

ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЛЮДИНИ, ЯКА ПРОЖИВАЄ В ЕКОЛОГІЧНО НЕБЛАГОПОЛУЧНОМУ МІСТІ

У статті дається обґрунтування можливості розгляду показників життєстійкості в якості одного з параметрів, за яким визначається успішність психологічної адаптації людини, що проживає в екологічно неблагополучною міському середовищі. На думку авторів, не можна зводити зміст поняття «життєстійкість» тільки до психо-соціальним, особистісним, характеристикам. Життєстійкість має біологічну основу і широкий комплекс проявів - від психофізіологічних до соціально-психологічних. Це робить можливим допущення зв'язку між її показниками і постійними впливами шкідливих агентів природного (фізичного) середовища. У статті наводяться результати емпіричного вивчення життєстійкості молодіжного населення кількох екологічно неблагополучних міст Забайкальського краю.

Ключові слова: життєстійкість, біо-психо-соціальне явище, екологічно неблагополучне місто, психологічна адаптація, молодіжне населення.

Постановка проблеми. Большая часть населения современных развитых стран проживает в городах. Глобальный экологический кризис привел к деформации жизненной среды горожан. Природную составляющую жизненной среды (физическую среду) многих экологически неблагополучных городов мира называют неадекватной гено- и фенотипическим свойствам человека [8]. Так, в ряде регионов России антропогенные нагрузки давно превысили установленные нормативы, и сложилась критическая ситуация, при которой значительно ухудшаются условия проживания населения. К числу таких регионов относятся мегаполисы Москва и Санкт-Петербург, промышленные города Центральной России, промышленные и горнодобывающие центры Крайнего Севера, Сибири и Дальнего Востока. Экологическое неблагополучие многих российских городов обусловлено совокупностью природно-климатических особенностей и значительным антропогенным «загрязнением» физической среды (например, города Братск, Норильск, Магадан, Петропавловск-Камчатский, Чита и другие).

Жизнедеятельность человека в таких городах подвергается серьезным рискам. Общим местом становится тезис о негативном влиянии экологического неблагополучия на физическое и психическое здоровье человека. Оно доказано во многих медико-биологических работах [6; 7 и мн. др.]. В исследованиях последних лет выявлена тенденция к изменению (ослаблению) состояния психики (в границах нормального развития) людей, родившихся и/или длительно

проживающих в экологически неблагоприятных городах [4; 17 и др.]. И нами в сборниках материалов данной конференции прежних лет были представлены результаты, свидетельствующие о снижении общего уровня психической активности и психологической адаптации детского и юношеского населения Забайкальского края, особенно экологически кризисных его городов [16].

Опираясь на **методологические положения** экпсихологического подхода к развитию психики (В.И. Панов), мы понимаем психологическую адаптацию, как процесс и результат приспособления человека к средовым условиям на уровне целостной психики в системе «человек - жизненная среда» с целью сохранения ее динамического равновесия. Целостная психологическая адаптация человека представляет собой опирающуюся на биологический базис сложную систему, неоднородную по содержанию и структуре. В ней выделены связанные отношениями иерархии уровни: психофизиологический, психический и социально-психологический. Достоверно установлено снижение показателей *психофизиологического* и *психического* уровней психологической адаптации студентов и старших школьников, родившихся и постоянно проживающих на экологически неблагоприятных территориях названного региона [15].

Параметром, по которому определялись показатели *социально-психологического* уровня психологической адаптации человека, родившегося и проживающего в регионе экологического неблагоприятия, в нашем исследовании является его жизнестойкость.

Анализ психологической литературы показал, что понятие «жизнестойкость» активно используется психологами при обсуждении поведения и деятельности человека в трудных жизненных ситуациях. Введенный С. Кобейса и С. Мадди конструкт «жизнестойкость» включает в себя комплекс определенных психологических установок личности и реализующего их поведения. Содержание триады, составляющей жизнестойкость (включенность, контроль и принятие риска, вызова жизни), трактуется сегодня большинством авторов как сугубо социальное, личностное. Это, прежде всего, личностные характеристики (или интегральная личностная характеристика [1]), ответственные за успешную адаптацию и совладание со стрессом. Базовыми компонентами жизнестойкости как интегральной характеристики личности называют оптимальную смысловую регуляцию, адекватную самооценку, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные способности и умения [18]. Жизнестойкость создает мотивацию для необходимой активности, позволяет превратить изменения, в возможности личности. Жизнестойкость представляют как систему убеждений человека о себе, о мире, об отношениях с миром, как способность личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятель-

ности [11]. Данная способность лежит в основе адаптации [19]. В жизнестойкости видят базовый личностный ресурс [9].

Когда читаешь психологические работы, создается впечатление, что жизнестойкость — характеристика исключительно личностная (социальная) по своему генезу и существу.

В этой связи возникает ряд вопросов. 1. Правомерно ли использовать показатели жизнестойкости в качестве параметра оценки психологической адаптации населения экологически неблагоприятных территорий? 2. Возможна ли специфика жизнестойкости у людей, родившихся и постоянно проживающих в экологически неблагоприятной жизненной среде, какова она, эта жизнестойкость?

Целью данной статьи является обсуждение этих вопросов. Начнем с последнего. Здравый смысл подсказывает, что жизнестойкость указанной категории людей должна быть высокой, ведь жизнедеятельность человека достаточно успешно осуществляется в не вполне адекватных условиях. Однако очевидность такого ответа представляется нам кажущейся, по крайней мере, нуждается в проверке. Все зависит от того, какое содержание вкладывается в понятие «жизнестойкость».

Мы хотели бы выйти за рамки его привычного рассмотрения. Напомним известную истину, что социальное составляет в человеке неразрывное единство с биологическим. С.Д. Максименко со ссылкой на В. Штерна, который, тщательно рассматривая проблему взаимодействия биологического и социального в личности, сформулировал «принцип конвергенции», пишет: «ни о какой функции личности, ни о каком ее свойстве нельзя сказать, возникают они извне или изнутри. Надо разобраться, что в них возникает извне, а что — изнутри, поскольку и одно, и другое берут участие — но неодинаковое — в ее осуществлении. Если же рассматривать биологическое и социальное как внутреннее, личностное, нужно признать, что мы никогда не имеем в этом случае их отдельности. Мы отступаем от традиционного рассмотрения биологического как наследственного и телесного: «внутри» личности биологические и социальные факторы не существуют как отдельные, каждый из них представляет собой инобытие другого. Любая мысль, образ, идея, потребность невозможна вне биологических структур и функций организма» [13, с. 8—9].

Как писал Б.Ф. Ломов, «психологические свойства не сводятся (во всяком случае, полностью) ни к социальным, ни к биологическим и не находятся между ними (или над ними). Однако их нельзя оторвать ни от тех, ни от других: психологические свойства как бы проникают и в социальные, и в биологические, связывая, «пронизывая» их определенным образом» [13, с. 36]. И далее, подчеркивая системный характер психических свойств, Б.Ф. Ломов отмечает, что человек как бы находится на пересечении многих разнопорядковых

систем. «Попытки рассматривать психологические качества в отрыве от физической, биологической и социальной системы, к которым принадлежит человек, искать их основания в них самих неизбежно заводят в тупик [Там же. С. 39]. А.Н. Леонтьевым определяется «общий принцип», которому подчиняются отношения между биологическим, психическим и социальным уровнями системной организации человека: «наличный высший уровень всегда остается ведущим, но он не может реализовать себя только с помощью уровней нижележащих и в этом от них зависит» [10, с. 233].

В этом контексте становится вполне очевидным, что личностными (социальными) характеристиками не может исчерпываться содержание жизнестойкости. Прежде всего, всякая психическая активность, всякая характеристика психики, реализующаяся в деятельности и поведении, - в том числе и жизнестойкость, вернее, более всего она, - требуют, как минимум, энергетических затрат, энергетического обеспечения. Энергия есть результат работы биологических систем организма. Для обеспечения жизнестойкости необходимы осуществление адекватной средовым воздействиям регуляции, биологического обмена и других жизненно важных функций организма. Следовательно, в жизнестойкости должна присутствовать биологическая составляющая.

Жизнестойкость - это не только комплекс личностных характеристик, но и необходимая биологическая база для их реализации. Биологическую базу жизнестойкости составляют актуальные и потенциальные возможности организма человека, пребывающего в осложненных условиях жизненной среды. Вряд ли нужно доказывать, что без физических сил жизнестойкость человека не может быть реальной.

Изучение биологической, медицинской литературы подтвердило, что «жизнестойкость» - понятие междисциплинарное. Оно используется в биологии, медицине, в управлении, экономике и бизнесе (жизнестойкость организации), в филологии (жизнестойкость диалектов), культурологии (жизнестойкость национальной культуры), истории (жизнестойкость Ленинграда), в науках о технических системах (жизнестойкость устройства, сооружения).

Наиболее интересно для нас сейчас использование этого понятия в биологии. Здесь оно закономерно включено в синонимичный ряд таких понятий, как «жизнеспособность», «живучесть», ««запас прочности» функций», «устойчивость» к неблагоприятным воздействиям, «выносливость», «стойкость», «резистентность», «толерантность». Нередко, разводя понятия «жизнеспособность» и «жизнестойкость», авторы первое из них характеризуют как проблему, проблемную область, а второе, как конкретный вариант подхода к решению этой проблемы, то есть ее механизм (Maddi, Khoshaba, 2005, цит. по: [11]). Но, по сути, все приведенные понятия обозначают способность

живой системы сохранять необходимые для функционирования параметры в любых осложненных условиях среды. Биологическая сущность жизнестойкости не вызывает сомнений у исследователей.

Контекст употребления понятия «жизнестойкость» в биологии тот же, что и в психологии, - условия, затрудняющие жизнедеятельность и обуславливающие специфику адаптационных процессов. Чаще всего изучается жизнестойкость потомства различных животных, биологические ресурсы растений [5; 20]. Биологическая (в частности, генетическая) жизнестойкость человека рассматривается как основа долгожительства [3].

В медицине говорят об ослабленной жизнеспособности, недостаточной стойкости организма современного человека к влиянию ряда патогенных факторов. С этим связывают развитие конкретных заболеваний [2]. Изучается и общий потенциал жизнеспособности населения городов, который зависит и от экологического благополучия [14].

Иногда утверждается, что жизнестойкость показывает, насколько человек способен пользоваться персональными ресурсами, включающими ресурсы физические (уровень физической работоспособности и психического здоровья) [18].

Медики также констатируют: жизнестойкость - это нечто большее, чем просто здоровье, чем отсутствие болезней. Это комплекс физических и психических, психологических характеристик. При этом понятно, что здоровье необходимо для большей жизнестойкости. Конечно, жизнестойкие убеждения вместе с социальной поддержкой и при слабом здоровье помогают человеку осуществлять трансформационное (жизнестойкое) совладание, которое, в свою очередь, ослабляет стрессогенность воздействий. Соглашаясь с этим, мы хотим лишь подчеркнуть, во-первых, то, что хорошее здоровье при прочих равных условиях делает человека более жизнестойким в полном значении этого слова, во-вторых, при слабом здоровье «психологическая» жизнестойкость (вернее, жизнестойкость на ее психологическом уровне) входит в комплекс механизмов социальной компенсации биологической недостаточности и при ее «задействовании» обеспечивает жизнедеятельность человека в границах, заданных лимитирующими факторами. В последнем случае действие механизмов социальной компенсации не означает, что они оторваны от биологических механизмов жизнедеятельности. Все эти рассуждения призваны подчеркнуть значимость биологического компонента жизнестойкости.

Таким образом, у психологии нет приоритета и монополии в изучении жизнестойкости человека. Делая вполне оправданный акцент на социогенных составляющих жизнестойкости, психологи не должны исключать из числа ее базовых характеристик биологические параметры. Жизнестойкость не сводится только к особым

психологическим установкам, убеждениям, свойствам личности. Необходимо видеть в жизнестойкости ее биологическую основу. Игнорирование этой основы приводит не только к неоправданному сужению понятия, но и к невозможности до конца раскрыть и понять его суть.

Впрочем, и сам С. Мадди в свою модель жизнестойкости включает жизнестойкие практики здоровья, среди механизмов влияния жизнестойкости на человека называет усиление иммунной реакции [11]. Отдельные психологи также выделяют в феноменологии и механизмах жизнестойкости психофизиологический аспект [1].

Подводя итоги изложенному выше и уточняя свою позицию, скажем, что жизнестойкость необходимо рассматривать как сложное, целостное био-психо-социальное по существу и многоуровневое по структуре образование, которое имеет системную многофакторную природу. Нельзя, анализируя жизнестойкость в психологии, сводить содержание понятия «жизнестойкость» только к психосоциальным, личностным, характеристикам. Предметом изучения психологии, по нашему мнению, является достаточно широкий комплекс проявлений жизнестойкости от психофизиологических до социально-психологических.

Все сказанное может служить обоснованием возможности и необходимости рассмотрения жизнестойкости как одного из параметров не только биологической, но и психологической адаптации человека.

Жизнестойкость в какой-то - разной - мере проявляется в адаптационных характеристиках всех уровней (например, в более длительной умственной работоспособности человека - на психофизиологическом уровне), но наиболее ярко она заявляет о себе на социально-психологическом уровне психологической адаптации?

Здесь наиболее сложно зафиксировать влияние на психику факторов природной (физической) среды как части среды жизненной. Но важно понимать, что поскольку жизнестойкость, как и все в психике, имеет биологическую основу, существует закономерная связь между ее показателями и воздействиями вредных агентов природной (физической) среды. И эту связь можно установить. В силу системного своего характера, целостности психики в ней невозможно разграничить области, подверженные и не подверженные влиянию экологического неблагополучия - вся она, на всех своих уровнях — объект таких влияний.

В условиях значительного экологического неблагополучия жизненной среды адаптация требует значительных энергетических «затрат» и напряжения, в то время как большее количество энергии вынужденно отдается обеспечению жизнедеятельности, прежде всего, на биологическом уровне системной организации человека. Кроме

того, нужно вспомнить, что у родившихся и живущих на значительно «загрязненных» территориях людей существует изначальная дефицитарность филогенетических программ гомеостатирования.

Мы предполагаем, что снижение показателей психологической адаптации проявляется, главным образом, на ее психофизиологическом и психическом уровнях, а показатели социально-психологического уровня психологической адаптации испытуемых, родившихся и постоянно проживающих на экологически неблагополучных территориях, в силу действия механизмов социальной компенсации войдут в границы средней нормы. Но все же нельзя было исключить, что могут быть обнаружены особенности жизнестойкости у людей, которые живут в условиях недостаточного энергетического обеспечения и, соответственно, недостаточной активации психической деятельности. А поскольку эта недостаточность вызвана унифицированными условиями экологического неблагополучия природной (физической) среды территории, то отмечается она (недостаточность) не у отдельных людей, а у населения, проживающего в данной местности.

О справедливости этих предположений можно судить по результатам эмпирического исследования, проведенного в трех экологически неблагополучных городах Забайкальского края - Краснокаменск (территория чрезвычайной экологической ситуации), Балей (территория кризисной экологической ситуации), Чита (территория значительного экологического «загрязнения»). Лучшие условия социальной среды (самый высокий социальный статус территории) отмечены в г. Чита - краевом административном, экономическом и культурном центре региона; город Краснокаменск - районный центр с достаточно высокими в региональном масштабе показателями социально-экономического и культурного развития (социальный статус территории все же ниже по сравнению с Читой) и город Балей по сравнению с названными выше территориями имеет самые низкие характеристики социальной среды (самый низкий социальный статус территории). Контрольную группу составили испытуемые, проживающие в экологически «чистом» городе Дивногорск Красноярского края, это город районного значения, социальные условия которого сопоставимы с условиями г. Краснокаменск.

В данной статье представлены результаты изучения жизнестойкости 243 старших школьников и студентов колледжей. Все родились и выросли на территориях проживания, все практически здоровы. Основным методом диагностики жизнестойкости испытуемых был тест жизнестойкости С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой. Достоверность различий данных определялась с помощью критерия ϕ^* — углового преобразования Фишера.

Полученные эмпирические данные представлены в таблице.

Таблица

Количество испытуемых (в %) по показателям жизнестойкости в городах с отличающимися условиями жизненной среды

Уровень показателей жизнестойкости	Город чрезвычайной экологической ситуации Краснокаменск	Город кризисной экологической ситуации Бaley	Город значительного экологического «загрязнения» Чита	Экологически «чистый» город Дивногорск
	Студенты N 58	Студенты N 63	Школьники N 62	Школьники N 60
Общий показатель жизнестойкости				
Низкий	19.5	21.8	16.1	10.7
средний	59.1	52.6	59.7	61.0
высокий	21.4	25.6	24.2	28.3
Вовлеченность				
Низкий	24.5	18.7	21.6	20,0
средний	58.1	56.9	55.2	56.7
высокий	17.4	24.4	23.2	23.3
Контроль				
Низкий	14.5	13.8	9.7	5.0
средний	64.1	62.0	69.4	71.7
высокий	21.4	24.2	20.9	23.3
Принятие риска				
Низкий	12.3	17.4	9,7	6.7
средний	61.9	54.5	46.8	55.0
высокий	25.8	28.1	43.5	38.3

Результаты диагностики позволяют констатировать: показатели всех параметров жизнестойкости большей части испытуемых, независимо от условий жизненной среды городов их проживания, входят в границы средних значений.

Количество испытуемых с показателями низкого уровня жизнестойкости составляет меньшую часть выборки на каждой территории.

Но при этом хотелось бы обратить внимание на отличия (правда, в большинстве случаев, кроме специально указанных, они на данной выборке не достигают уровня значимости) в следующих показателях.

*В городе чрезвычайной экологической ситуации Краснокаменск, в городе экологического кризиса Балей и в экологически неблагополучном краевом центре г. Чита больше испытуемых с показателями низкого уровня общего показателя жизнестойкости, чем в экологически и социально благополучном городе Дивногорск Красноярского края (отличия в показателях испытуемых из Балей и Дивногорска значимы на уровне $p < 0,05$).

Самое большое число испытуемых с показателями низкого уровня жизнестойкости выявлено в городе экологического кризиса и недостаточно хороших социальных условий жизни Балей.

*В экологически благополучном городе Дивногорск в целом больше число испытуемых, чьи показатели по конкретным шкалам теста жизнестойкости входят в границы средних значений.

*В экологически благополучном городе Дивногорск меньше испытуемых с показателями низкого уровня жизнестойкости и больше - с показателями высокого уровня жизнестойкости.

По шкале «Вовлеченность» в городе чрезвычайной экологической ситуации Краснокаменск, хотя и социально благополучном, меньше испытуемых с показателями высокого уровня, и больше испытуемых с показателями низкого уровня, чем в других городах.

По шкале «Контроль»: во всех экологически неблагополучных городах меньше испытуемых с показателями, входящими в границы средних значений, чем в экологически благополучном городе Дивногорск; в последнем - самое малое число испытуемых с низкочисленными показателями (различия значимы на уровне $p < 0,05$ в показателях жителей Краснокаменска и Дивногорска, Балей и Дивногорска).

По шкале «Принятие риска» во всех экологически неблагополучных городах больше испытуемых с показателями низкого уровня, чем в экологически благополучном городе Дивногорск (различия значимы на уровне $p < 0,05$ в показателях жителей Балей и Дивногорска); в городе чрезвычайной экологической ситуации Краснокаменск, хотя и социально благополучном, меньше испытуемых с показателями высокого уровня.

Выводы.

1. Использование показателей жизнестойкости в качестве параметра оценки психологической адаптации населения экологически

неблагополучных территорий, на наш взгляд, является правомерным.

2. Несмотря на то, что показатели жизнестойкости большей части испытуемых вошли в границы средней нормы, выявлена некоторая специфика жизнестойкости у людей, родившихся и постоянно проживающих в экологически неблагополучной жизненной среде. По ряду характеристик жизнестойкости число испытуемых с показателями низкого уровня больше в экологически неблагополучных городах разного социального статуса. О каких-то закономерностях в проявлениях жизнестойкости испытуемых, связанных с экологическими условиями их проживания, говорить нельзя. Исследования необходимо продолжать.

3. И все же среда жизнедеятельности человека в экологически неблагополучных городах не может быть названа оптимальной для его психологической адаптации, в том числе, для развития его жизнестойкости. Понимая жизнестойкость как био-психо-социальное явление, и на социально-психологическом уровне можно видеть проявления минимизирующей психологической адаптации.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Александрова Л.А. К концепции жизнестойкости в психологии / Александрова Л.А. - URL: <http://institut.smysl.ru/article/alekseeva.php> (дата обращения 13.06.2009).
2. Алексеенко С.Н. Категории жизнестойкости и качества жизни у студентов медицинского вуза в сопряженности с самооценкой здоровья / С.Н. Алексеенко, Е.В. Дробот // Земский Врач. -2014. - № 2 (23). - С. 41-44.
3. Виленчик М.М. Биологические основы старения и долголетия / М.М. Виленчик. - М.: Знание, 1987. - 224 с.
4. Екимова В.И. Особенности психического развития школьников в условиях экологического неблагополучия: дис. ... докт. психол. наук: 19.00.13 / Екимова Валентина Ивановна. М.: РГБ, 2003. - 281 с.
5. Залепухин В.В. Концепция эндогенной разнокачественности в формировании биологических ресурсов карповых рыб: дисс ... докт. биол. наук: 03.00.32 / Залепухин Валерий Владимирович. - Краснодар, 2007. - 605 с.
6. Зимина И.А. Состояние психического здоровья подростков в зоне экологического неблагополучия Забайкалья: автореф. дис. ... канд. мед. наук: спец. 14.00.18 / И.А. Зимина. - М., 2004. - 24 с.
7. Исаева Р.Б. Особенности сочетанной хронической патологии у детей в экологически неблагополучных регионах Приаралья: автореф. дис. ... докт. мед. наук: спец. 14.00.09 / Р.Б. Исаева. - М.: Научный центр здоровья детей РАМН, 2007. - 48 с.

8. Казначеев В.П. Современные аспекты адаптации / В.П. Казначеев. - Новосибирск: Наука, 1980. - 192 с.
9. Калашникова С.А. Личностные ресурсы и психологическое здоровье человека: соотношение содержания понятий / С.А. Калашникова // Гуманитарный вектор. - 2011. № 2. - С. 185-189
10. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. - М.: Политиздат, 1977. - 304 с.
11. Леонтьев Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. - М.: Смысл, 2006. - 63 с.
12. Ломов Б.Ф. Системность в психологии. Избранные психологические труды / Б.Ф. Ломов. - М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1996. - 384 с.
13. Максименко С.Д. Атрибутивные параметры жизненной энергии человека / С.Д. Максименко // Харьковская школа психологии: наследие и современная наука / Отв. ред. Т.Б. Хомуленко, М.А. Кузнецов. Х.: Изд-во ХНПУ имени Г.С. Сковороды, 2012. - С. 7-21.
14. Применение метода анализа иерархий при исследовании потенциала жизнеспособности населения города [Лещенко Е.Я., Матусенко С.В., Лещенко Я.А., Боева А.В., Батура О.Г.] // Бюллетень ВСНЦ СО РАМН. - 2007. - № 2 (54). - С. 102-106.
15. Психологическая адаптация человека в осложненных условиях жизненной среды: коллективная монография / [Сараева Н.М., Суханов А.А., Ишмухаметов Р.Р., Мысникова Э.А., Гвоздев В.А.] / под научной ред. Н.М. Сараевой. Чита: издательство ЗабГУ, 2014. - 339 с.
16. Сараева Н.М. Суханов А.А. Изучение состояния психики человека в условиях длительного влияния экологически неблагоприятной жизненной среды / Н.М. Сараева А.А. Суханов // Актуальні проблеми психології: Екологічна психологія: збірник наукових праць / за ред. Академіка Максименка С.Д. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. — Т. 7. — Вип. 20. — Ч. 2. — С. 149-153.
17. Терещенко Э.В. Психологическая оценка влияния эколого-химических факторов на личностно-характерологические особенности подростков: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Э.В.Терещенко. - Ставрополь, 2002. - 21 с.
18. Фоминова А.Н. Жизнестойкость личности: Монография / А.Н. Фоминова. - М.: Изд. МПГУ «Прометей», 2012. - 152 с.
19. Циринг Д.А. Исследование жизнестойкости у беспомощных и самостоятельных подростков / Д.А. Циринг // Вестник Томского государственного университета. - 2009. - № 323. - С. 336-341
20. Щеглов М.В. Пути повышения жизнестойкости осетровых и лососевых видов рыб в раннем онтогенезе при антропогенной нагрузке: дисс. ... канд. биол. наук: 03.00.16 /Щеглов М.В. - Астрахань, 2004. - 137 с.

REFERENCES

1. Aleksandrova L.A. K koncepcii zhiznestojkosti v psihologii / Aleksandrova L.A. - URL: <http://institut.smysl.ru/article/alekseeva.php> (data obrashcheniya 13.06.2009).
2. Alekseenko S.N. Kategorii zhiznestojkosti i kachestva zhizni u studentov medicinskogo vuza v sopryazhennosti s samoocenкой zdorov'ya / S.N. Alekseenko, E.V. Drobot // Zemskij Vrach. - 2014. - № 2 (23). - S. 41-44.
3. Vilenchik M.M. Biologicheskie osnovy stareniya i dolgoletiya / M.M. Vilenchik. - M.: Znaniye, 1987. - 224 s.
4. Ekimova V.I. Osobennosti psihicheskogo razvitiya shkol'nikov v usloviyah ehkologicheskogo neblagopoluchiya: dis. ... dokt. psihol. nauk: 19.00.13 / Ekimova Valentina Ivanovna. M.: RGB, 2003. - 281 s.
5. Zalepuhin V.V. Koncepciya ehndogennoj raznokachestvennosti v formirovaniі biologicheskikh resursov karpovykh ryb: diss ... dokt. biol. nauk: 03.00.32 / Zalepuhin Valerij Vladimirovich. - Krasnodar, 2007. - 605 s.
6. Zimina I.A. Sostoyaniye psihicheskogo zdorov'ya podrostkov v zone ehkologicheskogo neblagopoluchiya Zabajkal'ya: avtoref. dis. ... kand. med. nauk: spec. 14.00.18 / I.A. Zimina. - M., 2004. - 24 s.
7. Isaeva R.B. Osobennosti sochetannoj hronicheskoy patologii u detej v ehkologicheskii neblagopoluchnykh regionah Priaral'ya: avtoref. dis. ... dokt. med. nauk: spec. 14.00.09 / R.B. Isaeva. - M.: Nauchnyj centr zdorov'ya detej RAMN, 2007. - 48 s.
8. Kaznacheev V.P. Sovremennye aspekty adaptacii / V.P. Kaznacheev. - Novosibirsk: Nauka, 1980. - 192 s.
9. Kalashnikova S.A. Lichnostnye resursy i psihologicheskoe zdorov'e cheloveka: sootnosheniye sodержaniya ponyatij / S.A. Kalashnikova // Gumanitarnyj vektor. - 2011. № 2. - S. 185-189
10. Leont'ev A.N. Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost' / A.N. Leont'ev. - M.: Politizdat, 1977. - 304 s.
11. Leont'ev D.A. Test zhiznestojkosti / D.A. Leont'ev, E.I. Rasskazova. - M.: Smysl, 2006. - 63 s.
12. Lomov B.F. Sistemnost' v psihologii. Izbrannyye psihologicheskije trudy / B.F. Lomov. - M.: Izd-vo «Institut prakticheskoy psihologii», Voronezh: NPO «MODEHK», 1996. - 384 s.
13. Maksimenko S.D. Atributivnye parametry zhiznennoj ehnergii cheloveka / S.D. Maksimenko // Har'kovskaya shkola psihologii: nasledie i sovremennaya nauka / Otv. red. T.B. Homulenko, M.A. Kuznecov. H.: Izd-vo HNPU imeni G.S. Skovorody, 2012. - S. 7-21.
14. Primeneniye metoda analiza ierarhij pri issledovanii potentsiala zhiznesposobnosti naseleniya goroda / [Leshchenko E.YA., Matusenko

- S.V., Leshchenko YA.A., Boeva A.V., Batura O.G.] // Byulleten' VSNC SO RAMN. - 2007. - № 2 (54). - S. 102-106.
15. Psihologicheskaya adaptatsiya cheloveka v oslozhnennykh usloviyakh zhiznennoy sredy: kollektivnaya monografiya / [Saraeva N.M., Suhanov A.A., Ishmuhametov R.R., Mysnikova E.H.A., Gvozdev V.A.] / pod nauchnoj red. N.M. Saraevoy. CHita: izdatel'stvo ZabGU, 2014. - 339 s.
 16. Saraeva N.M. Suhanov A.A. Izuchenie sostoyaniya psihiki cheloveka v usloviyakh dlitel'nogo vliyaniya ehkologicheski neblagopoluchnoj zhiznennoy sredy / N.M. Saraeva A.A. Suhanov // Aktual'ni problemi psihologii: Ekologichna psihologiya: zbirnik naukovih prac' / za red. Akademika Maksimenka S.D. ZHitimir: Vid-vo ZHDU im. I. Franka, 2009. — T. 7. — Vip. 20. — CH. 2. — S. 149-153.
 17. Tereshchenko E.H.V. Psihologicheskaya ocenka vliyaniya ehkologo-himicheskikh faktorov na lichnostno-harakterologicheskie osobennosti podrostkov: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk: 19.00.01 / E.H.V. Tereshchenko. - Stavropol', 2002. - 21 s.
 18. Fominova A.N. ZHiznestojkost' lichnosti: Monografiya / A.N. Fominova. - M.: Izd. MPGU «Prometej», 2012. - 152 s.
 19. Ciring D.A. Issledovanie zhiznestojkosti u bespomoshchnyh i samostoyatel'nyh podrostkov / D.A. Ciring // Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. - 2009. - № 323. - S. 336-341
 20. SHCHeglov M.V. Puti povysheniya zhiznestojkosti osetrovyyh i lososevyh vidov ryb v rannem ontogeneze pri antropogennoj nagruzke: diss. ... kand. biol. nauk: 03.00.16 / SHCHeglov Mihail Valer'evich. - Astrahan', 2004. - 137 c.

УДК 159.9.07

САРАЕВА Н. М., СУХАНОВ А. А.

Забайкальский государственный университет, г. Чита

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ ЧЕЛОВЕКА, ЖИВУЩЕГО В ЭКОЛОГИЧЕСКИ НЕБЛАГОПОЛУЧНОМ ГОРОДЕ

В статье дается обоснование возможности рассмотрения показателей жизнестойкости в качестве одного из параметров, по которому определяется успешность психологической адаптации человека, проживающего в экологически неблагоприятной городской среде. По мнению авторов, нельзя сводить содержание понятия «жизнестойкость» только к психосоциальным, личностным, характеристикам. Жизнестойкость имеет биологическую основу и широкий комплекс проявлений – от психофизиологических до социально-психологических. Это делает возможным допущение связи агентов природной (физической) среды.

В статье приводятся результаты эмпирического изучения

жизнестойкости молодежного населения нескольких экологически неблагоприятных городов Забайкальского края.

Ключевые слова: *жизнестойкость, био-психо-социальное явление, экологически неблагоприятный город, психологическая адаптация, молодежное население.*

UDC 159.9.07

N. M. SARAYEVA, A. A. SUKHANOV

Transbaikal State University, Chita

HARDINESS OF A PERSON LIVING IN AN ECOLOGICALLY UNFAVOURABLE CITY

The paper substantiates possible ways to study hardiness rates as one of the parameters of a successful psychological adaptation of a man living in ecologically unfavourable urban environment. The authors suggest that one must not reduce the content of the 'hardiness' notion only to psychosocial personal characteristics. Hardiness has a biological base and its range of display varies from psycho-physiological to social-psychological aspects. It makes it possible to assume there is a relation between its parameters and permanent action of natural (physical) environment noxious agents. The paper presents results of an empirical study of hardiness performed by youth population in a few ecologically unfavourable cities of Transbaikal region.

Key words: *hardiness, bio-psycho-social phenomenon, ecologically unfavourable city, psychological adaptation, youth population.*

Матеріал надійшов до редакції: 29.04.2015