

Людмила Миколаївна КОМАРНІЦЬКА,

кандидат філологічних наук,
доцент кафедри психології, реабілітації та адаптації,
Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти
«Кам'янець-Подільський державний інститут»
E-mail: kob-1974@ukr.net
ORCID: 0000-0002-6742-8314

Ірина Михайлівна ЗАВАДСЬКА,

кандидат історичних наук, доцент,
доцент кафедри інклюзивної освіти, реабілітації та гуманітарних наук,
Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти
«Кам'янець-Подільський державний інститут»
E-mail: irynazavadaska80@gmail.com
ORCID: 0000-0002-7680-9514

ФЕНОМЕН ПАНІКИ ТА ГРУПОВА ПОВЕДІНКА В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

Анотація. Вступ. У сучасних умовах зростання кількості надзвичайних ситуацій, соціальних потрясінь та інформаційних загроз феномен паніки набуває особливої актуальності. Паніка розглядається як складний соціально-психологічний процес, що виникає під впливом стресогенних чинників і характеризується швидким поширенням ірраціональних емоційних реакцій у групі. Вивчення механізмів панічних настроїв та особливостей групової поведінки в кризових ситуаціях є важливим для формування ефективних стратегій подолання колективної тривоги та організації чіткої комунікації на рівні спільнот і служб реагування. Аналіз соціально-психологічних закономірностей паніки дозволяє зрозуміти, як індивідуальні переживання перетворюються на масові поведінкові моделі, що впливають на суспільну стабільність та безпеку.

Мета полягає у всебічному дослідженні феномену паніки та групової поведінки в кризових ситуаціях через виявлення ключових соціально-психологічних чинників, механізмів поширення панічних реакцій та особливостей колективної взаємодії, що визначають динаміку поведінки групи під впливом загрози.

Новизна роботи полягає у комплексному підході до аналізу паніки як інтегрованого феномену, що поєднує емоційні, когнітивні та поведінкові компоненти. У дослідженні уточнено роль соціальних комунікацій, лідерства та групових норм у формуванні та пригніченні панічних станів, а також підкреслено значення інформаційного середовища як каталізатора або стабілізатора колективних реакцій. Розкрито специфіку механізмів зараження емоціями, групової конформності та розсіювання відповідальності, які визначають характер поведінки великих груп у стресових умовах.

Висновки. Проведений соціально-психологічний аналіз засвідчує, що паніка є результатом сукупної дії емоційних імпульсів, когнітивних викривлень та групових динамік, які посилюються в умовах невизначеності та дефіциту достовірної інформації. Розуміння закономірностей панічних процесів дозволяє розробити ефективні моделі кризової комунікації, підвищити психологічну готовність населення та оптимізувати дії служб реагування. Системний підхід до вивчення групової поведінки у критичних ситуаціях сприяє формуванню стратегій, спрямованих на зменшення соціальної напруги, попередження деструктивних реакцій та забезпечення колективної безпеки.

Ключові слова: паніка, групова поведінка, кризові ситуації, соціально-психологічні механізми, емоційне зараження, колективна тривога, соціальна взаємодія, кризова комунікація.

Liudmyla Mykolaivna KOMARNITSKA,

Candidate of Philological Sciences,
Associate Professor at the Department of Psychology, Rehabilitation and Adaptation,
Educational and Rehabilitation Institution of Higher Education
«Kamianets-Podilskyi State Institute»
E-mail: kob-1974@ukr.net
ORCID: 0000-0002-6742-8314

Iryna Mykhailivna ZAVADSKA,

Candidate of Historical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Inclusive Education, Rehabilitation and Humanities,
Educational and Rehabilitation Institution of Higher Education
«Kamianets-Podilskyi State Institute»
E-mail: irynazavadska80@gmail.com
ORCID: 0000-0002-7680-9514

THE PHENOMENON OF PANIC AND GROUP BEHAVIOR IN CRISIS SITUATIONS: A SOCIO-PSYCHOLOGICAL ANALYSIS

Abstract. Introduction. *In the modern context of increasing emergencies, social upheavals and information-related threats, the phenomenon of panic has become particularly significant. Panic is understood as a complex socio-psychological process that arises under the influence of stressogenic factors and is characterized by the rapid spread of irrational emotional reactions within a group. Studying the mechanisms of panic reactions and the specific features of group behavior in crisis situations is essential for developing effective strategies to overcome collective anxiety and to establish clear communication at the level of communities and emergency response services. Analyzing the socio-psychological patterns of panic makes it possible to understand how individual experiences transform into mass behavioral models that affect social stability and safety.*

Purpose. *The purpose is to comprehensively examine the phenomenon of panic and group behavior in crisis situations by identifying key socio-psychological factors, mechanisms of the spread of panic reactions, and features of collective interaction that determine the dynamics of group behavior under threat.*

Scientific novelty. *The novelty of the work lies in a holistic approach to analyzing panic as an integrated phenomenon combining emotional, cognitive and behavioral components. The study clarifies the role of social communication, leadership and group norms in the formation and suppression of panic states, and emphasizes the importance of the information environment as a catalyst or stabilizer of collective reactions. It reveals the specific mechanisms of emotional contagion, group conformity and diffusion of responsibility that shape the behavior of large groups under stressful conditions.*

Conclusions. *The socio-psychological analysis conducted demonstrates that panic results from the combined influence of emotional impulses, cognitive distortions and group dynamics, all of which intensify under conditions of uncertainty and lack of reliable information. Understanding the regularities of panic processes allows for the development of effective crisis communication models, enhancement of psychological preparedness among the population and optimization of emergency response actions. A systemic approach to studying group behavior in critical situations contributes to the formation of strategies aimed at reducing social tension, preventing destructive reactions and ensuring collective safety.*

Key words: *panic, group behavior, crisis situations, socio-psychological mechanisms, emotional contagion, collective anxiety, social interaction, crisis communication.*

Вступ. *Актуальність проблеми дослідження феномену паніки та групової поведінки в кризових ситуаціях зумовлена зростанням кількості соціальних, техногенних, воєнних та природних загроз, що створюють високий рівень невизначеності та стресу для населення. У сучасному суспільстві, де інформаційні потоки поширюються миттєво, а дезінформація може набувати масового характеру, панічні реакції формуються швидше та охоплюють значно ширші соціальні групи. Це підсилює вразливість спільнот до хаотичної поведінки, деструктивних колективних дій та погіршення соціальної стабільності.*

Аналіз останніх досліджень і публікацій. *Бенігно Еміліо Агірре, автор наукової роботи на тему «Panic Flight in the Social Sciences of Disasters», переглядає соціально-психологічні дослідження евакуацій і критикує усталені у інженерів / моделювальників уявлення про «іраціональну», «егоцентричну» поведінку у паніці. Автор підкреслює, що сучасні емпіричні дослідження все частіше демонструють: під час евакуацій люди діють як соціалізовані, раціональні індивіди, показують солідарність і готовність допомагати один одному, а не просто сліпо «наслідують масу» [2].*

«The manifestation and causes of public panic in the early stages of the pandemic» – недавнє дослідження, яке вивчало динаміку «публічної паніки» на початку пандемії COVID-19. Згідно з результатами опитувань, страх, невизначеність і відсутність достовірної інформації призвели до значного зростання рівня тривоги, масового бажання жорстких заходів та сплесків недовіри. Автори показали, наскільки швидко поширювалися панічні настрої, і як соціальні/інформаційні умови (інформаційна недостатність, чутки, непрозорість) слугували каталізаторами панічної поведінки [8].

У дослідженні Ван Хао «Analysis of Group Behavior and Regulation Strategies under Emergencies» представлені сучасні тенденції: автор аналізує еволюційні стадії групової поведінки в надзвичайних ситуаціях – від її зародження до згасання – та виділяє фактори, що впливають на цю динаміку (структура групи, канали комунікації, рівень загрози, інформаційний потік). Дослідження пропонує практично орієнтовані стратегії регулювання групової поведінки під час криз [7].

Крім того, класичні та узагальнювальні дослідження – як-от *Analysis of Crowd Behaviour Theories in Panic Situation* – аналізують моделі поведінки натовпу під час паніки, рішення у небезпеці та проблеми комунікації в екстремальних умовах. Ця робота показує, що натовп у паніці часто поводить себе не як однорідна маса, а як сукупність окремих індивідів, які орієнтуються на знайомих, друзів або лідерів.

Додатково, моделювання групової поведінки з урахуванням емоційного зараження – наприклад «*Crowd Behavior Simulation with Emotional Contagion in Unexpected Multi-hazard Situations*» – надає важливі підґрунтя для розуміння, як емоції страху й тривоги можуть поширюватися в натовпі, впливати на рішення, змінювати траєкторії евакуації та породжувати нестандартну поведінку [10].

Іноді – як у дослідженні «*Panic contagion and the evacuation dynamics*» – паніку навіть порівнюють із заразним «соціальним вірусом»: автори описують механізми «зараження» емоцією страху серед груп людей та їхню поведінку під час евакуації з урахуванням топологічних параметрів простору [9].

Таким чином, сучасні дослідження – як емпіричні (опитування, спостереження під час пандемії), так і теоретичні / модельні – все частіше заперечують традиційне бачення паніки як лише ірраціонального, хаотичного явища, натомість підкреслюють соціальну природу поведінки, роль комунікацій, лідерства, групової солідарності та інформаційного контексту.

Мета дослідження полягає у всебічному соціально-психологічному аналізі феномену паніки та специфіки групової поведінки в кризових ситуаціях шляхом виявлення ключових чинників, механізмів і закономірностей формування панічних реакцій, визначення ролі соціальних комунікацій та групової динаміки у поширенні або стримуванні панічних станів, а також обґрунтування теоретичних і прикладних підходів до оптимізації колективної поведінки в умовах підвищеного ризику та невизначеності.

Виклад основного матеріалу дослідження. У суспільствах Європи та, останнім часом, в українському контексті питання поведінки людей під час надзвичайних криз – техногенних, природних або соціальних – набуває дедалі більшої актуальності. Класичні уявлення про «масову паніку» як неминучий, майже «природний» наслідок катастроф або загроз усе частіше піддаються перегляду на основі сучасних соціально-психологічних досліджень. Так, у дослідженні *The psychology of crowd behaviour in emergency evacuations* на підставі численних інтерв'ю з пережившими екстрені евакуації показано, що ніяких масових актів хаосу чи ірраціонального «бігу» зазвичай не спостерігається; натомість переважають організованість, взаємодопомога, солідарність та спільна ідентичність серед людей, навіть якщо вони були незнайомцями до моменту кризи [1; 3].

Також у сучасних дослідженнях – наприклад, у роботі *Issues of Crowd Evacuation in Panic Conditions* – продемонстровано, що так звані «панічні евакуації» часто мають свої закономірності, які можна моделювати, передбачати й контролювати: залежно від щільності натовпу, швидкості руху, структури простору, наявності інформування та організованих каналів керування [6].

Водночас українські дослідники також звертають увагу на феномен «соціально-психологічної тривоги», дезорієнтації та навіть масового занепокоєння в умовах криз (економічних, безпекових, війни чи інших загроз). Наприклад, у праці, присвяченій аналізу «маси поведінки» під час карантинних та суспільних викликів, автори виокремлюють сукупність індивідуальних, соціаль-

них, ситуаційних та політико-ідеологічних чинників, які сприяють формуванню «колективної паніки» [1; 5].

Отже, сучасна наука демонструє, що у критичних обставинах поведінка груп далеко не завжди відповідає карикатурним уявленням про масову істерію; натомість вона часто організована, соціально зорієнтована і обумовлена соціальними зв'язками, інформаційним фоном і структурою групи.

У контексті України, що нині стикається зі значними викликами – війною, масштабною дезінформацією, постійною невизначеністю – це особливо важливо: саме в таких умовах необхідні глибоке розуміння і науково обґрунтовані підходи до аналізу групової поведінки, комунікації, колективної стійкості, можливостей для психологічної підтримки та соціального згуртування.

Ось одне з глибших і вмотивованих пропозиційних зауважень до теми «Феномен паніки та групова поведінка в кризових ситуаціях: соціально-психологічний аналіз», з урахуванням міжнародного та українського досвіду – з акцентом на те, на що варто звернути увагу в майбутньому дослідженні.

У сучасній психологічній науці все частіше відбувається перегляд класичних уявлень про те, що під час криз автоматично виникає «масова паніка» та хаотична, ірраціональна поведінка. За висновками оглядової праці Дж. Друрі «The Psychology of Crowd Behaviour», застосування підходу соціальної ідентичності дозволяє пояснити, як група людей у надзвичайних обставинах здатна діяти колективно, керуючись спільними нормами, солідарністю та підтримкою одне одного – навіть якщо індивіди раніше були незнайомі [4]. Таке переосмислення феномену групової поведінки під час криз відкриває нові перспективи для аналізу: замість клішованих моделей «страху → хаосу → руйнації» слід враховувати складні суспільні, психологічні та комунікативні механізми, які визначають поведінку мас.

Останні емпіричні дослідження, такі як робота «Analyzing Crowd Emotional Contagion in Metro», демонструють роль «емоційного зараження» (emotional contagion) у групах під час кризових ситуацій: зростання щільності натовпу, зростання тривожності окремих індивідів – все це здатне призвести до посилення панічних настроїв [9]. Однак ті самі дослідники підкреслюють, що вчасна та адекватна офіційна інтервенція (інформування, організація евакуації, підтримка) може зменшити інтенсивність панічних реакцій – що має важливе значення для кризового менеджменту та охорони громадянської безпеки [9].

Водночас із зарубіжними досягненнями, в українських працях також окреслено проблематику кризового стану особистості та колективів. Наприклад, у монографії «Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій» розглядаються умови адаптації, ресоціалізації та психологічної підтримки людей в умовах складних життєвих обставин, а також шляхи збереження психічного здоров'я. Це дає можливість врахувати культурні, соціальні та індивідуальні особливості українського контексту, що особливо актуально зараз, у час тривалої кризи, невизначеності й інформаційних викликів.

На тлі зазначеного, представляється перспективним зосередитися у власному дослідженні на інтеграції підходів: поєднати теоретичну базу соціальної психології натовпу, механізми емоційного зараження та групової солідарності з урахуванням соціокультурних особливостей України. Такий аналіз дозволить переосмислити ролі індивідуальних і групових чинників, структури комунікацій, інформаційної політики, а також механізмів психологічної підтримки в кризових ситуаціях.

Враховуючи, що сучасні дослідження піднімають питання не лише про поведінку під час криз, але й про вплив на психічне здоров'я, стабільність соціальних груп та можливості колективної резилієнтності, цілком доцільно зосередитися на тому, як можна підсилити колективну стійкість та протидіяти панічним процесам – через інформаційну прозорість, посилення групової ідентичності, соціальну підтримку, підготовку та навчання населення.

Таблиця відображає систематизовану модель ключових соціально-психологічних чинників, які визначають напрям розвитку групової поведінки в умовах кризи – від панічних реакцій до організованої, просоціальної та адаптивної поведінки. Вона структурує кожен чинник у трьох взаємопов'язаних площинах: прояв у ситуаціях паніки, прояв у конструктивній поведінці групи та потенційні інтервенції, здатні змінити поведінкову динаміку.

**Соціально-психологічні чинники паніки та конструктивної групової поведінки
в кризових ситуаціях**

Чинник	Прояв у напрямі паніки	Прояв у напрямі організованої / просоціальної поведінки	Можливі соціально-психологічні інтервенції
Рівень інформованості	Дефіцит достовірної інформації, чутки, суперечливі повідомлення; відчуття повної невизначеності	Чіткі, узгоджені, повторювані повідомлення від авторитетних джерел; зрозумілі інструкції	Налагодження системи кризової комунікації; тренінги для спікерів; стандарти повідомлень під час НС
Соціальна довіра	Низька довіра до влади, служб, медіа; очікування обману або приховування інформації	Висока довіра до офіційних структур, місцевої громади, волонтерських ініціатив	Прозорість рішень, залучення громади до обговорень, регулярна звітність і зворотний зв'язок
Групова ідентичність	Відчуженість, «кожен сам за себе», конкуренція за ресурси	Відчуття «ми» (сусіди, пасажири, громадяни), готовність допомагати, координація дій	Підсилення спільної ідентичності через комунікаційні кампанії, практики взаємодопомоги, роль лідерів думок
Емоційний фон	Переважання неконтрольованого страху, тривоги, паніки; емоційне «зараження» хаосом	Стримуваний страх, мобілізуюча тривога, взаємна підтримка, емоційне «зараження» спокоєм	Психологічна підтримка, присутність підготовлених модераторів/волонтерів, навчання технік саморегуляції
Досвід кризових ситуацій	Відсутність досвіду, неузгоджені спонтанні дії, порушення інструкцій	Наявність попереднього досвіду (навчання, тренування, реальні події), звичка діяти за алгоритмом	Регулярні навчальні евакуації, тренінги цивільного захисту, моделювання ситуацій
Тип лідерства	Відсутність видимого лідера або хаотичне «самопризначення» некваліфікованих осіб	Наявність визнаних лідерів (офіційних або неформальних), які задають конструктивні сценарії поведінки	Підготовка лідерів громад, навчання персоналу, впровадження протоколів поведінки
Інфраструктурні умови	Тіснота, закриті проходи, відсутність позначених виходів, небезпека фізичного тисняви	Чітка навігація, достатня кількість виходів, візуальні підказки, доступність інформації	Урбаністичне та архітектурне планування з урахуванням поведінки натовпу; навчальні візуальні матеріали
Культурний контекст	Індивідуалістичні установки, слабка культура взаємодопомоги, толерантність до «панічних» реакцій	Колективістські й солідарні цінності, норми взаємодопомоги, осуд небезпечної поведінки	Освітні програми з громадянської відповідальності, промоція історій взаємодопомоги (у т.ч. український досвід добротності під час війни)

Висновки та перспективи подальших досліджень. Проведений аналіз дозволяє стверджувати, що феномен паніки у кризових ситуаціях є складним багатофакторним соціально-психологічним явищем, у якому взаємодіють емоційні, когнітивні та групові процеси. Панічні реакції рідко виникають спонтанно – вони формуються під впливом дефіциту інформації, високої невизначеності, емоційного напруження та слабкості групових норм. У той же час дослідження демонструють, що поведінка спільнот у кризах не обмежується хаотичними чи деструктивними діями: важливе місце займають прояви солідарності, взаємодопомоги та спільної ідентичності, які можуть значно зменшувати ризики панічних станів. Усвідомлення ролі соціальних комунікацій, структури групи, рівня довіри та ефективності лідерства дає змогу прогнозувати напрями розвитку групової поведінки та формувати стратегії її регулювання. Системне врахування цих чинників сприяє підвищенню психологічної готовності населення, зміцненню колективної стійкості та мінімізації негативних наслідків кризових подій, що є важливим для забезпечення громадської безпеки й ефективного функціонування соціальних інститутів.

Література:

1. Домінанти становлення інклюзивного соціуму в Україні: колективна монографія / За загальною редакцією М. Тріпака, С. Петрухи, А. Тимківа. Кам'янець-Подільський : ЗУНУ, 2022. 457 с.
2. Aguirre B. E. Panic Flight in the Social Sciences of Disasters. *Encyclopedia*. 2025. Vol. 5, No. 4. P. 192. DOI: <https://doi.org/10.3390/encyclopedia5040192>
3. Cocking C., Drury J., Reicher S. D. The psychology of crowd behaviour in emergency evacuations: Results from two interview studies and implications for the Fire & Rescue Services. *Irish Journal of Psychology*. 2009. Special Edition: Psychology and the Fire & Rescue Services. URL: https://www.academia.edu/52291666/The_psychology_of_crowd_behaviour_in_emergency_evacuations_Results_from_two_interview_studies_and_implications_for_the_Fire_and_Rescue_Services
4. Drury J. The psychology of crowd behaviour: review article. Sussex : University of Sussex, 2025. 35 p. URL: <https://www.qeios.com/read/K26NKZ/pdf>
5. Osadchenko I. I., Perepeliuk T. D., Baldyniuk O. D., Masliuk R. V., Semenov A. A. The Essence and Causes of Mass Panic: An Analysis of Data on the Beginning of Quarantine in Ukraine. *International Journal of Criminology and Sociology*. 2021. Vol. 9. P. 3146–3156. DOI:10.6000/1929-4409.2020.09.381
6. Pecio M. Issues of Crowd Evacuation in Panic Conditions. *Urban Science*. 2025. Vol. 9, No. 7, Article 258. <https://doi.org/10.3390/urbansci9070258>
7. Wang H. Analysis of Group Behavior and Regulation Strategies under Emergencies. *International Journal of English Literature and Social Sciences*. 2025. Vol. 10, Issue 4. DOI: 10.22161/ijels.104.75
8. Wei C., Xu J., Xu Z. The manifestation and causes of public panic in the early stage of COVID-19 in China: a framework based on consciousness-attitude-behavior. *Frontiers in Public Health*. 2024. Vol. 12. Article 1324382. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1324382>
9. Wu W., Zhang Y. Analyzing Crowd Emotional Contagion in Metro Emergencies. *Applied Sciences*. 2025. Vol. 15, No. 3. Article 1244. URL: <https://www.mdpi.com/2076-3417/15/3/1244>
10. Xu M., Xie X., Lv P., Niu J., Wang H., Li C., Zhu R., Deng Z., Zhou B. Crowd Behavior Simulation with Emotional Contagion in Unexpected Multi-hazard Situations. *arXiv*. 2018. arXiv:1801.10000. <https://doi.org/10.48550/arXiv.1801.10000>

References:

1. Tripak, M., Petrukh, A., & Tymkiv, A. (Eds.). (2022). Dominanty stanovlennia inkliuzyvnoho sotsiumu v Ukraini: kolektyvna monohrafiia [Dominants of the formation of an inclusive society in Ukraine: a collective monograph]. Kamianets-Podilskyi: ZUNU [in Ukrainian].
2. Aguirre, B. E. (2025). Panic flight in the social sciences of disasters. *Encyclopedia*, 5(4), 192. DOI: <https://doi.org/10.3390/encyclopedia5040192> [in English].
3. Cocking, C., Drury, J., & Reicher, S. D. (2009). The psychology of crowd behaviour in emergency evacuations: Results from two interview studies and implications for the Fire & Rescue Services. *Irish Journal of Psychology, Special Edition: Psychology and the Fire & Rescue Services*. Retrieved from: https://www.academia.edu/52291666/The_psychology_of_crowd_behaviour_in_emergency_evacuations_Results_from_two_interview_studies_and_implications_for_the_Fire_and_Rescue_Services [in English].
4. Drury, J. (2025). The psychology of crowd behaviour: Review article. Sussex: University of Sussex. Retrieved from <https://www.qeios.com/read/K26NKZ/pdf> [in English].
5. Osadchenko, I. I., Perepeliuk, T. D., Baldyniuk, O. D., Masliuk, R. V., & Semenov, A. A. (2021). The essence and causes of mass panic: An analysis of data on the beginning of quarantine in Ukraine. *International Journal of Criminology and Sociology*, 9, 3146–3156. DOI:10.6000/1929-4409.2020.09.381 [in English].
6. Pecio, M. (2025). Issues of crowd evacuation in panic conditions. *Urban Science*, 9(7), Article 258. <https://doi.org/10.3390/urbansci9070258> [in English].
7. Wang, H. (2025). Analysis of group behavior and regulation strategies under emergencies. *International Journal of English Literature and Social Sciences*, 10(4). DOI: 10.22161/ijels.104.75 [in English].
8. Wei, C., Xu, J., & Xu, Z. (2024). The manifestation and causes of public panic in the early stage of COVID-19 in China: A framework based on consciousness-attitude-behavior. *Frontiers in Public Health*, 12, Article 1324382. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1324382> [in English].
9. Wu, W., & Zhang, Y. (2025). Analyzing crowd emotional contagion in metro emergencies. *Applied Sciences*, 15(3), Article 1244. Retrieved from: <https://www.mdpi.com/2076-3417/15/3/1244> [in English].
10. Xu, M., Xie, X., Lv, P., Niu, J., Wang, H., Li, C., Zhu, R., Deng, Z., & Zhou, B. (2018). Crowd behavior simulation with emotional contagion in unexpected multi-hazard situations. *arXiv*. arXiv:1801.10000. <https://doi.org/10.48550/arXiv.1801.10000> [in English].

Отримано: 01.12.2025

Рекомендовано: 26.12.2025

Опубліковано: 30.12.2025