформацией сознательных оценок происходящего, снижением критичности, возрастанием страха, подверженностью внешним воздействиям. Типичный пример средней паники – скупка товаров в магазинах при циркуляции справедливых или фиктивных слухов о повышении цен, исчезновении товаров из продажи и т. д. Паника средней глубины часто проявляется при проведении военных операций, при небольших транспортных авариях, пожаре (если он близко, но непосредственно не угрожает) и различных стихийных бедствиях.

**Полная** паника – паника с отключением сознания, аффективная, характеризующаяся полной невменяемостью – наступает при чувстве большой, смертельной опасности (явной или мнимой). В этом состоянии человек полностью теряет сознательный контроль за своим поведением: может бежать куда попало (иногда прямо в очаг опасности), бессмысленно метаться, совершать самые разнообразные хаотические действия, поступки, абсолютно исключая критическую их оценку, рациональность и этичность. Это классические примеры паники на кораблях «Титаник», «Адмирал Нахимов» (в последнем случае скорость событий не дала развернуться панике «на полную мощь»), а также во время войны, землетрясений, ураганов, пожаров в универмагах и т. д.

**По длительности** паника может быть кратковременной (секунды и несколько минут), достаточно длительной (десятки минут, часы), пролонгированной (несколько дней, недель). **Кратковременная** паника – это, например, паника в автобусе, потерявшем управление, и т. п. **Достаточно длительной** бывает паника при землетрясениях, не развернутых во времени и не очень сильных. **Пролонгированная** паника – это паника во время длительных боевых операций, например, блокада Ленинграда; после взрыва на ЧАЭС.

Поскольку речь идет о временной протяженности паники, считаю необходимым обосновать здесь введение понятия «**непрерывная паника**», которое, на мой взгляд, характеризует истинное положение о последствиях Чернобыльской атомной катастрофы (ЧАК). Для этого имеются достаточные основания: уже более пяти лет люди в различных и по-разному зараженных радиацией зонах пребывают в состоянии постоянной тревоги и напряженности, подвергаясь опасности дополнительного заражения нуклидами в пище, воде, воздухе и испытывая чувства неясности, неопределенности, страха за самих себя, своих детей и близких. Правда, эта непрерывная паника носит в основном скрытый, недостаточно проецируемый внешне характер, проявляясь лишь отдельными вспышками отчаяния, озлобленности, опустошенности, депрессии и т. д. Анализу именно **непрерывной скрытой атомной паники** и посвящена данная статья.

Рассматривая деструктивные последствия паники, мы выделяем следующие ее типы: 1) паника без каких-либо материальных последствий и регистрируемых психических деформаций; 2) паника с разрушениями, физическими и выраженными психическими травмами, утратой трудоспособности на непродолжительное время; 3) паника с человеческими жертвами, значительными материальными разрушениями, нервными заболеваниями, срывами, инвалидностью и длительной утратой трудоспособности.

Деструктивные последствия паники во время войны и последствия длящейся паники после ЧАК можно отнести к третьему типу. Нам не известна статистика гибели людей в результате начальных и последующих проявлений паники после взрыва на ЧАЭС, но на основе бесед с профессионалами (врачи, военные и др.), некоторых частных свидетельств можно предположить, что отдельные смертельные случаи скорее всего являются прямым следствием сильных переживаний, связанных с реакцией на ЧАК.

Остановимся кратко на причинах возникновения и механизмах развития паники.

Общепринято считать основными причинами паники страх, ужас, гиперболизируемые нередко конкретным состоянием людей, в частности их неготовностью к неожиданностям, внезапным опасностям, отсутствием соответствующей критичности при оценке конкретных ситуаций («у страха глаза велики»). Военные специалисты среди причин паники у солдат и офицеров называют общее моральное состояние, низкий уровень дисциплины, отсутствие авторитета у командиров.

По существующим описаниям, есть два основных момента, определяющие возникновение паники. **Первый** связан главным образом с внезапностью появления угрозы для жизни, здоровья, безопасности, например, при пожаре, взрыве, аварии и т. п. **Второй** можно связать с накоплением соответствующего «психологического горючего» и срабатыванием «реле», определенного психического катализатора. Длительные переживания, опасения, накопление тревоги, неопределенность ситуации, предполагаемые опасности, невзгоды – все это создает благоприятный фон для возникновения паники, а катализатором в этом случае в принципе может быть все, что угодно (замкнуть цепь опасений может не только сильный испуг, страх, но и абсолютно безопасные по сути проявления, звуки, слова, чье-то поведение, какие-то сигналы, не имеющие никакого отношения к ожидаемым опасностям).

Механизм развития бурной динамической паники можно представить как осознаваемую, частично осознаваемую или неосознаваемую цепь: включение «пускового сигнала» (вспышка, громкие звуки, обвал помещения, землетрясение и т. д.), воссоздание образа опасности (он может быть самым различным), активизация защитной системы организма на различных уровнях осознания и инстинктивного реагирования и следующее за этим паническое поведение (или какая-то его менее паническая модификация, в том числе и пассивное реагирование, заторможенность).

Возможности возникновения паники труднопредсказуемы, что отмечают военные психологи. Но в ряде случаев можно говорить о повышении вероятности возникновения паники (некоторые из аспектов данной проблемы так или иначе рассматриваются в работах специалистов по психологической войне). Здесь мы коснемся главной, с нашей точки зрения, причины – это **полная психологическая неготовность** к такому событию, как ЧАК.

В самом деле, современный человек более или менее подготовлен к таким событиям, как транспортная авария, пожар, нападение бандитов, стихийное бедствие, эпидемия и пр., причем некоторые люди находятся в состоянии повышенной готовности к подобным событиям, например пожарники, милиционеры, спасатели, врачи и др. Военные, естественно, готовы к неожиданностям боя, сражений (особенно те, которые участвовали не только в учебных, но и в реальных операциях, например «афганцы»). Очень слабым оказался уровень готовности к возможным атомным военным событиям у ряда специалистов, военных, врачей. Но никто во всем мире не был готов к такой колоссальной атомной катастрофе, которая случилась в Чернобыле. При этом я имею в виду, разумеется, не саму аварию непосредственно на АЭС – как это описано в ряде достоверных свидетельств. Можно с полной ответственностью сказать, что очень многие люди, прежде всего некоторые работники станции, пожарные, военные, милиционеры, врачи, проявили настоящий героизм, самоотверженность, а порой и высочайшее мастерство в решении оперативных задач, связанных с аварией. Этим людям без малейшего преувеличения обязан весь мир и в первую очередь Европа. Но в данном

случае мы анализируем поведение не непосредственных «ликвидаторов» последствий аварии, а тех, кто был на некотором удалении, в частности киевлян.

Состояние психологической неготовности к адекватному восприятию случившегося можно объяснить следующими причинами:

- уникальностью аварии (не было аналогов для сравнения, что создало чрезвычайное когнитивное напряжение при оценке данного события);
- очень слабой подготовкой подавляющего большинства людей к рациональным действиям в случае атомной опасности (органы гражданской обороны, как правило, не функционировали);
- недостатком конкретной информации и одновременно своего рода информационной анархией, определявшими часто стихийное и неразумное поведение многих людей, низким порогом критичности к поступающим сведениям (слухам);
- эмоциональной неустойчивостью, обусловленной, в частности, директивными формами управления, заторможенностью собственной инициативы, что проявляется в условиях нарушения каналов управления (предоставленность самим себе в сложных условиях переживается особенно остро).

Все это было усугублено негибким поведением руководства на различных этажах власти, засекреченностью многих сведений о масштабах и характере радиационного загрязнения, безнравственной пассивностью медиков и других специалистов.

Таким образом, складывалась достаточно благоприятная почва для возникновения индивидуальных и массовых эмоциональных реакций панического характера, основывающихся на постоянной тревоге и сильном чувстве страха.

#### Феномен «чернобыльской радиационной паники»

Как это уже было частично описано в наших статьях о психологических последствиях ЧАК и формировании образа экологической катастрофы, в случае с проявлением паники после данной катастрофы мы имеем дело с ее новой разновидностью, обусловленной прежде всего самим характером названных выше причин, а именно – радиационной опасностью. Эта опасность для подавляющего большинства людей в наших регионах, как и во всем мире (какое-то исключение составляет только Япония, прежде всего ее города Хиросима и Нагасаки), явилась совершенно неожиданной, малопонятной, особенно на самых первых этапах после аварии.

Здесь нужно отметить следующие обстоятельства. Во-первых, ЧАК содержала все те составляющие, которые могли вызвать «обычную» панику: ночной взрыв на АЭС, пожар, пострадавшие, неопределенность ситуации, неготовность к подобного рода аварии. Все это уже само по себе могло вызвать страх у лиц, находившихся в непосредственной близости к АЭС, и вполне выраженную тревогу тех, кто об этой аварии узнал (у живущих в более отдаленных местах). В той или иной степени любая авария вселяет беспокойство независимо от того, где она случается.

Во-вторых, и это главное, в данном случае был не обычный взрыв, а взрыв атомного реактора, содержащего огромное количество радиоактивного вещества, и самые первые и вполне обоснованные аналогии – сравнение со взрывом атомной или водородной бомбы.

Именно так и определяли сущность аварии почти все, кто писал о ней, вспоминал о тех днях и опрашивался нами в периоды после аварии. Создавалась однотипная картина в мнениях опрошенных из разных регионов.

Информация, которая начала распространяться на Западе, содержала предупреждение о нависшей опасности. Но это предупреждение доходило лишь до немногих, как правило, искажалось и становилось дополнительным источником мощного психологического (стрессогенного) воздействия на людей.

Неполная, искаженная информация и дезинформация сделали свое дело: страх, который всегда является главной причиной паники, а в данном случае объективно основывался еще и на недостаточном знании возможных последствий облучения (мы здесь говорим о его сильном преувеличении – наблюдалось и обратное, о чем будет сказано ниже), за несколько дней возрос, возникла вспышка классического варианта паники, проявившейся в Киеве 4–5 мая в наиболее заметных формах. Вот несколько ее описаний:

«...Под гнетом самых невероятных слухов, в которых откровенные домыслы “радиоголосов” хаотически перемешались с правдой, не в силах больше выносить неопределенность и не получив никакой официальной конкретной информации или рекомендации, люди бросились сами спасать своих детей и себя.

В железнодорожных и авиакассах, на вокзале и автовокзалах и аэропортах – огромные толпы, множество матерей с детьми самого разного возраста. Многие провели у билетных касс всю предыдущую ночь...

На вокзале мужчины и женщины с детьми на руках в давке проходят в вагоны и уезжают безо всяких билетов. Вагоны поездов на Москву забиты до отказа, большинство людей едет стоя, освободив место детям. Высаживать “зайцев” и проверять билеты никто и не пытается. Иногда вспыхивают скандалы, плачут дети, кричат матери...

Еще один пренеприятнейший слух: дети и родственники правительственного и партийного руководства уже вывезены в крымские пионерлагеря и базы отдыха еще несколько дней назад. Находились очевидцы, видевшие, как черные лимузины одни за другим подъезжали прямо к трапам самолетов в Борисполе еще в конце апреля. Как ни гнусно, но этот слух оказался правдой, хотя мне хочется верить, что все же далеко не все наши номенклатурные работники воспользовались привилегиями своего служебного положения в эти страшные дни.

Большая неразбериха творится в школах: в одних прервали занятия и разрешили родителям увозить детей при наличии заявления с указанием будущего местонахождения ребенка, в других делаются попытки вести занятия как ни в чем не бывало.

Отвратительно работает телефонная связь. Дозвониться никуда невозможно, особенно по “междугородке”. Толпы людей осаждают сберкассы. Через два часа после открытия в некоторых из них кончается запас денег, в других выдают только по 100 рублей, но во второй половине дня почти все сберкассы прекращают выдачу денег из-за их отсутствия.

Дороги из Киева, особенно в южном направлении, заполнены легковыми автомобилями, до предела набитыми людьми с детьми на руках...»

Из этих примеров ясно: паника была. Настоящая, классическая, первый признак которой – стремление спастись бегством. В своей документальной повести «Чернобыль» Ю. Щербак

пишет: «Да, паники в Киеве не было». Он, конечно же, неправ. И далее у него: «Но существовала огромная тревога за здоровье и детей, и взрослых...». То есть автор сам себе противоречит: «паники не было», «но существовала огромная тревога». Очевидно, Ю. Щербак имел в виду следующее: не было повального бегства, что, безусловно, верно. Это и сейчас остается не до конца понятным и выясненным. В самом деле, почему в сложившихся условиях паника не достигла катастрофических масштабов?

Здесь можно предположить две основные причины. Первая – отсутствие видимой опасности, воплощенной в каких-либо визуальных формах (пожар, разрушения, взрывы и т. д.), поскольку основная опасность – радиация – фиксировалась мало и не представлялась угрожающей по своему немедленному воздействию (речь идет главным образом о Киеве).

Вторая причина была связана с действиями властей. Имеется в виду официальная установка на сохранение спокойствия, поддержание порядка на предприятиях, в учреждениях, успокаивающие выступления (правда, и они запаздывали). То, что для одних было источником повышенного беспокойства, для других служило средством успокоения. В тот период, в 1986 г., уровень доверия к правительству (к центральному, республиканскому, городским властям) еще не был столь низок, как впоследствии. Успокоительно действовало и то, что в Чернобыле проводились огромные работы по дезактивации, что не последовало предрекаемых кое-кем взрывов.

Можно сказать, что «обычная» паника прошла очагами, охватив не более 10 % людей. Однако уже с первых дней, а в последующем все в большей степени начала развиваться своеобразная **скрытая радиационная паника**, имеющая тенденцию к **непрерывному** (очень длительному) проявлению. Феномен этой паники заслуживает особого внимания, поскольку речь идет именно о панике, порождаемой как воздействием самой радиации, так и страхом последствий воздействия малых и повышенных доз радиации на живой организм. В таких масштабах, как известно, ничего подобного еще никогда в истории человечества не было.

И в этом наш печальный приоритет бесспорен – на огромной территории образовался полигон для испытания еще и психологического воздействия мирного ядерного «оружия».

Осуществленный нами анализ дает основания полагать, что проявление скрытой чернобыльской радиационной паники связано со следующими основными причинами: 1) страх перед полной неопределенностью и непредсказуемостью общего воздействия радиации на человека; 2) страх перед возможными последующими разрушениями в зоне АЭС; 3) страх перед зараженностью воздуха, воды, продуктов питания, земли, жилища, зданий и пр.; 4) отсутствие постоянной правдивой информации об истинном положении; 5) отсутствие для подавляющего большинства людей медицинского контроля, консультаций; 6) постоянные слухи о гибели людей, облучении, заболеваниях, переполненности больниц зараженными и др. (диапазон слухов огромен и включает самые нелепые и фантастические); 7) отсутствие перспектив на переселение в чистые зоны, смену квартиры, работы и пр.; 8) постоянный страх за себя, своих родных и близких, а также перед болезнями (особенно онкологическими); 9) неадекватная запросам людей работа средств массовой информации (с конца апреля 1986 г. до 1990 г. эти средства, как правило, были более чем скупы на сообщения, носившие часто искусственно приукрашенный характер); 10) нарушение режима питания, сна, отдыха, работы в связи со всем вышеназванным и усугубление психического состояния вследствие биофизического ослабления организма.

Специфическую сущность скрытой паники составляет именно неясный, труднообъяснимый страх перед радиацией.

Представляются интересными некоторые рассуждения его носителей. Вот два фрагмента из бесед:

1. – Что вас больше всего беспокоило в первые и последующие дни после аварии на АЭС?

– Само собой – радиация.

– А в чем вы видели ее опасность?

– В том-то и дело, что эту опасность нельзя увидеть! Все вокруг беспрерывно говорят: радиация, радиация, радиация. А что это такое – никто же толком не может объяснить. Вот это кошмарно – враг-невидимка...

2. – Не впадали ли вы в панику, когда узнали об опасностях воздействия радиации?

– До паники не доходило... Но было ужасное все время напряжение. Ведь полная неопределенность – какие дозы мы получили и получаем, что будет со станцией, с городом, со всеми нами, куда девать детей, особенно самых маленьких. До этого был лозунг: все лучшее – детям. Но тут как-то быстро про него забыли некоторые. И все время слухи, слухи очень тяжелые, пугающие...

– И как долго продолжалось такое состояние напряжения?

– Да все время! Как нашла эта чернобыльская черная туча, так и зависла над головами, и никуда ее не отгоняет ветер. Фактически и сейчас напряжение не прошло, просто немного к нему привыкли (беседа состоялась в ноябре 1990 г. – В.М.). А рентгены, рады, нуклиды, эти прямо-таки на каждом шагу преследуют, по ночам некоторым снятся. У нас на работе одна сотрудница как-то сказала, что ночью во сне опять рентгены видела.

– Как же она их описывала?

– В том-то и дело, что никак. Говорит, чувствую, что рядом со мной кто-то есть, за спиной стоит, за мной ходит, а оглянусь – никого и ничего... До Чернобыля, говорит, таких сновидений не было.

– А вы сами как-то чувствуете воздействие радиации?

– Больше думаю об этом. А как она воздействует? – и думать боишься! Кому хочется думать о возможности заболеть раком?! Это, наверное, самая страшная болезнь. И без Чернобыля ее боялись, а теперь так просто жуть берет!

Чтобы проследить за динамикой такого рода скрытой паники, мы просили наших собеседников нарисовать произвольную кривую появления страха в 1986 г. и в 1986–1991 гг., установив при этом пятибалльную шкалу проявляющихся опасений, а именно: 5 – самые сильные, вплоть до желания сбежать, 4 – очень сильные, 3 – сильные, 2 – умеренные, 1 – практически малобеспокоящие.

При всей условности и приблизительности подобного рода изображений динамики протекания страха они тем не менее дают наглядное представление о реакциях киевлян на

ЧАК и ее последствия. Разумеется, 1986 г. был самым сложным, что было обусловлено и самим фактом аварии, и длительной неопределенностью, которую испытывали люди в отношении ликвидации самых сильных воздействий радиации, построения защитного ангара («саркофага»), и необходимостью решать вопросы, связанные с местопребыванием детей, с питанием и др.

Если рассмотреть динамику по годам, то здесь 1986 г. дает самый высокий пик, затем примерно три года напряжение заметно спадает, хотя и не опускается ниже «сильного», а в 1990–1991 г. вновь заметны увеличение напряжения, рост страха перед последствиями ЧАК.

Таких графиков мы получили несколько десятков, и тенденции отражения субъективной обеспокоенности на них проявляются в подавляющем большинстве случаев однотипно и по 1986 г., и по последующим годам. Важно отметить, что подобные графики отражают и другие события, например сентябрьское землетрясение, которое было весьма заметным в Киеве.

Существенное возрастание беспокойства в 1990 г. и в первой половине 1991 г. можно объяснить поступлением новых сведений о степени зараженности территорий, о рассекречивании некоторых данных, связанных с ростом заболеваний в пострадавших районах, в том числе, конечно, и в Киеве. Возьму на себя смелость утверждать, что наступает (а может быть, и наступил) новый пик скрытой паники. Расспросы убеждают в том, что она обусловлена и названными причинами, и общим снижением психического (и не только психического) тонуса жизни, резким ухудшением повседневного благосостояния (ростом цен, нехваткой продуктов, очередями и т. д.). Во многих ответах опрашиваемых сквозят неприкрытые нотки отчаяния, апатии, озлобления. Люди дают отрицательную оценку положения в стране. Анализ таких «смешанных» состояний выходит за рамки данной статьи.

Итак, что же собой являет скрытая постчернобыльская паника? Прежде всего заметим, что речь идет о скрытой панике, образной моделью которой может служить айсберг. Это, конечно же, не тот случай, когда явных признаков паники нет или почти нет, имеются конкретные ее проявления, а именно: 1) беспокойство, проявляющееся в стремлении уехать из города, который сильно загрязнен радиацией, и доставать «чистую» пищу, укрываться от пыли, пить минеральную привозную воду и т. п.; 2) повышенное внимание к теме радиации в разговорах, в средствах массовой информации, подозрительность относительно достоверности сведений об истинном положении дел с радиацией; 3) повышенная мнительность о своем самочувствии и самочувствии родных, близких, особенно детей, во многих случаях явное завышение любых негативных признаков плохого самочувствия, резкое возрастание «онкофобии»; 4) повышенная отвлекаемость от работы, других форм деятельности, снижение работоспособности, продуктивности, творческой активности, повышенная суетливость или же, наоборот, заторможенность; 5) повышенная раздражительность, агрессивность, конфликтность (при этом трудно отдифференцировать их от «пусковых» причин: то ли это следствие физического воздействия на организм, то ли влияние указанных выше психических стрессов, к которым добавились в последние годы и «нечернобыльские»); 6) стремление отвлечься от беспокоящих мыслей, чувств при помощи алкоголя, загулов, секса, успокоительных и близких к наркотическим лекарств и т. п.; 7) заметное снижение у многих людей стремления к аккуратности, чистоплотности и порядку, утрата интереса ко многим «радостям жизни».



Одновременно со всем этим многие, в том числе и автор статьи, отмечают активизацию религиозного сознания в самых различных его формах. По утверждению примерно трети опрошенных, в первую очередь это связано с Чернобыльской катастрофой.

Индивидуальное выражение указанных признаков варьируется в очень широком диапазоне, а проявление паники колеблется от случаев истерического поведения до мрачноподавленного, апатичного, отрешенного; имеются случаи игнорирования, иногда показного, опасностей радиации.

Динамика переходов скрытых форм паники в некоторые разновидности «открытых» практически не поддается логическому прогнозу. Катализаторами возникновения панических состояний, как можно было выяснить, могут быть в первую очередь конкретная информация, слух, в том числе и малоправдоподобный или значимый (эта значимость всегда преломляется через субъективные диспозиции, установки, оценки и пр.).

Приведем два примера, свидетельствующие об очередных вспышках слухов в Киеве в январе и июне 1991 г. В первом случае речь шла о прорыве загрязненных вод в бассейн Киевского моря и резком возрастании содержания в ней нуклидов. Тогда буквально в течение одной ночи люди бросились запасаться «чистой» водой, по-видимому, полностью выбрав резервы, так как в три-четыре часа ночи ее в кранах уже не было. Вторая волна была связана с тем, что обильные дожди смывают зараженную почву и в питьевую воду попадают нуклиды. Из магазинов снова, не в первый раз, исчезает минеральная вода, за которой жители города ездят к артезианским скважинам, открытым в последние годы.

Эти примеры также являются убедительным доказательством существования скрытой паники, постоянно подпитываемой достоверными и недостоверными слухами, статистикой (например, о росте заболеваний и смертности в Киеве) и многим другим.

Необходимо отметить, что наличие опыта переживания длительной тревоги и пребывания в состоянии скрытой паники, по-видимому, позволяет выработать определенный иммунитет к вновь поступающим воздействиям негативного характера. Это должно быть учтено при разработке мероприятий по нейтрализации психологических последствий ЧАК.