
Основные причины роста популярности экстремального и приключенческого туризма

Лукина Е.А.,
ст. преподаватель ИТиГ
(филиал РГУТиС)

В статье проводится анализ основных подходов к изучению экстремального и приключенческого туризма с точки зрения философии, психологии, физиологии. Также дан краткий обзор необычных экстремальных туров.

Ключевые слова: экстремальный туризм, адреналин, риск, смерть, смысл жизни, самоактуализация.

Тот, кто ничем не рискует – не делает ничего, ничего не имеет и сам есть ничто. Он может избежать страданий и печали, но он не способен обучаться, чувствовать, изменяться, расти, любить – он не способен жить.

(Лео Ф. Бускалиа)

Abstract: The article analyses basic approaches to studying extreme and adventure tourism philosophically, psychologically and physiologically. The author also offers a short review of unusual extreme tours.

Key words: extreme tourism, adrenaline, risk, death, reason d'être, self-actualization

В последние годы экстремальный и приключенческий туризм привлекает все большее количество путешественников. Экстремальные виды спорта расширяют свой список: в 70-х гг. XX века к ним относилось 6-8 видов, а сегодня – несколько десятков, и этот перечень постоянно пополняется [7].

Поскольку экстремальный туризм очень многогранен, пока не существует единственного и однозначного определения этого явления. В целом, экстремальный туризм можно охарактеризовать как путешествия в труднодоступные, отдаленные места (горы, пещеры, джунгли, пустыни и др.) и занятие видами спорта, которые сопряжены с трудностями для человеческого организма и опасностью.

Если раньше экстремальные путешествия были востребованы лишь среди некоторых туристов, то сейчас находится все большее количество клиентов, желающих оказаться в экстремальных природных условиях, заниматься во время отдыха опасными для

жизни видами спорта, посещать места природных и техногенных катастроф, оказаться на месте заключенных в настоящей тюрьме и т.д. Можно сказать, что постепенно участие в экстремальных и приключенческих турах становится даже модным. В чем же причина роста этой популярности? Почему туристы по всему миру готовы тратить часто немалые деньги, смертельно рисковать своим здоровьем, а иногда и жизнью ради экстремальных путешествий? Почему экстремальные туры значительно больше востребованы у жителей больших городов и, особенно, в экономически развитых странах Западной Европы и Северной Америки?

Популярность экстремального спорта и экстремального туризма можно рассматривать с философской, психологической, физиологической и других сторон. Попробуем проанализировать хотя бы некоторые подходы к данному социальному явлению.

Одна из распространенных точек зрения заключается в том, что экстремальный туризм дает возможность современному городскому жителю, проводящему большую часть своей жизни в офисе с заранее распланированным на многие дни вперед однообразным графиком занятий, *избавиться от повседневной будничной рутины*. Часто люди страдают от того, что в их жизни не хватает новых ощущений, разнообразия жизненных событий. Как считает генеральный директор туристической фирмы «Астравел» Алексей Ярошевский, «приключение олицетворяет фантазии о встрече со всем новым и необычным, в это слово уже «заложен» выход за рамки рутины, которым могут стать и водный поход по речке где-нибудь в средней полосе России, и восхождение по тропе инков в Перу. В отличие от других видов туризма приключенческий несовместим с ролью зрителя, путешественник в буквальном смысле своими руками может ощущать хотя бы небольшую часть Земли» [1, с.24]. Таким образом, приключенческий и экстремальный туризм помогает добавить «острых» ощущений в повседневную, пресную жизнь горожанина.

Кроме того, новые, нехарактерные для

обыденной жизни виды деятельности способствуют *преодолению привычных стереотипов поведения*. Имеющиеся в повседневной жизни потенциальные возможности не всегда реализуются: человек практически не выходит за рамки усвоенных моделей поведения. В нестандартных, трудных или экстремальных условиях старые поведенческие алгоритмы перестают работать или крайне неэффективны, тогда приходится вырабатывать новые более жизнеспособные поведенческие паттерны. В таких ситуациях (в том числе, экстремальных) личность и проявляет свою активность, которая находит свое выражение в творческом преобразовании самой ситуации, в саморазвитии индивидуальности.

Продолжая развитие этой темы, экстремальный туризм можно рассматривать также как личный *протест человека против общества потребления*, которое делает его зависимым и несамостоятельным. Моральные ценности общества потребления отрицают необходимость всестороннего умственного, нравственного и духовного развития человека. В обществе потребления престижным становится материальное благополучие, а этические, религиозные и другие компоненты убывают в структуре сознания. «В культуре проявляется много декоративного, вторичного, эпигонского, растуг шоу-площадки для масс, востребованы развлечения» [3, с.847]. Те, кто не согласен провести всю свою жизнь в бесконечном круговороте приобретения и потребления, посредством экстремальных путешествий стремится вырваться за пределы этих устоявшихся, общепринятых «ценностей». Правда, такой способ далеко не всегда означает переход к устойчивому доминированию нравственных критериев и бесповоротному отказу от потребительского благополучия в повседневной жизни после возврата из экстремального путешествия в обычную реальность.

Популярность экстремального туризма можно объяснить и с точки зрения *адреналиновой теории*. В момент угрозы у человека происходит стрессовая мобилизация всех сил организма. В небольших дозах стресс может

быть приятен, так как позволяет почувствовать возбуждающие и эйфорические эффекты прилива адреналина. «Удовольствие — это реакция на пережитые боль и страх», — считает психофизиолог, профессор МГУ им. М.В. Ломоносова Чингиз Измаилов. Повышение уровня адреналина в крови влияет на работу определенных клеток нервной системы, что приводит к возникновению чувства страха, ощущения боли. Снижение его уровня действует на другие клетки, и человек испытывает обратную реакцию — удовольствие. Одним словом, когда боль и страх проходят, мы ощущаем наслаждение, удовольствие. Удовольствие в экстремальной ситуации возникает исключительно в ответ на пережитые страх и боль [2]. При возникновении адреналиновой зависимости человек может жить только на пределе, он фактически «питается» ситуациями, провоцирующими выброс адреналина. Причем, как и при любой зависимости, экстремалу требуется все большая доза риска. Человек забирается все выше, погружается все глубже, едет все быстрее. Более того, он и в обычной жизни бессознательно ищет риск и опасность, провоцирует критические ситуации [7]. Необходимость в сильном эмоциональном потрясении для достижения чувства удовольствия, потребность в острых ощущениях заставляет людей искать нестандартные развлечения, в том числе заниматься экстремальным туризмом.

Итак, распространено мнение, что экстремальный туризм позволяет *удовлетворить потребность в риске*, которого не хватает в обыденной жизни. «Мы закоснели в неподвижности, заперли себя в четырех стенах, в обыденной жизни нам почти не приходится переживать опасные ситуации, и потому нам не хватает стимулов, побуждающих к движению», — говорит Валерий Розов, двукратный чемпион мира по парашютному спорту, мастер спорта по альпинизму. В последние несколько лет он всерьез увлекся бейз-джампингом [2]. Действительно, риск может быть сильным стимулом к развитию, мобилизуя внутренние резервы человека, способствуя позитивным изменениям. Порой, в стрессовой ситуации

человек может быть намного более эффективным. Однако большинство экстремальных туристов и исследователей этого явления не считают, что риск является основной целью экстремального туризма. Альпинистка Лин Хилл (Lynn Hill) отметила: «Экстрим часто ассоциируется с чем-то опасным и рискованным, но это никогда не было моей мотивацией в скалолазании. Основная причина моего увлечения заключается в том, что я глубже познаю себя, также важно чувство единства с партнерами и окружающая природа» [6, с.111]. «Экстремальные переживания дают уникальную возможность познать себя, — объясняет юнгианский психоаналитик Станислав Раевский. — Постичь, чем ты отличаешься от других, обрести нечто, способное заново придать смысл твоему существованию» [2].

Занятие опасным для жизни экстремальным туризмом можно также расценить как бессознательное или осознанное *стремление человека к смерти*. Так, по мнению З. Фрейда, влечение к смерти (Todestriebe) — одна из двух основ жизнедеятельности человека [4]. Не стоит отрицать подобного объяснения. Безусловно, экстрим имеет прямое отношение к смерти и увеличивает вероятность приближения к ней. Однако, на наш взгляд, есть и другой, заслуживающий особого внимания, взгляд на вопрос о взаимосвязи между экстремальным туризмом и смертью.

Возможно, более верным является предположение, что занятия экстримом помогают человеку глубже *осознать собственную смертность, неизбежность наступления Конца*. В XX веке смерть стала чем-то, чего надо бояться, избегать даже мысли о ней. По словам Альвареса, это стало практически запретной темой, а упоминание о ней становится неуместным [5]. Объяснение находят в том, что смерть непредсказуема, ее наступление нельзя предугадать. В современном обществе, где принято планировать свою жизнь, где спонтанность в поступках кажется странной и неразумной, людей пугает то, что внезапная смерть в одночасье может разрушить все их планы. Смерть является слишком нестабильным фактором, вносящим нежелательные элементы хаоса.

Как отмечал М.Хайдеггер, многие считают, что смерть — это то, что присуще другим, но только не нам самим. Тем не менее, мы должны задумываться над смертностью собственного бытия [8]. Психологи, в свою очередь, отмечают, что их пациенты вытесняют вопросы, связанные с возможностью собственной смерти.

Экстремальный туризм как раз и позволяет человеку почувствовать возможность смерти как реальную угрозу жизни, встать лицом к лицу со своей смертью. В реальной экстремальной ситуации вероятность смерти перестает быть мало осознаваемой абстракцией. И только приняв свою смертность, пережив беспомощность, человек может жить более полной, насыщенной жизнью, ценя и осознавая каждый прожитый день и миг. Переживание конечности собственного существования способствует «восстановлению собственной глубинной действительности», которое необходимо для процесса «корректировки» и «проверки истинности» жизненных устремлений человека [7]. Таким образом, занятия экстремальным туризмом можно расценивать не как бессознательное стремление к смерти или игры со смертью, а как возможность глубоко осознать свою смертность и через это осознание начать жить более полной жизнью [6, 128].

Вслед за осознанием неизбежности Конца, наступления смерти, человек приходит к вопросу о смысле своей жизни. Размышления на эту тему нередко способствуют *самоактуализации, совершенствованию личности*. Люди, которых не устраивает пустое, не наполненное смыслом существование, стремятся к постоянному развитию и совершенствованию. Они стараются быть активными во всем, в том числе в отдыхе. Активный, включая экстремальный, туризм побуждает личность к развитию. Оказавшись в экстремальной ситуации, испытав стресс, столкнувшись с прямой угрозой, личность стимулируется на серьезные внутренние изменения. Это может привести к переосмыслению собственной жизни, основных ценностей и целей. Экстремальный туризм, в этом случае, служит инструментом

поиска смысла жизни, а, следовательно, развития и самосовершенствования личности. А. Давыдов, один из ведущих «экстремальных» каякеров России, говорит: «Каждый раз, повышая собственную планку в преодолении препятствия, ты получаешь взамен определенную степень свободы, раскрепощения. Эту новую степень свободы ты экстраполируешь на все прочие аспекты жизни. И понимаешь, что в окружающей жизни для тебя пропадают какие-то ограничения. Совершенно меняется жизненная философия. Ты как бы всякий раз собираешь определенные кирпичики, из которых выстраиваешь перед собой новую дорогу. Это бывает и с людьми, прошедшими свой экстрим в бизнесе. Для меня основной смысл экстрима — во внутреннем изменении» [7].

Здесь уместно сослаться на мнение социального психолога П. Шихирева о том, что сегодня все большее место занимает проблема потребности и способности человека *трансцендентировать*, выходить на новый уровень, соединяться с ним и забывать (забывать себя). Способы и формы этого трансцендентирования бесчисленны: от переживания творческого вдохновения до алкогольной эйфории; актуальное стремление молодежи к экстремальным приключениям и проявлениям себя отражает эту тенденцию [7].

Кроме того, экстремальные путешествия способствуют также *освоению новых социальных ролей* — (Я — путешественник, странник, экстремал), что, в свою очередь, помогает сделать личность человека более устойчивой. Каждая новая социальная роль является как бы дополнительной «ножкой» опоры для самосознания человека, возможностью использования новых поведенческих стратегий, возможностью не потерять себя, если будет утеряна важная социальная ипостась.

Еще один аргумент в обоснование популярности экстремального туризма связан с последствиями утверждения глобальной информационной культуры. «Компьютеризированная цивилизация все настойчивее вводит нас в виртуальный параллельный мир, опосредуя им наше бытие в мире реальном» [3, с. 847]. Грань между виртуальным и реальным миром

становится размытой, ощущение Настоящей Жизни притупляется. Экстремальные и приключенческие путешествия позволяют глубоко и остро *прочувствовать реальность собственного существования*. Виртуальные приключения за компьютерным экраном пробуждают стремление испытать нечто подобное в собственной жизни, отказаться от подмены «Я» «Другим» и стать этим «Другим» в своей собственной жизни. Склонность к авантюре, неудовлетворенность настоящим, о чем уже говорилось выше, подталкивает человека к экстремальным испытаниям. Уже не в компьютерной игре, а в собственной единственной жизни, оказавшись в нетипичных, далеко выходящих за рамки повседневности, экстремальных ситуациях, человек освобождает ум, он сосредоточен только на том, что происходит в данную секунду. Комплекс особых переживаний человека, возникающих в момент проживания экстремальной ситуации, можно характеризовать как состояние «интенсивного присутствия»: «это гораздо больше, нежели простое физическое нахождение. Присутствие означает, прежде всего, осознание своей субъективности, контакт с собственной внутренней жизнью, с потоком переживаний ... это не «думание о» или «разгадывание» своего «Я». Это скорее открытость внутреннему исследованию, чуткое прислушивание ко всем нюансам своего напряженного взаимодействия с Миром, интенсивное переживание каждого момента этой сопричастности. И, естественно, присутствие означает соприкосновение с непосредственными и актуальными переживаниями», — говорит Дж. Бьюдженталь, один из основателей экзистенциальной психотерапии [7].

В психологии существует множество и других теорий, объясняющих увлечение экстремальными видами спорта в т.ч. как попытку *преодоления собственных страхов, комплексов, детских травм*. По мнению французского психотерапевта Михаэля Балинта (Michael Balint), желание рисковать является индивидуальной реакцией на травматический опыт рождения — своеобразной защитной стратегией, суть которой в том, чтобы «опережать и

дразнить опасности, тем самым парадоксальным образом страхуя себя от них» [2].

Австро-американский психоаналитик Хайнц Кохут (Heinz Kohut) предлагает другое объяснение: будучи изгнан из уюта материнского чрева, будущий экстремал развивает у себя гипертрофированное эго, которое позволяет ему *преодолеть ощущение собственного бессилия и брошенности*. Он вынужден постоянно доказывать себе: я действительно хорош, я в самом деле чего-то стою. Его девиз — «Слабо?...», а единственная цена, которой приобретается самоуважение, — постоянный риск и испытание себя. «Эти действия очень похожи на нарциссическое любование, — поясняет Андрей Россохин. — Человек, испытывавший нехватку любви в детстве, бессознательно постоянно и любыми средствами стремится подтверждать свою ценность. Таким образом он заполняет пустоту, которая живет в его душе» [2].

Психоаналитик Дженифер Хант (Jennifer S. Hunt), которая исследовала мотивации глубоководных дайверов, также считает, что занятия экстремальным спортом являются *компенсацией чувства слабости и незащищенности в детстве*. Большинство дайверов, участвовавших в ее исследовании, испытывали сложности во взаимоотношениях со своими отцами. Хант установила, что физические наказания, вербальные оскорбления, насилие в детстве формируют во взрослом возрасте стремление к рискованному поведению [9].

Еще одна причина интереса к приключенческому и экстремальному туризму заключается в возможности *соприкоснуться с миром природы*, хотя бы на время путешествия вернуться к истокам своего существования. Общение с природными стихиями, встреча с настоящим, а не «телевизионным» миром животных и растений пусть и ненадолго, утоляет голод общения с природой.

Таким образом, каковы бы ни были истинные причины роста популярности экстремальных и приключенческих путешествий, организаторы туристской деятельности должны учитывать это в своей работе. Спрос неизбежно формирует предложение, поэтому

на рынке появляются все более необычные, а иногда и шокирующие туристские программы.

Так, украинские турфирмы предлагают для соотечественников и иностранных туристов совершить «романтическую» поездку в заброшенные города в районе Чернобыльской атомной катастрофы. Любой взрослый человек в возрасте старше 17 лет, заплатив 200—400 долларов, может на время почувствовать себя сталкером. Поездка на место катастрофы пользуется большой популярностью у европейцев [10].

Достаточно новым экстремальным видом спорта является слэклинг. Основа этого экстремального направления заключается в хождении по канату над долинами в горах или между высокими деревьями. Порой высота над пропастью составляет сотни метров [11].

Директор проекта «Travel.ru» Анастасия Патрышева в программе «В фокусе» телеканала РБК отметила, что, по ее мнению, россияне — первые претенденты на так называемые «ураганные туры», которые организовали некоторые туристические компании Флориды, Техаса и Оклахомы. Турист платит от 1,5 тыс. долл., а компания уведомляет его за 48 часов о надвигающемся катаклизме и обеспечивает ему проезд к месту драматических событий. Клиент получает возможность увидеть собственными глазами действие разрушительных сил природы, а после урагана оценить его по-

следствия [12].

Поскольку экстремальный туризм является достаточно новым направлением в туристском бизнесе, автор предполагает, что со временем разнообразие туристских предложений будет увеличиваться и на рынке появятся еще более необычные экстремальные туры, чтобы удовлетворить потребности любого клиента вне зависимости от его внутренних мотиваций.

Подводя итог, можно сказать, что у каждого человека, отправляющегося в экстремальное путешествие, существуют свои личные причины и цели. Для одних это может быть единичной попыткой испытать себя, для других становится образом жизни. Однако любой экстремальный турист убежден в том, что каждое новое путешествие раскрывает такие горизонты, ради которых стоит подвергать свою жизнь опасности. Знаменитый русский путешественник Федор Конюхов в интервью журналу «Фома» отметил: «Невозможно полюбоваться на склоны Эвереста, не подвергая себя опасности, не рискуя жизнью. Ты не увидишь мыса Горн, если не будешь находиться в центре океана. А там — шторма, ураганы, опасности. Я понимаю, что подвергать свою жизнь опасности грешно. И я молюсь, и исповедуюсь. Но если хочешь увидеть красоту Божьего мира, сам земной шар во всем его великолепии — как иначе?» [13].

Литература

1. Богатырева Е. Приключенческий туризм // Туризм и отдых. 2006. №8. С. 23-25.
2. Малыгина В. Экстрим: что скрывается за тягой к риску // PSYCHOLOGIES. 2006. №6. С.18-20.
3. Философия социальных и гуманитарных наук. Учебное пособие для вузов/Под общ. ред. проф. С.А. Лебедева. М.: Академический Проект, 2006.
4. Фрейд З. Основные психологические теории в психоанализе. Очерк истории психоанализа. СПб.: Алетейя, 1998.
5. Alvarez A. The Savage God: A Study of Suicide. New York.: Random House, 1972.
6. Brymer G.E. Extreme dude! A phenomenological perspective on the extreme sport experience. A thesis submitted in fulfillment of the requirements for the award of the degree Doctor of Philosophy. 2005.
7. http://donalp.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=21
8. http://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Philos/Haid_BtVr/10.php
9. <http://www.psychomedia.it/pm/grpind/sport/sub2.htm>
10. <http://www.votpusk.ru/news.asp?msg=230822>
11. <http://www.votpusk.ru/news.asp?msg=238850>
12. <http://www.vkoclub.ru/news/34190.aspx>
13. <http://www.foma.ru/articles/927/>