



Психолог «Марс-500»: «К звездам легче лететь интровертам и творцам»



Промежуточные итоги 520-суточного эксперимента стали известны «МК»

Первые итоги уникального международного эксперимента по имитации полета на Марс, который завершился 4 ноября прошлого года в Москве, подвели специалисты. Просьба не путать с реальным полетом к Марсу аппарата «Фобос-грунт», который преждевременно вернулся на Землю. Речь — об эксперименте земном, в котором испытал лишь делали вид, что летят к Красной планете, целых 520 (!) суток находясь в герметичном модуле. Основные выводы, конечно, еще впереди. Но уже сейчас становятся известны интереснейшие подробности того «межпланетного путешествия». А именно: • психологи узнали самый оптимальный способ общения с «марсонавтами»; • установлено, что реальный полет легче всего перенесли бы интроверты; • физиологи предполагают, что после «полета на Марс» в мозге путешественников остались следы стресса.

Напомним, что эта марсианская эпопея началась 3 июня 2010 года в ГНЦ РФ «Институт медико-биологических проблем РАН» (ИМБП РАН). Шестеро участников: командир экипажа Алексей Ситев, бортовой врач Сухроб Камолов, испытал Александр Смолеевский, итальянец Диего Урбина, китаец Ван Юэ и бортинженер француз Ромэн Шарль вошли в «марсианский» комплекс, за ними задраили железный люк. Практически весь «полет на Марс» происходил в двух станциях метро от редакции «МК», на Хорошевском шоссе. Здесь же 12 февраля 2011 года «корабль» землян совершил «посадку» на Красную планету, а точнее — на марсианский модуль, имитатор марсианской поверхности. Отсюда же 23 февраля «стартовал» обратно в сторону Земли и в ноябре успешно «приземлился».

Федеральное космическое агентство и Российская академия наук при содействии европейских и китайских коллег признали эксперимент успешным, открывающим дорогу к реальному освоению Марса. За это каждому участнику присвоили звание «Заслуженный испытатель космической техники».

Однако на этом миссия членов экипажа



не закончилась. После приземления их еще целый месяц обследовали медики.

Снимали так называемые постизоляционные показатели. И, по сути, вся основная работа научных групп только и началась после 4 ноября: с членами экипажа повторили все те же 105 медицинских экспериментов, которые они сами проводили внутри, во время «полета». Это и постоянное измерение температуры при помощи термодатчиков, которые закреплялись у испытуемых на лбу, и они целыми сутками должны были ходить с ними по клинике, и обследование сердечно-сосудистой системы, томографические исследования головы, костей на предмет вымывания из них кальция, мышц на предмет уменьшения их объема.



— Мало кто знает, но ребят, после того как экипаж «приземлился» и они уже некоторое время пожили в семьях, снова упрятали в один из модулей «марсианского корабля», — сообщили нам в ИМБП РАН. — «Неужели посадка 4 ноября была сном?» — пошутил тогда Саша Смолеевский. Нет, не сном — мы бы и рады не напоминать им об их заточении, но необходимое оборудование для обследования, отлично настроенное на испытателей, пока находится именно в модуле, а потому выхода нет: «Просим обратно на марсианский корабль».

Поскольку одна из главных целей эксперимента заключалась в изучении психологических аспектов, первым делом по истечении почти трех месяцев мы обратились именно к психологам проекта. Оказывается, у них уже есть первые результаты.

— Мы можем уверенно сказать, что нашли самый идеальный способ общения с людьми, следующими к другим планетам, — говорит сотрудник ИМБП РАН **Вадим ГУЩИН**. — Это видеообращения. В условиях задержки связи на 15, а самое большее на 24–25 минут сообщение с «картинкой» является наиболее оптимальным. Изголодавшимся по общению с Землей «марсонавтам» так гораздо легче выговориться, снять эмоциональное напряжение. Да и сотрудникам Центра управления полетом лучше видно их состояние — по мимике, жестам, неким спонтанным реакциям. Сейчас идут разговоры о повторении эксперимента на борту МКС. Американцы решают вопрос о том, как общаться с членами будущего экипажа. А вот мы уже точно знаем как...



Экипаж «Марс-500».

Вообще, по словам психологов, сама задержка связи очень негативно отражается на членах экипажа. Не имея достаточного общения с центром, с родственниками, они начинают все чаще замыкаться в себе — порой это может доходить до полного отказа от общения даже с членами экипажа. Поэтому есть еще один вывод: в полете к другим планетам легче выжить в психологическом плане людям более самостоятельным, привыкшим и в обычной жизни принимать собственные решения. К таким относятся и люди творческие, способные подолгу работать в одиночку, не страдая от нехватки общения.

— Можно ли в связи с этим сказать, что в полет на Марс лучше отправляться интровертам (людям, психический склад которых характеризуется сосредоточенностью на своем внутреннем мире. — Авт.)? — спросила я Гущина.

— Здесь речь идет больше о самостоятельности в принятии решений. Но все же интровертами такой полет будет перенесен легче, нежели экстравертами (противоположность интровертам. — Авт.).

Но вернемся снова к самим «марсонавтам». Как поведал нам один из участников — врач команды Сухроб Камолов, перед новогодними праздниками члены экипажа летали в Мюнхен, в клинику Людвиг Максимилиана, специалисты которой обследовали «марсонавтов» еще до эксперимента. После же потребовалось провести дополнительные исследования.



— Расскажите, что за обследования вы прошли в Мюнхене? — спросила я Камолова.

— Специалисты клиники Людвиг Максимилиана хотят проверить на нас одну теорию. Говорят, что в сером веществе мозга у человека, перенесшего стресс, остаются маркеры этого стрессового состояния. У нас брали данные до эксперимента (мы также летали в Германию) — теперь специалисты хотят посмотреть, что изменилось после эксперимента, появились ли те самые маркеры. Нам сделали снимки на МРТ, взяли на анализ кровь, слюну, в которых также должны определяться маркеры стресса. Затем к нам из Кельна приехал доктор Луис Бек, который проводил суточный мониторинг артериального давления. Мы по 24 часа ходили с приборами-«манжетками» на руках. Даже когда мы гуляли по Мюнхену, с нас считывали информацию. Теперь будем ждать результатов, которые немецкие медики должны огласить в апреле.

— А как вообще настроение?

— Настроение у всех бодрое, скучать нам не дают, да мы и сами не расслабляемся. В эксперименте я сбросил лишний вес, чувствую себя бодро, на четвертый этаж домой просто залетаю, чего не ощущалось раньше. А еще друг отдал свой велотренажер. Я его отремонтировал и теперь регулярно наматываю километры, как это делал в эксперименте...

материал: [Наталья Веденеева](#)

газетная рубрика: ПИФАГОРОВЫ ШТАНЫ