

# ПРЕДПОСЫЛКИ СОЗДАНИЯ И ТРЕБОВАНИЯ К РАЗРАБОТКЕ ТЕОРИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ



**МЕЩЕРЯКОВ  
Алексей Викторович**  
Российский государственный  
университет физической культуры,  
спорта, молодёжи и туризма  
(ГЦОЛИФК), Москва  
Заведующий лабораторией  
физкультурно-оздоровительных  
технологий научно-  
исследовательского института  
спорта, кандидат биологических  
наук, доцент,  
e-mail: aleksei236@rambler.ru,  
тел. 8-499-161-53-75

## MESCHERYAKOV Alexey

Russian State University of Physical Education, Sport, Youth and  
Tourism (SCOLIPE), Moscow  
Head of the laboratory of sports and improving technologies  
of scientific research institute of sport, Candidate of Biology,  
associate professor, e-mail: aleksei236@rambler.ru, tel. 8-499-  
161-53-75

*Ключевые слова:* теория, методологическое обоснование, стресс, реакция, экстремум, экстремальная ситуация, деятельность.

**Аннотация.** Возникновение экстремальных ситуаций возможно в любой деятельности. Однако до сих пор не существует теории, рассматривающей и объясняющей с единых методологических позиций весь массив экстремальных явлений, изменений в организме человека под их воздействием и его деятельности при этом. В статье приводятся теоретическое, методологическое обоснование необходимости разработки общей теории деятельности человека в экстремальных ситуациях. Выдвигаются требования, учитывая которые будет возможно разработать подобную, необходимую для эффективной работоспособности, теорию.

## PREREQUISITES OF CREATION AND THE REQUIREMENT TO DEVELOPMENT OF THE THEORY OF ACTIVITY OF THE PERSON IN EXTREME SITUATIONS

*Keywords:* theory, methodological justification, stress, reaction, extremum, extreme situation, activity.

**Abstract.** Emergence of extreme situations is possible in any activity. However still there is no theory considering and explaining from uniform methodological positions all massif of the extreme phenomena, changes in a human body under their influence and its activity at the same time. Are given theoretical, methodological justification of need of development of the general theory of activity of the person for extreme situations in article. Are made demands, considering which it will be possible to develop similar, necessary for effective working capacity, the theory.

**Актуальность.** Условия спортивной и профессиональной деятельности зачастую предъявляют значительные требования к высокой надежности функционирования организма, уровню работоспособности, темпу восприятия и переработки информации, возможности адаптации к значительному нервно-эмоциональному напряжению. Наиболее остро эти требования проявляются в соревновательных условиях и в «опасных» профессиях.

Обобщение практического опыта подготовки специалистов в вузах и литературных данных показало, что в настоящее время метатеоретического и методического обоснования формирования механизмов устойчивости человека к воздействиям всевозможных факторов экстремальных ситуаций, обеспечивающих эффективную деятельность, не существует. Имеются лишь отдельные данные о формировании устойчивости к специфическим стрессогенным ситуациям, но

не обеспечивающие (по статистическим данным) сохранения работоспособности в сложных условиях деятельности.

Вариабельность динамики нагрузок в соревновательной практике и работе специалистов «опасных» профессий, недостаточная надёжность их двигательного компонента деятельности обуславливают необходимость разработки методологически обоснованной теории деятельности в экстремальных ситуациях. Решение этой проблемы не представляется возможным без принципиально нового подхода к пониманию экстремальной деятельности. Так, в работах ученых отмечается «недостаточная разработанность теоретических и научно-методических основ по обеспечению психологической и иной безопасности экстремальной деятельности» [2], отсутствие «классификации экстремальных видов спортивной деятельности по степени экстремальности» [1, 2, 3, 4].

Целью настоящей работы является теоретическое, методологическое обоснование необходимости разработки теории деятельности человека в экстремальных ситуациях.

В нашей стране и за рубежом как научные направления существуют психология экстремальной деятельности и физиология экстремальных состояний.

Психология экстремальной деятельности является одним из направлений профессиональной психологии, имеет прикладной характер и ее основной целью является повышение безопасности и эффективности личности в сложных условиях существования. Особое внимание уделяется освоению методов диагностики кризисных состояний, их идентификации с конкретными воздействиями вызывающих их стрессоров; конструктивных методов формирования готовности к преодолению критических ситуаций, методов саморегуляции, а также знакомства со способами психологической реабилитации.

Физиология экстремальных состояний ставит своей целью формирование современных представлений о механизмах адаптационных процессов, принципах их регуляции и обеспечении состояния организма, характеризующихся максимальным напряжением или истощением приспособительных механизмов. Бесспорно, что изучение особенностей адаптации человека к специфическим факторам внешней среды является чрезвычайно важным направлением в адаптационной физиологии труда в связи с необходимостью выявления механизмов и путей

формирования, определения критериев оценки и поиска оптимальных методов повышения резервных возможностей организма.

К настоящему времени различными организациями и отдельными учеными проведен большой объем исследований, посвященный анализу возникновения экстремальных условий и разработке методов подготовки к деятельности в таких условиях [1, 3, 4, 6]. Ряд государственных специализированных институтов направлен на обеспечение экстремальной деятельности (министерство обороны, министерство по чрезвычайным ситуациям, подразделения экстремальной медицины, различные спецслужбы). В РГУФСМиТ издается научно-методический журнал «Экстремальная деятельность человека», в котором рассматриваются механизмы развития экстремальных состояний, активно обсуждается значение степени напряжения функций организма в механизмах адаптации к экстремальным факторам среды. Научной общественности и специалистам физической культуры и спорта представлена концепция неспецифических системных механизмов развития экстремальных состояний. Однако до сих пор не существует теории, рассматривающей и объясняющей с единых методологических позиций весь массив экстремальных явлений, изменений в организме человека под их воздействием и его деятельности при этом.

На наш взгляд имеются две предпосылки, затрудняющие решение проблемы изучения деятельности человека в экстремальных ситуациях и подготовку к подобной деятельности. Первая из них заключается в анализе деятельности личности «по элементам». Этот подход в корне неверен, поскольку деятельность, поведение личности не собирается механически из набора различных параметров, черт личности, факторов или блоков: типологии, мотивации, характера, прошлого опыта и т. п. Вторая предпосылка заключается в том, что большинство представителей традиционной психологии личности в экстремальных условиях, психические качества, как правило, разбивают на несколько классов: темперамент, характер, способности; мотивационно-потребностная, познавательная, волевая сферы. Большинство исследователей при анализе качеств личности не изучается поведение личности, его конкретная деятельность.

Психические качества человека проявляются в действии, анализируя которое можно определить функциональное значение и вклад любого из проявлений личности, в том числе

и двигательные элементы: операции, действия, собственно деятельность. К деятельности в экстремальных условиях, а также в экстремальных ситуациях, нужно подходить с точки зрения комплексности, взаимосвязанности всех организменных, внешних технологических и социальных процессов.

Для формулирования теории деятельности в экстремальных ситуациях важно, не претендуя на достаточность, обозначить некоторые необходимые метатеоретические требования:

- 1) определить сущность, причину и пространство возникновения экстремума;
- 2) определить спорт как феномен культуры и сферу существования экстремума;
- 3) определить спорт как теоретическую модель предмета теории деятельности в экстремальных ситуациях;
- 4) определить идентичность форм и функций спорта применительно к теории деятельности в экстремальных ситуациях;
- 5) определить идентичность принципов спорта и деятельности в экстремальных ситуациях в связи с его функциями и формами;
- 6) обозначить тезаурус теории деятельности в экстремальных ситуациях, правила конкретизации теоретических положений теории и их реализации в разновидностях спортивной практики и профессиональной деятельности;
- 7) определить методологию теории деятельности в экстремальных ситуациях:
  - как основу операций построения теории;
  - как совокупность теоретических знаний построения теории деятельности в экстремальных ситуациях;
  - как основу формирования практического применения теории деятельности в экстремальных ситуациях.

Среди отмеченных метатеоретических требований к построению теории деятельности человека в экстремальных ситуациях важно выделить принципы для теории. Принцип становится элементом интегральной системы, поскольку он является характеристикой деятельности, выступающей как система видов деятельности или как подсистема такой системы. В первом случае он выступает в качестве регулятора принципов составляющих видов деятельности, а во втором – подчиняется регулирующим влияниям принципов обобщающей деятельности и не должен противоречить принципам других одноуровневых видов деятельности.

Успешность деятельности в любых условиях зависит, прежде всего, от согласованности ее мотивов и принципов. Принимая во внимание необходимую стабильность мотива эффективной деятельности, следует признать и стабильность согласованных с мотивом принципов. Следовательно – принципы, наряду с мотивами (по А.Н. Леонтьеву, 1972), являются не только регулятором, но и критериальным признаком деятельности. Уточнение метатеоретического аспекта понятия «принцип», формулирование системы принципов – насущная задача теории физической культуры и спорта применительно к экстремальной деятельности, а внедрение принципов в практику подготовки специалиста в условиях учебного заведения – главнейшая задача педагогики.

В своей регулятивной функции принцип обладает отличительными признаками:

- 1) принцип специфичен по отношению к предмету применения (например, к деятельности): каждая деятельность выстраивается в соответствии со своими, принятыми для нее, принципами;
- 2) принцип категоричен в своей сфере: принцип не допускает исключений: допущенное исключение извращает предмет применения (деятельность) вплоть до противоположности;
- 3) принцип субъективен, поскольку является одной из форм нравственного сознания личности.

В деятельности принципы взаимодействуют синергически, усиливая как собственную эффективность, так и эффективность деятельности в целом. В случае столкновения различных видов деятельности в «открытом для всех» пространстве, принципы могут взаимодействовать антагонистически.

Учитывая системность сомножества принципов, нетрудно заметить, что общая направленность принципов, а, следовательно – системы регулируемой ими деятельности (спорта и физического воспитания) – направлена на подготовку субъекта к постоянному самосовершенствованию.

Рассматривая функции теорий, имевших прикладное значение для создания теории деятельности в экстремальных ситуациях, стоит отметить значимые с нашей точки зрения, утверждения:

- теория составляет набор обоснованных предположений и выполняет основные функции: объясняет и предопределяет подготовку и поведение в экстремальных ситуациях;

– теория дает возможность прогнозировать появление новых взаимосвязей, не изучавшихся ранее в рассматриваемом аспекте.

Нами сформулированы основные отличительные характеристики теории деятельности в экстремальных ситуациях.

1. Теория деятельности в экстремальных ситуациях выполняет две основные функции: а) обеспечение понятийной основы, дающей возможность объяснить наблюдаемые взаимосвязанные события и деятельность человека, оказавшегося в экстремальной ситуации; б) обоснование связей между научными открытиями, до сих пор не принимавшихся во внимание.

2. Теория деятельности в экстремальных ситуациях представляет собой новый метатеоретический подход продвинутого в понимании поведения человека с точки зрения физиологии, психологии и педагогики.

3. Теория деятельности в экстремальных ситуациях рассматривается как гипотетическая структура, как процесс развития, а также как сущность, объясняющая эффективные формы подготовки и последующего поведения в экстремальных ситуациях, как общая идея выживания в любых внезапно или предсказуемо возникающих ситуациях, не зависимо от их генеза.

4. Теория деятельности в экстремальных ситуациях ориентируется на шесть аспектов формирования поведения человека: структуру, мотивацию, поступательное развитие функций организма, физическое и психическое здоровье, коррекцию деятельности посредством педагогического воздействия.

Теория деятельности в экстремальных ситуациях должна включать множество теорий, каждая из которых сосредоточена на отдельных направлениях, рассматриваемых нами. Эти направления составляют концептуальную область теории: они раскрывают содержание предложенной теории и вектор ее приложения.

Компонентами теории деятельности человека в экстремальных ситуациях являются:

- структура личности;
- развитие личности;
- мотивация.

Основным признаком любой теории, касающейся человеческой деятельности, являются структурные концепции, имеющие дело с относительно неизменными характеристиками, которые люди демонстрируют в различных обстоятельствах. Такие стабильные характеристики

выполняют роль основных блоков человеческой психики. Структура личности может быть описана с помощью концепции типа личности, которая рассматривается в виде совокупности множества различных черт, образующей самостоятельную категорию с четко очерченными границами. Черта рассматривается как склонность человека действовать определенным образом в разнообразных ситуациях.

Концепции развития сосредотачиваются на вопросе о том, как мотивационные аспекты личности меняются в процессе обучения, подготовки, а также с возрастом. Объяснение этих изменений является ключевым компонентом теории деятельности в экстремальных условиях. Личностное развитие происходит на протяжении всей жизни и обусловлено внешним воздействием и внутренним содержанием. К внешним детерминантам относятся: принадлежность личности определенной культуре, социально-экономическому классу, уникальной для каждого семейной среде, спортивному или трудовому коллективу. Внутренние детерминанты включают биологические, генетические и физиологические факторы.

Концепции мотивации – процессуальные аспекты функционирования личности, сосредотачиваются на изменяющихся особенностях поведения человека. Целостная теория деятельности в экстремальных условиях должна объяснять, почему индивидуумы поступают так, а не иначе.

Теория деятельности в экстремальных ситуациях обязана предложить критерии оценки действий личности, вышедшей из экстремальной ситуации без разрушения, надлома, деградации. В теории деятельности в экстремальных ситуациях рассматриваются качественные изменения возможностей человека с помощью педагогического воздействия. В частности, как помогать человеку уменьшать проявления недостаточно адаптивного поведения и достигать положительного эффекта в экстремальных ситуациях. Изучение и объяснение причин ненормального функционирования биологической и психической составляющей организма – является важным компонентом теории деятельности в экстремальных ситуациях. Теория должна содержать обоснованный анализ причин того, почему люди воспринимают сложившуюся ситуацию стрессовой, напряженной для себя, и не могут выработать эффективные пути решения проблем.

**Заключение.** При формировании теории, необходимо уяснить следующие моменты. Новая

теория должна исходить из понятной, плодотворной и объединяющей идеи относительно обозначенной проблемы или отношения, существующего между до сих пор не связанными данными, или фактами, или новыми «теоретическими сущностями». Теории должны описывать структурные свойства мира, т.е. с мыслью, которую трудно развить, не впадая в регресс. При этом важную составную часть идеи при создании теории можно анализировать логически. Это идея проверяемости, что означает следующее: независимо от объяснения всех фактов, которые обязана объяснить предлагаемая теория, она должна иметь новые и проверяемые следствия, должна вести к предвосхищению явлений и результатов, которые до сих пор не наблюдались. Данное требование является необходимым для того, чтобы ограничить выбор возможных решений стоящей перед нами проблемы эффективной деятельности в любых ситуациях и выживания в сложившихся ситуациях. Если обозначенные требования будут выполнены, то новая теория будет представлять потенциальный шаг науки вперед. Это обеспечивается тем, что она объясняет все факты, не объясняемые известными до сих пор теориями, и ведёт к новым исследованиям, достаточным, чтобы подкрепить её. Создаются условия обеспечения того, чтобы новая теория стала более плодотворной в качестве инструмента исследования. Принятая теория приводит к новым экспериментам, в результате новое знание должно возрастать благодаря появлению новых данных, ставящих перед учеными очередные проблемы, которые должны быть решены новыми теориями.

#### Литература

1. Блеер, А.Н. Основы психофизиологии экстремальной деятельности / А.Н. Блеер. – М.: Анита Пресс, 2006. – 260 с.
2. Байковский, Ю.В. Факторы, определяющие экстремальность спортивной деятельности / Ю.В. Байковский // Экстремальная деятельность человека. – 2016. – №2 (39). – С. 55-60.

3. Байковский, Ю.В. Системный подход в создании педагогической концепции обеспечения безопасности деятельности человека в экстремальных условиях природной среды / Ю.В. Байковский, А. Н. Блеер // Теория и практика прикладных и экстремальных видов спорта. – 2013. – №4. – С. 67-71.

4. Мещеряков, А.В. Разработка методологии формирования механизмов реализации двигательных действий человека в экстремальных ситуациях / А.В. Мещеряков // Motor Control 2016 : материалы VI Российской с международным участием конференции по управлению движением (Казань, 14–16 апреля 2016 г.) / под общ. ред. Т.В. Балтиной, С.Г. Розенталь, А.В. Яковлева, Г.Г. Яфаровой. – Казань : Изд-во Казан. ун-та, 2016. – С. 62.

5. Мещеряков, А.В. Перекрестные эффекты адаптации к стрессорным ситуациям / А.В. Мещеряков, С.П. Левушкин, А.С. Самойлов «Спортивный психолог», 2014. – № 4 (35). – С. 74-76.

6. Смирнов, Б.А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях : хрестоматия / Б.А. Смирнов, Е.В. Долгополова. – Харьков : Гуманитарный Центр, 2007. – 276 с.

#### Literature

1. Bleer, A.N. Bases of psychophysiology of extreme activity / A.N. Bleer. – M.: Anita Press, 2006. – 260 p.
2. Baykovsky, Y.V. Factors determining the extreme nature of sports activity / Y.V. Baikovsky // Extreme human activity. – 2016. – №2(39). – P. 55-60.
3. Baykovsky, Y.V. The system approach in creation of the pedagogical concept of maintenance of safety of activity of the person in extreme conditions of an environment / Y.V. Baykovsky, A. N. Bleer // Theory and Practice of Applied and Extreme Sports. – 2013. – №4. – P. 67-71.
4. Meshcheryakov, A.V. Development of methodology for the formation of mechanisms for the implementation of human motor actions in extreme situations / A.V. Meshcheryakov // Motor Control 2016: VI Russian materials with international participation of a conference on traffic management (Kazan, April 14-16, 2016) / under the general. Ed. T.V. Baltina, S.G. Rosenthal, A.V. Yakovleva, G.G. Yafarova. - Kazan: Publishing house of Kazan. Univ., 2016. – P. 62.
5. Meshcheryakov, A.V. Cross-Effects of Adaptation to Stressful Situations. Meshcheryakov, S.P. Levushkin, A.S. Samoylov «Sports Psychologist», 2014. – №4(35). – P. 74-76.
6. Smirnov, B.A. Psychology of activities in extreme situations: Reader / B.A. Smirnov, E.V. Dolgoplova. – Kharkov: The Humanitarian Center, 2007. – 276 p.

