

*доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры теоретической и прикладной психологии Забайкальского государственного университета, г. Чита;*

*кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии Забайкальского государственного университета, г. Чита*

## **СУБЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ЭКОЛОГИЧЕСКИ НЕБЛАГОПОЛУЧНАЯ ЖИЗНЕННАЯ СРЕДА КАК ЛИМИТИРУЮЩИЙ ФАКТОР ПСИХИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА**

У статті обговорюються результати багаторічних досліджень стану психіки, психологічної адаптації, життєздатності дитячого та юнацького населення, що народилося і проживає в Забайкальському краї – одному з регіонів екологічного неблагополуччя Росії. Спираючись на положення про необхідність енергетичного забезпечення адаптаційних процесів і недостатньому енергогенезе жителів «забруднених» територій з посиланнями на результати емпіричних досліджень, автори формують висновок про те, що субекстремальна екологічно неблагополучна середовище є фактором, що лімітує психічну діяльність людини.

**Ключові слова:** *життєве середовище, екологічне неблагополуччя, субекстремальні умови, дитяче та юнацьке населення, стан психіки, психологічна адаптація, життєздатність, зниження показників.*

**Постановка проблеми.** Чернобыльская катастрофа явилась реальной угрозой существованию множества людей, заставила осознать чрезвычайную хрупкость всей природы и человека, понять необходимость сохранения его физических и психических сил. Смысл одного из главных уроков Чернобыля состоит в глубинном понимании того, что системные связи человека с природной (физической) средой достаточно жестки и однозначны, и изменение ее характеристик неизбежно влечет за собой изменение параметров жизнедеятельности (и психической деятельности) человека.

Экстремальные последствия чернобыльской аварии обострили внимание и к проблеме влияния на здоровье и психику человека экологически неблагополучной природной среды как таковой, пусть по интенсивности ее естественные и/или антропогенные «загрязнения» и не являются экстремальными. Эта проблема отнюдь давно осознана специалистами. Однако крупнейшая техногенная катастрофа катализировала исследования характера

взаимодействия человека с экологически деформированной природной средой.

Регионы России попали лишь в зону так называемого «Чернобыльского следа», но, согласно исследованиям, последствия взаимодействия с неэкстремально загрязненной радиационным излучением средой оказались также весьма тяжелыми для психики человека. Многие показатели психической деятельности населения (прежде всего, детского) зараженных территорий оказались сниженными [5; 8].

Между тем, кроме радиации, природную среду экологически неблагополучных регионов страны «загрязняет» множество других вредных агентов, и они, будучи субэкстремальными по силе, но действующими постоянно / длительно, настолько серьезны, что делают ее не вполне адекватной гено- и фенотипическим свойствам людей, родившихся и длительно живущих в данных регионах [10]. Назовем такую экологически деформированную природную среду субэкстремальной.

**Цель статьи** - на материалах исследований в конкретном регионе (Забайкальском крае) показать, что и субэкстремальное экологическое неблагополучие является лимитирующим фактором психической деятельности человека, родившегося и постоянно проживающего в условиях деформированной жизненной среды.

Забайкальский край относится к регионам экологического неблагополучия (РЭН). По некоторым существенным параметрам он может быть назван сложной природной территорией с низкой устойчивостью к экологическим нагрузкам и недостаточным потенциалом восстановления. Люди, живущие здесь, испытывают на себе воздействие ряда дополнительных (не известных в других местах) неблагоприятных субэкстремальных факторов, вызывающих адаптационные реакции и патологические процессы. Суровый резко-континентальный климат, флуктуирующая кислородная недостаточность, другие негативные природно-климатические характеристики региона делают трудной жизнь людей здесь. Фиксируя в целом достаточный уровень адаптации к природно-климатическим условиям региона как коренного населения (бурят), так и пришлого (русских), исследователи вместе с тем отмечают, что «заболеваемость...свидетельствует о неустойчивой адаптации» [2, с. 122]. Речь идет о биологической адаптации. По уровню индекса потенциальной жизнеспособности Забайкалье относят к регионам с наиболее низким показателем [Там же].

Одной из самых серьезных проблем региона является экологическое неблагополучие многих его территорий, обусловленное естественными и антропогенными факторами.

Степень этого неблагоприятия варьирует от легкой до кризисной. Край относится к наиболее опасным по метеорологическому потенциалу загрязнения атмосферы, что обусловлено горно-котловинным рельефом большей части территорий, климатическими особенностями региона в целом, для него характерны повышенные концентрации диоксида азота, бенз(а)пирена и других загрязняющих веществ высокой опасности. Забайкальский край — старейший горнорудный район России. Развитие горнорудной и перерабатывающей промышленности привело к накоплению десятков миллионов тонн отходов [6]. Концентрации вредных химических элементов в них превышают допустимые в десятки раз. Восточное Забайкалье относится к крупнейшей ураноносной провинции страны. В крае добывается почти 100 % урана РФ, функционирует единственный в стране комплекс по добыче и обогащению урана (г. Краснокаменск). При этом отмечается, что радиационный фактор не является ведущим фактором вредного воздействия на здоровье населения [27].

**Литературные данные о состоянии физического и психического здоровья населения региона.** Многими медико-биологическими исследованиями, проведенными в регионе, установлено, что малодозовые, но хронические воздействия на организм человека субэкстремальной экологически неблагоприятной среды являются фактором, снижающим уровень физического и психического здоровья. Заболеваемость детей и подростков, в том числе и количество экологозависимых, индикаторных патологий среди детей, в крае выше средних показателей по России [1; 2; 7; 9; 11; 24; 25; 26; 27].

Особой мишенью воздействий комплексных экологических «загрязнений» является мозг человека [27]. Важным достижением медико-биологических работ стало доказательство недостаточного энергетического в организме человека, родившегося в субэкстремальных условиях Забайкальского края. Приведенная в литературе статистика вполне убедительна [7; 24; 25].

Исходя из представлений о системной организации человека [13], мы сформулировали **проблему наших исследований** следующим образом: если на базовом биологическом уровне этой организации наблюдается снижение показателей жизнедеятельности, то каковы ее показатели на психологическом и социальном (по А.Н. Леонтьеву [13]) уровне, то есть каковы показатели психической деятельности человека, родившегося и проживающего в условиях субэкстремального экологического неблагоприятия?

Пятнадцать лет группа психологов Забайкальского государственного университета изучает состояние психики

коренного детского и юношеского населения экологически неблагоприятных территорий Забайкальского края<sup>1</sup>. За это время предметная область исследований расширилась. Логика разработки проблемы определила переход от констатации наличия изменений в психологическом статусе детей, родившихся и живущих на экологически «загрязненных» территориях, к анализу возможных механизмов такого изменения. Нам представляется, что к их числу относятся адаптационные механизмы, поэтому специальным предметом исследований стала специфика, стратегия психологической адаптации юношеского населения края. Наконец, на сегодняшнем этапе работы проводится изучение психологических аспектов жизнеспособности человека, проживающего в условиях субэкстремального экологического неблагоприятия.

**Методология и основные обобщенные результаты исследования.** Понятно, что разработка междисциплинарной проблемы такой степени сложности (эта сложность не осознавалась нами полностью в начале пути, на который мы вступили достаточно легкомысленно) потребовала особой методологии и особого дизайна исследования.

Методологические позиции исследования определены эконсихологическим походом к развитию психики (В.И. Панов [17; 18]), основным требованием которого стала необходимость рассмотрения психических явлений в системе «человек - жизненная среда».

Теоретическая база работы разнонаправленна и обширна. Основными являются три направления исследований: 1. Идеология экологической психологии и педагогики [Базылевич, 1993; Гагарин, 2005; Гибсон, 1988; Голд, 1990; Дерябо, 2002; Иващенко, 2004; Калмыков, 1999; Ковалев, 1993; Носуленко, 1992; Панов, 2004; Рубцов, 1996; Черноушек, 1989; Ясвин, 1998; Pawlik, Stapf, 1992].

*Отдельно хочется назвать имя В.А. Скребца, внесшего значительный вклад в развитие эконсихологической мысли [Скребец, 1998, 2004, 2011, 2014].*

2. Концепции биологической и психической адаптации человека к изменяющимся средовым условиям [Авцын, 1972; Агаджанян, 1998; Алексеева, 1998; Березин, 1988; Казначеев, 1980; Медведев, 1984; Тимофеев-Ресовский, 1962; Яницкий, 1999 и др.];

3. Концепции взаимосвязи биологических, нейросоматических и психических явлений. Они потребовали анализа медицинских исследований состояния физического и нервно-психического здо-

---

<sup>1</sup> В разные годы в исследовательскую группу кроме авторов статьи входили Н.М. Дьячкова, Т.И. Ежевская, О.П. Михайлова, Э.А. Мысникова, Г.А. Чиркова

ровья людей на территориях экологического неблагополучия; закономерностей энергогенеза.

Теоретико-методологическая база работы, в первую очередь, реализация принципа системности, учет в исследовательской программе влияния единой природной и социальной среды как жизненной среды человека, позволила получить эмпирические показатели актуального состояния психики (психологического статуса) детей, родившихся и проживающих в условиях субэкстремального экологического неблагополучия, и в известной мере дать ответ на вопрос, сформулированный в проблеме. Проводился популяционный анализ данных.

Результаты эмпирических исследований не раз были представлены в сборниках научных трудов, издаваемых по итогам международных научных конференций «Современные проблемы экологической психологии» Институтом психологии имени Г.С. Костюка НАПН Украины<sup>2</sup> [22; 23].

Не повторяя их в этой статье, скажем, что главным итогом изучения психологического статуса детского населения экологически неблагополучных территорий Забайкальского края стало подтверждение гипотезы о том, что разноуровневые показатели состояния психики данной категории детей снижены, выявлен их (показателей) дрейф из диапазона средней нормы в границы нормы сниженной. Оказалась, что социальная среда экологически «загрязненных» территорий - особенно при кризисной и чрезвычайной степени экологического благополучия - не всегда способна компенсировать негативное влияние на психику деформированной природной среды.

Дальнейший анализ проблемы закономерно поставил вопрос о возможных механизмах, причинах возникновения выявленной тенденции к снижению показателей психической деятельности практически здоровых обследованных детей. На наш взгляд, эта тенденция есть результат и проявление специфических адаптационных процессов, особой стратегии адаптации, которая вынужденно реализуется при длительном пребывании человека в любых осложненных средовых условиях.

Известно, что пусковым для адаптации является энергетический механизм. Изменение энергетики - составная (неспецифическая) часть всех адаптационных процессов. Адаптация к любым условиям жизненной среды имеет «энергетическую» цену [4; 10; 15]. Тем более это относится к осложненным условиям жизненной среды, в нашем случае, - к условиям субэкстремальной экологически неблагополучной среды. Адаптация к ним является энергозатратной. И

---

<sup>2</sup> Авторы благодарят коллег за предоставленную возможность и благожелательное внимание

чтобы сохранять необходимый для жизнедеятельности энергобаланс, организм и психика переходят на режим энергосбережения. В Забайкальском крае его необходимость определяется и недостаточным энергогенезом, о котором говорилось выше. Реализуется стратегия минимизирующей адаптации.

Приведенные положения вошли в концепцию психологической адаптации человека в РЭН (А.А. Суханов). Мы понимаем психологическую адаптацию как системную характеристику системы «человек - жизненная среда, природная и социальная», явление целостное, принципиально неразложимое на отдельные виды адаптации (психофизиологическую, психическую / психологическую, социально-психологическую).

Эмпирическое обоснование концепции подтвердило предположение о том, что молодежное население (старшие школьники, студенты колледжей и вузов) субэкстремально «загрязненных» территорий Забайкальского края имеет адаптационные показатели, значимо отличающиеся от таковых у их сверстников, жителей экологически «чистых» территорий. На всех уровнях, прежде всего, на психофизиологическом и психическом, выявлено снижение показателей психологической адаптации испытуемых, проживающих в условиях экологического неблагополучия жизненной среды. На социально-психологическом уровне, благодаря компенсирующим социальным факторам, адаптационные показатели большинства испытуемых входят в граница средних значений, но и здесь испытуемых с низкими показателями на экологически «загрязненных» территориях больше, чем на территориях экологически «чистых». Хотя старшие школьники и студенты, пребывающие в субэкстремальной экологически неблагополучной среде, имеют в целом более устойчивые показатели психической деятельности, чем дети от дошкольного до подросткового возрастов, но проявления минимизирующей психологической адаптации в этих показателях видны вполне отчетливо.

В 2013 году в материалах названной конференции результаты эмпирических исследований по данному направлению уже представлялись (подробно описывались предпосылки и дизайн исследования, параметры и методы диагностики) [21], поэтому в данной статье мы не будем их повторять, хотя работа продолжается, новые получаемые данные раз за разом подтверждают существование указанной тенденции. Приведем только один пример из исследований 2016 года. В выборке из 186 школьников 11-х классов, родившихся и проживающих в экологически неблагополучном и лучшие социальные условия краевом центре - в г. Чита (контрольная выборка - школьники, жители экологически «чистого» города Дивногорск

Красноярского края, N=100), - 72,2% испытуемых, обследованных с помощью теста Э. Ландольта, имеет низкий уровень выносливости при выполнении умственной деятельности (на контрольной территории - 20%), 43,4 % показывают высокую амплитуду колебаний работоспособности (на контрольной территории - 26,7%), только 4,9% (на контрольной территории - 74,6%) испытуемых демонстрируют высокую скорость переработки информации (это при том, что интегральный показатель работоспособности у большинства испытуемых средний). На психическом уровне психологической адаптации только у 15,7% испытуемых той же выборки определен нормальный профиль ММРІ, свидетельствующий об отсутствии затруднений в адаптации (на контрольной территории - 78,3%), а у 23,3% испытуемых определен утопленный, у 61,0% - пограничный профили ММРІ, которые свидетельствуют о напряжении адаптации (на контрольной территории - 16,7%). Показатели социально-психологического уровня психологической адаптации у большинства испытуемых вошли в границы средних значений, но у 22% обследованных обнаружены низкие показатели жизнестойкости. Эта группа вдвое больше той, что с такими же показателями выделена в выборке жителей контрольной экологически «чистой» территории. Уровень значимости различий всех приведенных данных по Ф. Фишеру -  $p < 0,01$ .

Таким образом, многолетние исследования фиксируют снижение популяционных показателей психологической адаптации коренного юношеского населения территорий Забайкальского края с субэкстремальной экологически неблагоприятной жизненной средой.

На сегодняшнем этапе разработки проблемы, обозначенной в начале данной статьи, рассматривается идея о том, что адаптационные характеристики человека могут служить показателями его жизнеспособности. Междисциплинарное понятие «жизнеспособность» только формируется в психологической науке. До недавнего времени его психологическое содержание не обсуждалось, более того, подвергалось сомнению. Лишь в последнее десятилетия начали проводиться активные исследования [12; 14; 19]. Прежде всего, поэтому необходимо было обосновать правомерность его употребления в контексте изучаемых вопросов, что и было сделано [20]. Мы считаем некорректным акцентирование исключительно социальных сущностных характеристик жизнеспособности при отвлечении от природных, биологических ее основ, что характерно для психологических работ. По нашему мнению, жизнеспособность и в ее психологическом содержании - это не только комплекс личностных характеристик, но и необходимая биологическая база для их реализации. Как и все сложные образования психики человека,

жизнеспособность представляет собой био-психо-социальное явление. Сказанное позволяет обсуждать вопросы специфики психологической жизнеспособности людей, которые родились и постоянно проживают в субэкстремальной экологически неблагоприятной природной среде.

В психологии настойчиво подчеркивается связь жизнеспособности и адаптации. Здесь изучение жизнеспособности и началось в проблемном поле адаптации (а также саморегуляции, совладания, самореализации и др.).

Посвящая многие свои работы анализу психологической адаптации, В.И. Медведев рассматривает в ее контексте жизненный потенциал человека как интегральное свойство сохранять биологическую и духовно-психологическую жизнеспособность [15]. А.В. Махнач называет адаптацию среди шести компонентов жизнеспособности [14]. Е.А. Рыльская включает способности адаптации в структуру жизнеспособности [19].

А далее уместно вспомнить о том, что Б.Г. Ананьев понимал жизнеспособность как общий энергетический потенциал, общую способность человека к эффективному функционированию, определяющую уровень осуществления жизненных функций [3]. Отсюда обоснованным представляется предположение о том, что снижение показателей психической деятельности детей и адаптационных показателей юношей, родившихся и проживающих на экологически неблагоприятных территориях Забайкальского края, для жителей которых характерен недостаточный энергогенез, есть проявление ослабления их жизнеспособности.

Адаптационные показатели характеризуют адаптационный потенциал человека, являющийся частью популяционного психологического потенциала, обозначающего «системное свойство социума, возникающее на базе психологических свойств составляющих его людей и лежащее в основе возможностей осуществлять продуктивную жизнедеятельность» [28, с. 75]. Психологический адаптационный потенциал населения - это результирующее показателей актуального и возможного («мобилизационного резерва») уровня психологической адаптации людей, живущих на конкретной территории, интегральная характеристика их адаптационных способностей.

Полученные эмпирические данные дают основание для вывода о снижении адаптационного потенциала детского и юношеского населения, родившегося и проживающего в экологически неблагоприятных регионах.

#### **Общие выводы** по материалам исследований.

В регионе субэкстремального экологического неблагоприятия, естественного и производственного генеза (Забайкальском крае)



выявлено снижение разноуровневых показателей актуального состояния психики (психологического статуса) детей, от дошкольного до подросткового возрастов, родившихся и постоянно проживающих на «загрязненных» территориях, по сравнению с их сверстниками, проживающими на экологически «чистых» территориях.

Сопоставление данных обнаружило существование достаточно явной тенденции снижения разноуровневых показателей психологической адаптации испытуемых юношеского возраста (старших школьников и студентов), родившихся и постоянно проживающих на «загрязненных» территориях.

Субэкстремальная экологически неблагоприятная жизненная среда РЭН является, таким образом, лимитирующим фактором оптимальной психической деятельности детского и юношеского населения.

Проблема сохранения жизнеспособности человека в регионах с субэкстремальными характеристиками экологического неблагополучия требует тщательного изучения.

#### **Список использованных источников**

1. Абашкина Е.В. Эпидемиология нервно-психических расстройств у детей в зоне экологического неблагополучия в Забайкалье (город Баян-Ола): автореф. дис. ... канд. мед. наук: 14.00.18. / Е.В. Абашкина. — Чита, 2002. — 26 с.
2. Агаджанян Н.А. Адаптация, экология и здоровье населения различных этнических групп Восточного Забайкалья: Научное издание / Н.А. Агаджанян, Н.Г. Гомбоева. — Новосибирск: Изд-во СО РАН; Чита: Изд-во ЗабГПУ, 2005. — 152 с.
3. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. — Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1968. — 339 с.
4. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. — Л.: Наука, 1988. — 270 с.
5. Богданов Е.Н. Влияние условий радиационной загрязненности местности на психическое развитие старшеклассников / Е.Н. Богданов, Г.П. Иванов, Н.А. Чикалов // Вопросы психологии. — 2003. — № 4. — С. 19-25.
6. Географические исследования в Забайкалье: тезисы докладов. — Чита: Изд-во ЗабГПУ, 2002. — 76 с.
7. Горлачев В.П. Экология Забайкалья и здоровье человека / В.П. Горлачев, М.И. Сердцев. — Чита: Изд-во ЗабГПУ, 2003. — 100 с.
8. Екимова В.И. Особенности психического развития школьников в условиях экологического неблагополучия: дисс. ... докт. психол. наук: 19.00.13 / В.И. Екимова. — М.: РГБ, 2003. — 281 с.
9. Елизарова Т.В. Загрязнения окружающей среды и ее влияние на здоровье городского детского населения (на примере города Читы): автореф. дис. ... канд. мед. наук: 14.00.07 / Т.В. Елизарова. — Иркутск, 1997. — 24 с.

10. Казначеев В.П. Современные аспекты адаптации /В.П. Казначеев. —Новосибирск: Наука, 1980. — 192 с.
11. Кошмелева Я.А. Роль нарушений гормонального статуса в генезе резидуально-органических нервно-психических расстройств у детей и подростков экологически неблагополучного региона Забайкалья: автореф. дис. ... канд. мед. наук: 14.00.16 /Я.А. Кошмелева. — Чита, 2003. — 19 с.
12. Лактионова А.И. Взаимосвязь жизнеспособности и социальной адаптации подростков: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 /А.И. Лактионова. — М., 2010. — 22 с.
13. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность /А.Н. Леонтьев. — М.: Политиздат, 1977. — 304 с.
14. Махнач А.В. Социокультурный экологический подход в исследовании жизнеспособности человека и семьи /А.В. Махнач // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. — 2014. — №. 3 (43). — С. 67-75.
15. Медведев В.И. Адаптация человека /В.И. Медведев. — СПб.: Институт мозга человека РАН, 2003. — 584 с.
16. Морозова И.Л. Нейропсихологическая структура задержки психического развития дошкольников, проживающих на территории экологического неблагополучия: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.04 /И.Л. Морозова. — М.: Московский НИИ психиатрии, 2007. — 26 с.
17. Панов В.И. Экологическая психология: Опыт построения методологии /В.И. Панов. — М.: Наука, 2004. — 197 с.
18. Панов В.И. Экопсихология: Парадигмальный поиск /В.И. Панов. — М.; СПб.: Психологический институт РАО; Нестор-История, 2014. — 304 с.
19. Рьльская Е.А. Психология жизнеспособности человека: дис ... д-ра психол. наук: 19.00.01 /Е.А. Рьльская. — Ярославль, 2014. — 446 с.
20. Сараева Н.М. Жизнеспособность юношеского населения в регионе экологического неблагополучия по показателям психологической адаптации /Н.М. Сараева //7-я Российская конференция по экологической психологии. Тезисы /отв. ред. М.О. Мдивани. — М.: ФГБНУ «Психологический институт РАО»; СПб.: Нестор-История, 2015. — С. 389-392.
21. Сараева Н.М. Стратегия психологической адаптации человека в экологически неблагополучном городе /Н.М. Сараева, Э.А. Мысникова // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. — Житомир: “Вид-во ЖДУ ім. І. Франка”, 2013. — Т. VII. Екологічна психологія. — Вип. 33. — С. 431-441.
22. Сараева Н.М. Изучение состояния психики человека в условиях длительного влияния экологически неблагополучной 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.
23. Сараева Н.М. Психологический статус детей в экологически неблагополучном регионе как обоснование необходимости регионализации образовательной практики /Н.М. Сараева., А.А. Суханов // Актуальні про-

- блеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. — Житомир: “Вид-во ЖДУ ім. І. Франка”, 2012. — Т. VII. Екологічна психологія. — Вип. 29. — С. 399-407
24. Сердцев М.И. Экология Забайкалья и здоровье /М.И. Сердцев. — Чита: Изд-во ЗаБГПУ, 2001. — 68 с.
  25. Сердцев М.И. Экология, метаболизм, здоровье /М.И. Сердцев. — Чита: Изд-во Читинского пединститута, 1996. — 161 с.
  26. Состояние нервно-психического здоровья детей и подростков, проживающих в экологически неблагоприятном регионе Восточного Забайкалья /Н.В. Говорин, И.А. Зимица, Е.В. Абашкина [и др.] // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. — 2003. № 1 (27). — С. 61— 63.
  27. Элизбарян Е.Г. Некоторые патофизиологические характеристики органического поражения головного мозга у детей в зоне экологического неблагополучия Забайкалья: дис. ... канд. мед. наук: 14.00.16 /Е.Г. Элизбарян. — Чита, 2004. — 140 с.
  28. Человеческий потенциал: опыт комплексного подхода. — М.: ЭДИТОРИАЛ УРСС, 1999. — 176 с.

### Spisok ispol'zovannyh istochnikov

1. Abashkina E.V. Epidemiologiya nervno-psihicheskikh rasstrojstv u detej v zone ekologicheskogo neblagopoluchiya v Zabajkal'ye (gorod Balej): aftoref. dis. ... kand. med. nauk: spec. 14.00.18 / Abashkina E.V. — Chita, 2002. — 26 s.
2. Agadzhanyan N.A. **Adaptatsiya, ekologiya i zdorov'ye naseleniya razlichnyh etnicheskikh grupp Vostochnogo Zabajkal'ya: nauchnoye izdaniye** /N.A. Agadzhanyan, N.G. Gomboyeva. — Novosibirsk: izd-vo SO RAN; Chita: izd-vo ZabGPU, 2005. — 152 s.
3. Anan'yev B.G. Chelovek kak predmet poznaniya /B.G. Anan'yev. — L.: Izd-vo Leningr. un-ta, 1968. — 339 s.
4. Berezin F.B. Psihicheskaya i psihofiziologicheskaya adaptatsiya cheloveka /F.B. Berezin. — L.: Nauka, 1988. — 270 s.
5. Bogdanov E.N. Vliyaniye uslovij radiatsionnoj zagryaznennosti mestnosti na psihicheskoye razvitiye starsheklassnikov /E.N. Bogdanov, G.P. Ivanov, N.A. Chikalov // Voprosy psihologii. — 2003. — № 4. — S. 19-25.
6. Geograficheskiye issledovaniya v Zabajkal'ye: tezisy dokladov. — Chita: Izd-vo ZabGPU, 2002. — 76 s.
7. Gorlachev V.P. Ecologiya Zabajkal'ya i zdorov'ye cheloveka /V.P. Gorlachev, M.I. Srrdtsev. — Chita: izd-vo ZabGPU, 2003. — 100 s.
8. Ekimova V.I. Osobennosti psihicheskogo razvitiya shkol'nikov v usloviyah ehkologicheskogo neblagopoluchiya: dis. ... dokt. psihol. nauk: 19.00.13 /V.I. Ekimova. — M.: RGB, 2003. — 281 s.
9. Elizarova T.V. Zagryazneniya okruzhayushchej sredy i eyo vliyaniye na zdorov'ye gorodskogo detskogo naseleniya (na primere goroda **Chity**): avtoref. dis. ... kand. med. nauk: spec. 14.00.07 / T.V. Elizarova. — Irkutsk, 1997. — 24 s.
10. Kaznacheev V.P. Sovremennye aspekty adaptacii /V.P. Kaznacheev. — Novosibirsk: Nauka, 1980. — 192 s.
11. Koshmeleva Ya.A. Rol' narushenij gormonal'nogo statusa v geneze rezidual'no-organicheskikh nervno-psihicheskikh rassirojstv u detej i podrostkov ekolog-

- icheski neblagopoluchnogo regiona Zabajkal'ya: avtoref. dis. ... kand. med. nauk: spec. 14.00.16 /Ya.A. Koshmeleva. — Chita, 2003. — 19 s.
12. Laktionova A.I. Vzaimosbyaz' zhiznesposobnosti i sotsial'noj adaptatsii podrostkov: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk: spec. 19.00.13 /A.I. Laktionova. — M., 2010. — 22 s.
  13. Leont'ev A.N. Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost' /A.N. Leont'ev. — M.: Politizdat, 1977. — 304 s.
  14. Mahnach A.V. Sotsiokul'turnyj ekologicheskij podhod v issledovanii zhiznesposobnosti cheloveka i sem'i /A.V. Mahnach // Sotsial'nye i gumanitarnye nauki na Dal'nem Vostoke. — 2014. — №. 3 (43). — S. 67-75.
  15. Medvedev V.I. Adaptatsiya cheloveka /V.I. Medvedev. — SPb.: Institut mozga cheloveka RAN, 2003. — 584 s.
  16. Morozova I.L. Nejropsihologicheskaya struktura zaderzhki psihicheskogo razvitiya doshkol'nikov, prozhivayushchih na territorii ekologicheskogo neblagopoluchiya: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk: spec. 19.00.04 /I.L. Morozova. — M.: Moskovskij NII psihiatrii, 2007. — 26 s.
  17. Panov V.I. Ekologicheskaya psihologiya: opyt postroyeniya metodologii /V.I. Panov. — M.: Nauka, 2004. — 197 s.
  18. Panov V.I. Ekopsihologiya: paradigmal'nyj poisk /V.I. Panov. — M.: Psihologicheskij institut RAO; SPb.: Nestor-Istoriya, 2014. — 304 s.
  19. Ryl'skaya E.A. Psihologiya zhiznesposobnosti cheloveka: dis. ... dokt. psihol. nauk: spec. 19.00.01 /E.A. Ryl'skaya. — Yaroslavl', 2014. — 446 s.
  20. Saraeva N.M. Zhiznesposobnost' yunosheskogo naseleniya v regione ekologicheskogo neblagopoluchiya po pokazatel'am psihologicheskoy adaptatsii /N.M.Saraeva //7-ya Rossijskaya konferentsiya po ekologicheskoy psihologii. Tezisy /Otv. red. M.O. Mdivani. — M.: Psihologicheskij institut RAO; SPb.: Nestor-Istoriya, 2015. — S. 389-392.
  21. Saraeva N.M. Strategiya psihologicheskoy adaptatsii cheloveka v ekologicheski neblagopoluchnom gorode /N.M. Saraeva, E.A. Mysnikova //Aktual'ni problemi psihologii: Zbirknik naukovih prac' Institutu psihologii imeni G.S. Kost'uka NAPN Ukrainy. — Zhitomir: Vid-vo ZHDU im. I. Franka, 2013. — T. 7. — Vyp. 33. — S. 431-441.
  22. Saraeva N.M. Izuchenie sostoyaniya psihiki cheloveka v usloviyah dlitel'nogo vliyaniya ekologicheski neblagopoluchnoj zhiznennoj sredy /N.M. Saraeva, A.A. Suhanov //Aktual'ni problemi psihologii: Ekologichna psihologiya: zbirnik naukovih prac' / za red. Akademika Maksimenka S.D. — Zhitomir: Vid-vo ZHDU im. I. Franka, 2009. — T. 7. — Vyp. 20. — Ch. 2. — S. 149-153.
  23. Saraeva N.M. Psihologicheskij status detej v ekologicheski neblagopoluchnom regione kak obosnovaniye neobhodimosti regionalizatsii obrazovatel'noj praktiki / N.M. Saraeva, Suhanov //Aktual'ni problemi psihologii: Zbirknik naukovih prac' Institutu psihologii imeni G.S. Kost'uka NAPN Ukrainy. — Zhitomir: Vid-vo ZHDU im. I. Franka, 2012. — T. VII. —Vyp. 29. — S. 399-407.
  24. Serdtsev M.I. Ekologiya Zabajkal'ya i zdorov'ye /M.I. Serdtsev. — Chita: izd-vo ZabGPU, 2001. — 68 s.
  25. Serdtsev M.I. Ekologiya, metabolism, zdorov'ye /M.I. Serdtsev. — Chita: izd-vo Chitinskogo pedinstituta, 1996. — 161 s.
  26. Sostoyaniye nervno-psihicheskogo zdorov'ya detej i podrostkov, prozhivayushchih v ecologicheski neblagopriyatnom regione Vostochnogo Zabajkal'ya

/N.V. Govorin, I.A. Zimina, E.V. Abashkina [i dr.] // Sibirskij Vestnik psichiatrii i narkologii. — 2003. — № 1 (27). — С. 61-63.

27. Elizbaryan E.G. Nekotorye patofiziologicheskiye harakteristiki organicheskogo porazheniya mozga v zone ekologicheskogo neblagopoluchiya: dis. ... kand. med. nauk: spec. 14.00.16 /E.G.Elizbaryan. - Chita, 2004. - 140 s.
28. Chelovecheskij potencial: opyt kompleksnogo podhoda. — M.: EDITORIAL URSS, 1999. — 176 s.

**Сараева Н.М., Суханов А.А. Субэкстремальная экологически неблагоприятная жизненная среда как лимитирующий фактор психической деятельности человека**

В статье обсуждаются результаты многолетних исследований состояния психики, психологической адаптации, жизнеспособности детского и юношеского населения, родившегося и проживающего в Забайкальском крае - одном из регионов экологического неблагополучия России. Опираясь на положение о необходимости энергетического обеспечения адаптационных процессов и недостаточном энергогенезе жителей «загрязненных» территорий со ссылками на результаты эмпирических исследований, авторы формулируют вывод о том, что субэкстремальная экологически неблагоприятная среда является фактором, лимитирующим психическую деятельность человека.

**Ключевые слова:** *жизненная среда, экологическое неблагополучие, субэкстремальные условия, детское и юношеское население, состояние психики, психологическая адаптация, жизнеспособность, снижение показателей.*

**Sarayeva N.M., Sukhanov A.A. Sub-extreme Ecologically Disadvantaged Living Environment as a Limiting Factor for Human Mental Activity**

The authors discuss the results of long-term studies of mental state, psychological adaptation and vitality of the population of children and youth born in Transbaikal region — one of the regions of ecological trouble in Russia. The article provides methodological bases of research. The authors emphasize that the study of psychic phenomena involves the analysis of connections in the system of «man vs. living environment, natural and social». The empirical studies have established that the studied group of the above-mentioned categories shows lower psychological status and psychological adaptation indices at different levels. A special adaptation strategy is realized in the ecologically “polluted territories”, which is the minimizing adaptation, typical for a man who stays in any complicated conditions of living environment for a long time. Relying on the thesis about the necessity to provide energy for adaptation processes and about insufficient energy genesis of the residents of “polluted” territories with reference to the results of empirical studies, the authors formulate the conclusion that sub-extreme ecologically unfavorable environment is a limiting factor in human mental activity.

**Keywords:** *living environment, ecological trouble, sub-extreme conditions, population of children and youth, mental state, psychological adaptation, vitality, decrease in indicators.*