

# ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВОСПИТАНИЯ И ОБУЧЕНИЯ

*Василенко Елена Анатольевна,*

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ «Челябинский государственный  
педагогический университет»

г. Челябинск, Челябинская область

## К ВОПРОСУ О СУЩНОСТИ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО СТРЕССА И ВОСПРИЯТИИ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ УГРОЗЫ ПОДРОСТКАМИ И ЮНОШЕСТВОМ

*Аннотация: в статье рассматриваются теоретические вопросы, связанные с изучением экологического стресса, возникающего в результате восприятия человеком действия негативных экологических факторов. Представлена попытка разделить на классы те специфические стрессоры, которые вызывают экологический стресс. В статье также рассматриваются имеющиеся данные о восприятии экологических стрессоров подростками и юношеством, делается вывод о необходимости оказания своевременной психолого-педагогической помощи тем, у кого под влиянием экологического стресса начали проявляться дезадаптивные тенденции.*

*Ключевые слова: стресс, экологический стресс, адаптация, социально-психологическая адаптация, социальная адаптация, дезадаптация.*

Человечество живет в мире, в котором экологические риски стремительно возрастают, среда обитания человечества несет в себе все больше угроз. Как же происходит взаимодействие человека с этой опасной средой? В последние десятилетия усиливается интерес к данной проблеме, однако, наиболее изучены ее медицинские стороны. Что же касается психологических аспектов, то они исследованы значительно слабее.

Для описания взаимодействия человека и загрязненной окружающей среды все чаще используют понятие «экологический стресс», хотя имеет у разных авторов несколько различный смысл. Одна группа авторов, говоря об «экологическом стрессе», имеет в виду непосредственное воздействие на организм человека вредных экологических факторов, которое постепенно истощает адаптационные ресурсы организма. По мнению M. Shaffer, загрязнение воздуха или шум может вызвать стрессовую реакцию (как физиологическую, так и психологическую), даже если индивид и не придает этому фактору отрицательного значения, так как негативное воздействие на тело обязательно отразится и на уровне психики [8]. Американские исследователи G. W. Evans и S. V. Jacobs используют термин «environmental stress» («стресс окружения»). Они обозначают им негативное психологическое воздействие загрязненности воздуха, шума, скученности, отмечая, что все эти факторы вызывают дискомфорт и развитие дезадаптивных реакций, усиливая даже обращаемость за психиатрической помощью [7].

Вторая группа исследователей, говоря об «экологическом стрессе», «экологической обеспокоенности», имеет в виду стресс, возникающий вследствие осознания человеком опасности, связанной с проживанием в экологически загрязненной среде. Так, канадский исследователь Р. Т. Wong рассматривает экологический стресс как психологический стресс, связанный с воздействием экстремальных условий окружающей среды, ожиданием такого воздействия или его последствий [10]. Б. Андресен, Ф.-М. Старк, Я. Гросс ввели термин «экологическая обеспокоенность» и «экотрамирующие переживания» [1].

Таким образом, под экологическим стрессом понимают как непосредственное воздействие экологического загрязнения на человеческий организм, вызывающее истощение адаптационных ресурсов, так и психологический стресс, возникающий вследствие осознания человеком экологической угрозы. Не исключено, что оба эти вида стресса действуют одновременно. Однако, говоря об экологическом стрессе, мы будем иметь в виду психологический стресс, возникающий вследствие осознания человеком действия негативных экологических факторов, их возможного влияния на здоровье.

В таком случае, какие же специфические стрессоры вызывают экологический стресс? Можно ли разделить их на какие-либо группы? В числе этих стрессоров обычно называют шум, загрязненность воздуха, повышенный радиационный фон, высокую температуру.

На наш взгляд, все экологические стрессоры можно разделить на две группы:

- 1) информация о неблагоприятных экологических воздействиях;
- 2) непосредственное восприятие действия вредных экологических факторов.

Наиболее важным экологическим стрессором является информация об экологических катастрофах и негативных последствиях воздействий факторов окружающей среды из официальных источников и в средствах массовой информации. Как показывают многочисленные исследования, информация такого рода вызывает выраженные стрессовые реакции [1; 3]. Особенно велик травмирующий эффект информации о радиационном воздействии. Это связано с рядом причин, проанализированных в ряде исследований. Во-первых, оно имеет экстрасенсорный характер, т.е. не поддается восприятию органами чувств, и ситуация представляется практически человеку совершенно неконтролируемой. Во-вторых, радиационная угроза воспринимается как высокоопасная, вызывающая смертельно опасные заболевания. В-третьих, радиационное воздействие направлено в будущее, оно может проявиться в отдаленных последствиях, и ожидание этих возможных последствий придает стрессу хронический характер [1; 3].

Вторая группа экологических стрессоров, на наш взгляд, связана с непосредственным восприятием негативных экологических факторов или результатов их действия (запах, видимое задымление воздуха и загрязнение воды, покернение листьев и т. д.). Исследования, связанные с изучением загрязнения атмосферного воздуха, показывают, что из жителей больших городов немногие (около 10%) жалуются на «плохой запах», а корреляции между наличием симптомов депрессии и уровнем загрязненности воздуха были слабыми. Однако от-

мечена связь между уровнем загрязненности воздуха и частотой суицидов, преступлений, проявлений девиантного поведения, обращаемостью за психиатрической помощью [7, р. 53].

В исследованиях отмечается, что в большинстве случаев экологические стрессоры являются хронически действующими, слабо поддающимися контролю со стороны как отдельных индивидов, так и общества в целом, а угроза здоровью и жизни человека придает им высокую негативную валентность [9].

Но реагируют ли на экологические стрессоры подростки и юношество?

На территориях, пострадавших после аварии на ЧАЭС, у детей и подростков были выявлены специфические страхи, нарушения сна и другие дезадаптивные проявления, связанные восприятием радиационной угрозы, зафиксированы случаи ее визуализации [4; 5].

Опрос старшеклассников, проведенный в г. Челябинске, показал, что у значительной части респондентов информация как о радиационном, так и химическом загрязнении окружающей среды вызывает негативные эмоции – страх, тревогу (51%), чувство отчаяния и безысходности (14%) [6].

Проведенное нами исследование, выполненное на выборке учащихся старших классов с помощью регрессионной модели, показало, что в зонах экологического неблагополучия как с химическим, так и с радиационным загрязнением показатель экологического стресса, связанного с восприятием экологической угрозы, вносит достоверный вклад в выраженность дезадаптивных тенденций – снижение самопринятия, самооценки, эмоциональной комфортности, позитивного отношения к сверстникам, к своему будущему. Отмечены специфические страхи, связанные с загрязнением: страх смертельно опасных заболеваний, страх рождения в будущем больных детей. Было выявлено, что девушки сильнее реагируют на экологические стрессоры, чем юноши, причем надо отметить, что подобные гендерные различия были выявлены и на взрослой выборке [2].

Все вышесказанное позволяет утверждать, что экологический стресс распространен и на выборке подростков и юношества. Это, в свою очередь, требует

развертывания своевременной работы по экологическому воспитанию подростков и юношества и оказанию своевременной психолого-педагогической помощи тем, у кого под влиянием экологического стресса начали проявляться дезадаптивные тенденции.

Таким образом, под экологическим стрессом понимают как непосредственное воздействие экологического загрязнения на человеческий организм, вызывающее истощение адаптационных ресурсов, так и психологический стресс, возникающий вследствие осознания человеком экологической угрозы. Если рассматривать его в последнем значении, то к специфическим стрессорам, вызывающим возникновение экологического стресса, можно отнести информацию о неблагоприятных экологических воздействиях и непосредственное восприятие действия вредных экологических факторов.

### ***Список литературы***

1. Andresen B. Социальный стресс, личность и экотравмирующие переживания: эмпирическое исследование ближайших реакций на Чернобыльскую аварию в Гамбурге [Текст] / B. Andresen, F.-M. Stark, J. Gross // Социальная и клиническая психиатрия. – 1995. – Т. 5. – Вып. 2. – С. 6–14.
2. Василенко Е.А. Особенности социально-психологической адаптации старшеклассников в условиях экологического неблагополучия [Текст]: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Е.А. Василенко. – СПб., 2009. – 234 с.
3. Восприятие радиационного риска населением Южного Урала, подвергшимся аварийному облучению [Текст] / А.В. Аклеев [и др.] // Сборник материалов международного семинара «Информирование населения, проживающего в зоне воздействия ПО «Маяк» о радиационных факторах риска» (29–30 ноября 2006 года, г. Челябинск). – Челябинск: Челябинский институт (филиал) Уральской академии государственной службы, 2006. – С. 8–25.

4. Голушко Т.В. Особенности страхов у детей, связанных с проживанием в регионах, пострадавших в результате аварии на Чернобыльской АЭС: на материале исследования детей 5–6-летнего возраста [Текст]: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Т.В. Голушко. – М., 1998. – 173 с.
5. Игумнов С.А. Основы психотерапии детей и подростков [Текст]: Справочное пособие / С.А. Игумнов. – М.: Издательство Института Психотерапии, 2001. – 176 с.
6. Мишина О.К. Отношение старшеклассников к проблемам, связанным с радиоактивным загрязнением [Текст] / О. К. Мишина // Уральский регион как социум: Материалы XI Уральских социологических чтений / С.Г. Зырянов [и др.]. – Челябинск, 1998. – С. 306–309.
7. Rotton J. Air pollution, the sick building syndrome, and social behavior [Text] / J. Rotton, S.M. White // Environment International: A Journal of science, technology, health, monitoring and policy. – 1996. – Vol. 22. – №1. – P. 53–60.
8. Shaffer M. Life after stress [Text] / M. Shaffer. – N-Y.: Plenum Press, 1982. – 273 с.
9. Winneke G. Separating the impact of exposure and personality in annoyance response to environmental stressors, particularly odors [Text] / G. Winneke, M. Neuf // Environment International: A Journal of science, technology, health, monitoring and policy. – 1996. – Vol. 22. – №1. – P. 73–81.
10. Wong P.T. Effective management of life stress. The resource-congruence model [Text] / P.T. Wong // Stress Medicine. – 1993. – Vol. 9. – 1. – P. 51–60.