

## **ОРГАНІЗАЦІЯ ПУБЛІЧНОГО ПРОСТОРУ ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ЛЮДИНИ У МІСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

В статті висвітлюються проблеми психологічної адаптації людини у великому місті. Викладений підхід до адаптації як процесу пасивного пристосування людини до дії міських стресорів. Показані обмеження такого підходу, які стали передумовою появи нового тлумачення адаптації. Психологічна адаптація - процес пошуку рівноваги між взаємодіючими сторонами – людиною та міським середовищем, у якому активною стороною є людина. В якості важливого чинника адаптації до міського способу життя розглядається активність самих містян, спрямована на пристосування об'єктів міської інфраструктури до своїх соціокультурних запитів та потреб. В цьому сенсі доцільно казати не про адаптацію людини до міста, а про її адаптацію у місті. Доводиться, що ефективним засобом адаптації людини у місті виступає організація містянами сучасних публічних просторів, які відповідають трендам мобільності та індивідуальності.

**Ключові слова:** *психологічна адаптація, теорії психологічної адаптації людини у місті, міські стресори, публічні міські території та простори*

Урбаністичний бум, який охопив країни Європи та Америки на початку XIX століття, призвів до появи цілої низки нових психологічних проблем у населення великих міст та мегаполісів, що народжувалися. У екологічній психології досить повно вивчені механізми адаптації особистості до міських стресорів, якими виступають такі негативні фактори міського середовища як шум, перенасиченість стимулами, засміченість, скупченість, інтенсивний рух транспорту тощо [ 2; 6; 7 ]. Однак процес психологічної адаптації розглядається скоріше як процес пасивного пристосування людини до чинників середовища, не враховуються закономірності адаптації як механізму пошуку балансу між людиною та довкіллям, у якому людина виступає активною стороною.

Мета статті полягає у розширенні наукових уявлень про закономірності психологічної адаптації людини у місті та проектуванні на цій основі практичних заходів забезпечення гармонійного співіснування людини та її міського оточення.

Розглядаючи механізми психологічної адаптації до негативних впливів міського довкілля, дослідники доходять висновку про зна-

чну схожість в цих механізмах, а також в способах і ефектах їх впливу на розвиток людської особистості.

Найбільш сильним стресором міського середовища є його перенасиченість інформацією, візуальними, акустичними та іншими сигналами і подразниками. Велика кількість імпульсів маскує дійсно важливу інформацію, ускладнюючи її прийом. У протиставу перенасиченому подразникам довікллю людина виробляє специфічну адаптаційну стратегію. Вона не сприймає і не концентрує увагу на інформації, яку не вважає важливою для себе. Чим більш перенасичений подразниками простір, тим менше їх число здатна використати людина для орієнтування в ньому. Якщо кількість інформації перевищує певний рівень, поведінка стає дуже простою, рутинною, автоматизованою. Людина допускає помилки і втрачає істотні дані. Таким чином адаптація до перенасиченого подразниками середовища обертається втратою часу, помилками, неефективними поведінковими стратегіями.

Дані про способи і процес адаптації до різних міських стресорів свідчать про те, що пристосування, звикання до постійної їх дії обертається негативними наслідками для розвитку особистості як суб'єкта соціальних і екологічних дій. Про це ж в певній мірі свідчать соціально-психологічні феномени відчуження і розмивання відповідальності, які виникають в так званому перенаселеному середовищі. Прикладом такого середовища є місто, для якого характерне не тільки різноманіття фізичних подразників, але і велика кількість людей, постійні соціальні контакти, які носять дуже часто самий поверхневий характер. Пристосовуючись до існування бік об бік з різними людьми, суб'єкт стає несприйнятливим до їх присутності, ігноруючи часом і прямі прохання про допомогу. Байдужість іноді приймає крайні форми. Наприклад, влітку 1976 року в басейні Парламент-Хіл-Лідо у Лондоні був втоплений молодий чоловік. Його тримали під водою, доки він не захлинувся. Хоча у басейні на той момент знаходилося більш ніж тисяча відвідувачів, ніхто не заохтів втрутитися [ 2, с. 168 ].

Відсутність відгуку соціальні психологи пояснюють двома причинами - конформністю і розмиванням відповідальності. Суть конформних реакцій полягає в тому, що при демонстрації більшістю своєї байдужості до того, що відбувається, людина відчуває виправданим своє бажання не втручатися. Крім того, має місце розподіл, розмивання відповідальності на всіх присутніх, бо наявність інших людей робить менш насущними дії даного індивіда.

Загалом постійна дія всіх стресорів міста, їх перетворення в невід'ємний компонент повсякденного оточення людини веде до того, що людина перестає їх сприймати. Оскільки вона не може покинути середовище або змінити його, вона звикається з постійними

його імпульсами. Це своєрідний захисний механізм сприйняття, який забезпечує нормальну життєдіяльність організму в умовах дії надмірної, занадто сильної або одноманітної стимуляції. Така реакція зовні виявляється в байдужості людей до несприятливого оточення, яке стало фоном їх життя, в спокійному і апатичному ставленні до незручностей, які їм доставляють міські негаразди.

Адаптація індивідів до несприятливого середовища служить своєрідною причиною і умовою подальшого погіршення якості останнього. Пасивна, незацікавлена позиція окремих людей, по-перше, є зручною для організацій, які управляють містом, бо, завдяки такій позиції, вони можуть облаштовувати середовище, орієнтуючись виключно на свої корпоративні цілі. По-друге, така позиція стимулює самих цих людей на деструктивні дії в середовищі, які призводять до ще більшого його забруднення і руйнування.

Останні приклади самі по собі протирічать підходу до психологічної адаптації як процесу пасивного пристосування до середовища. Вони свідчать про те, що адаптація взаємообумовлений процес, що адаптуючись до міського середовища, городяни тим самим впливають на нього, немов би пристосовуючи місто до свого стану. Тим самим досягається своєрідний баланс, рівновага в системі «місто-городяни», але на все більш низькому рівні.

Важливим моментом, який не враховують прихильники тлумачення адаптації як пасивного підпорядкування індивіда незалежному від нього середовищу, є те, що об'єкти довкілля істотно розрізняються за можливостями їх освоєння особистістю, за тими ресурсами, які вони можуть надати людині для інтелектуального, морального, естетичного розвитку. З цієї точки зору виділяються принаймні два типи середовища, відмінність між якими яскраво охарактеризував фахівець в галузі поведінкової географії Д.Голд. Він пише: «бувають ситуації, що залишають індивіду обмежений вибір дій і що змушують його максимально пристосуватися до них; набагато цікавіше, однак, дослідити такі випадки, коли визнається повна свобода волі і поведінки, і людина бачиться цілеспрямованою істотою, що впливає на навколишнє середовище і в свою чергу перебуває під його впливом» [ 2, с. 16 ].

Перший тип середовища - це, як правило, штучне середовище, що пред'являє жорсткі вимоги до людини. Воно може бути насиченим одноманітними і при цьому численними стимулами, приголомшувати людину занадто сильними подразниками, однак в будь-якому випадку людина може до нього лише пристосуватися шляхом звикання, зниження чутливості до дії несприятливих факторів. Прикладом такого середовища можуть слугувати ділянки автомобільних доріг з поганим покриттям і напруженим рухом транспорту та пішоходів, цехи промислових підприємств, що не

відповідають ергономічним вимогам: з високою зашумленістю, загазованістю, поганим освітленням, неоптимальним температурним режимом. Таке середовище відомий югославський вчений-еколог Д.Ж.Маркович яскраво характеризував таким чином: «виникла своєрідна холодна логіка: величезний предметний рух індустріальної цивілізації з ранку до ночі грабує масу людей, ставлячи їх діяльність на певні рейки, підводять їх до заздалегідь прорахованих ситуацій, укладає їх життя в жорсткі і тверді кордони» [ 4, с. 60 ].

Другий тип середовища не пред'являє подібних жорстких вимог до адаптивних можливостей людини. Це середовище складається з різноманітних за своїм змістом і функціональним призначенням об'єктів. Воно, навіть незважаючи на перенасиченість подразниками, здатне сприйматися людиною, не притупляючи її почуттів і не перенасичуючи її інформацією, за умов, що ця людина прагне в повній мірі використати його різноманітні можливості.

Прикладом такого середовища є простір великого міста. Його можливості для розвитку особистості ще не достатньо досліджуються в екологічній психології, яка більше зайнята аналізом міських стресорів, описаних вище. При такому підході випускається з уваги те, що місто може бути приємним місцем для мешкання, джерелом натхнення і творчості, місцем величезних можливостей для розширення кругозору, культурного і духовного зростання. Чи будуть використані особистістю для свого розвитку ресурси і можливості міського середовища, чи вона буде лише реагувати на монотонні подразники свого повсякденного життя, залежить від кола потреб і інтересів особистості, від того, які її життєві цінності.

На наш погляд, протистояти деградації міського простору може активність самих містян щодо пристосування, адаптації об'єктів міської інфраструктури до своїх соціокультурних запитів та потреб. В цьому сенсі доцільно казати не про адаптацію людини до міста, а про її адаптацію у місті.

Висловлена думка спирається на більш широке тлумачення адаптації, ніж пасивне пристосування до середовища. У психологічних розробках проблем особистості, в першу чергу, завдяки роботам Ж.Піаже, сьогодні є визнаним трактування адаптації як єдності взаємозумовлених, протилежно спрямованих процесів врівноваження суб'єкта із середовищем [1]. Поняття балансу, врівноваження становитимуть ключовими для визначення адаптації. Тенденція до встановлення рівноваги між компонентами реальних систем має універсальний характер. Починаючи з біологічної форми руху «стан рівноваги тимчасовий, він увесь час порушується ... процес же врівноваження постійний» [ 5 с. 189 ]. При такому тлумаченні адаптації виділяється активна підсистема (наприклад, організм або суб'єкт) і середовище, в якій ця підсистема функціонує. Тенденція до вста-

новлення рівноваги в процесі їх взаємодії - за умови, що зазначена активна підсистема не руйнується і, більш того, підтримуються певні параметри її функціонування - як раз і описується за допомогою поняття адаптації в його широкому трактуванні.

Якщо повернутися до проблеми адаптації людини у місті, то активною підсистемою, яка здатна змінити на краще цілісну систему «місто-городяни» за певних умов виступають самі мешканці міста. Зупинимося на деяких практичних питаннях адаптації городянина у місті в світлі викладеного нами розуміння процесу адаптації. Ми вважаємо, що сучасне місто цілком може протистояти міському стресу і вивільнити активність городян, розширити, розвинути їх найрізноманітніші інтереси і запити. Одним із ефективних засобів підвищення активності людини у місті є організація так званих публічних міських просторів. Відомий урбаніст, дослідник проблеми публічних просторів Р.Сеннет вважав їх визначальною рисою ту обставину, що тут містяни можуть зустрічати незнайомих їм людей, бути присутніми разом з ними та вступати у взаємодію. У міському публічному просторі відбувається обмін між людьми у найширшому розумінні цього слова. Люди обмінюються не тільки матеріальними речами, але й ідеями, вміннями, емоціями, враженнями тощо [ 8 ].

Треба зазначити, що вся історія міст пов'язана з публічними просторами, які мають таку загальну характеристику як територіальність. Публічні простори того чи іншого змісту завжди мали певну територіальну локалізацію. Прикладами є міські площі, парки, стадіони, театри, частково торгова інфраструктура. Наприклад, ринки в містах були і залишаються і місцем де обмінюються новинами, просто спілкуються і т.п.

Однак, для сучасного міста все більш виразною стає тенденція втрати публічними просторами ознак територіальності. У сучасних містах територія, по-перше, не визначає змісту: на одній і тій же території може бути різний зміст, а на різних - один й той самий зміст; по-друге, з'являються публічні простори, які не мають фіксованої території. Наприклад, вулиці, площі, музеї, бібліотеки стають просторами самодіяльних карнавалів, фестивалів, виставок, майстер-класів тощо. На нашу думку така трансформація публічних просторів має під собою суттєве психологічне підґрунтя, яке виражається у прагненні сучасної людини (особливо молодой) до публічного самовираження, а також у переживанні «позатериторіальності» як втрати усвідомлення людиною значення та цінності для неї певних територій. Розглянемо дещо детальніше вказані феномени свідомості, які змінюють позицію городян щодо публічних просторів міста.

Важливою тенденцією розвитку свідомості сучасної людини є орієнтація на публічне виявлення свого духовного, культурного

потенціалу. Цю тенденцію, яка притаманна в тому числі і територіальним спільнотам, пов'язують, перш за все, із настанням ери цифрових технологій. Спілкування у комп'ютерних мережах відкриває необмежені можливості пошуку однодумців, в тому числі і у культурних заходженнях, створення груп, знаходження ними засобів та форм публічного самовираження. Можливість найширшого суспільного відгуку підвищує цінність творчої самореалізації.

Прагнення до самовираження на публіці суб'єктивно полегшується і стимулюється ще однією особливістю сучасної свідомості. Люди все частіше стикаються з відчуттям так званої «позатериторіальності» як переживанням втрати територіями перебування свого функціонального призначення та своєї суб'єктивної цінності.

Сьогодні людська діяльність далеко не завжди здійснюється в межах фіксованої та спеціально обладнаної території, і ця тенденція з розвитком роботизації і цифрових технологій управління виробництвом буде тільки наростати. Уже сьогодні ІТ-технології дозволяють приймати і передавати інформацію в будь-якому місці - вдома, в парку, в кафе. Для ІТ працівників втрачає значення поняття «робочого місця», оскільки їхня трудова діяльність може здійснюватися в будь-який час, в будь-якій точці земної кулі.

Ще однією особливістю «позатериторіальності» є зниження суб'єктивної цінності приватних територій і взагалі нерухомості. Сучасна людина в силу можливості комфортного і легкого пересування по світу надає перевагу подорожам і новим враженням перед купівлею та доглядом за коштовною домівкою - багатокімнатною квартирою, замиським будинком тощо. Люди досить часто намагаються мінімізувати розміри і вартість своєї нерухомості, іноді просто орендуючи житло.

Загалом ці особливості сучасної свідомості - прагнення до публічного самовираження та зниження суб'єктивної цінності певних територій - стимулюють створення і пошук динамічних публічних просторів для експозиції та розвитку свого духовного, креативного світу. Творча людина не чекає поки її публіка прийде в призначене місце, вона часто-густо сама йде до публіки, знаходить її в найрізноманітніших місцях.

Певна втрата публічними просторами ознак територіальності відкриває величезні можливості для їх трансформації городянами з метою пристосування до запитів і інтересів найрізноманітніших публік. Тим самим укріплюється, зміцнюється дух міста і міська ідентичність.

Якщо на цей аспект свідомості сучасної особистості звертає увагу міська громада та органи місцевого самоврядування, в місті поживляється соціальна і культурна активність. Її ознаками є вихід на вулицю (за межі клубів і будинків культури) музикантів, худож-

ників, танцюристів, різноманітні міські фестивалі - їжі, дитячого малюнка на асфальті, благодійні розпродажі народних промислів і екологічної продукції, майстер-класи тощо, тобто всі практики, в яких проявляється творча природа людини.

До чого слід прагнути органам міської влади в плануванні сучасних публічних просторів, що стимулюють активність городян? Ми пропонуємо, по-перше, не декларативно, а реально визнати городян активною підсистемою, в системі «місто - городяни» шляхом включення в плани і програми розвитку міста окремим напрямом, який включає економічні, соціальні, політичні, психологічні аспекти, підтримку та стимулювання активності городян в організації міського життя.

По-друге, події останніх років, що мали місце на Майдані, площі Тахрір в Каїрі, на Болотній площі в Москві, на площах і вулицях інших міст світу, які були «окуповані» жителями, демонструють, що класичні форми суспільного життя рано списувати з рахунку, і отже, потреба в класичних громадських просторах формату площі, яка вміщує тисячі громадян, залишається.

По-третє, слід подумати про такі міські простори, які відповідають трендам мобільності і індивідуальності. Потрібні простори-трансформери, які гнучко змінюють своє призначення протягом короткого відрізка часу, потрібні пішохідні вулиці і площі, відкриті для будь-якої публіки, потрібні так звані «коворкінги», які поєднують в собі ознаки місця для роботи і відпочинку і саме цим привертають до себе молодь сучасних міст. Важливо розширювати функції традиційних установ культури, надаючи їм статусу сучасних публічних просторів. Так музей може ставати концертним майданчиком і місцем для публічних дискусій, бібліотека може відкривати свої двері для художніх перформансів і виставок-продажів творів місцевих художників.

В цілому організація сучасних публічних просторів не вимагає значних фінансових витрат, вона стимулюється бажанням відкрити місто для активності городян, усвідомленням владою того факту, що саме жителі міста є його реальними господарями.

### **Висновки.**

Психологічні проблеми адаптації людини у місті виходять далеко за межі традиційного підходу до адаптації як пристосування до дії міських стресорів. Такі проблеми також не вирішуються шляхом психологічного «вписування» містян у жорсткі реалії міського життя.

Теоретичним підґрунтям дослідження психології жителя великого міста виступають наукові уявлення про адаптацію як двосторонній процес пошуку рівноваги, встановлення балансу між взаємодіючими сторонами – людиною та середовищем, у якому активною стороною є людина. Відповідно до таких уявлень, ми розглядаємо в

якості важливого чинника адаптації до міського способу життя активність самих містян, спрямовану на пристосування об'єктів міської інфраструктури до своїх соціокультурних запитів та потреб. В цьому сенсі доцільно казати не про адаптацію людини до міста, а про її адаптацію у місті. В якості ефективного засобу адаптації людини у місті розглядається організація самими містянами сучасних публичних просторів, які відповідають трендам мобільності та індивідуальності.

### Список використаних джерел

1. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности / Г.А.Балл // Вопросы психологии. — № 1. — 1989. — С. 118-122.
2. Голд Д. Психология и география: Основы поведенческой географии / Д.Голд — М.: Прогресс, 1990. — 304 с.
3. Костюк Г. С. Развитие и воспитание / Г.С.Костюк // Общие основы педагогики. — М.: Просвещение, 1967. — С. 139 - 197.
4. Маркович Д.Ж. Социальная экология / Д.Ж.Маркович — М.: Просвещение, 1991. — 173 с.
5. Налчаджян А. А. Социально-психическая адаптация личности: формы, механизмы и стратегии / А.А.Налчаджян — Ереван: Издательство АН Армянской ССР, 1988. — 263 с.
6. Перцик Е.Н. Среда человека: Предвидимое будущее / Е.Н.Перцик — М.: Мысль, 1990. — 365 с.
7. Психология и архитектура: тезисы конференции в Лохусалу. — Таллинн, 1983. — Ч. 1 — 203 с. Ч.2 — 212 с.
8. Сеннет Р. Падение публичного человека. / Р. Сеннет. — М.: Логос, 2002. — 424 с.

### Spysok vykorystanyh dzherel

1. Ball G.A. Ponjatyje adaptacyu y ego znachenye dlja psyhologyy lychnosty / G.A.Ball // Voprosy psyhologyy. — № 1. — 1989. — S. 118-122.
2. Gold D. Psyhologyja y geografija: Osnovy povedencheskoj geografyy / D.Gold — М.: Progress, 1990. — 304 s.
3. Kostjuk G. S. Razvytye y vospytanye / G.S.Kostjuk // Obshhye osnovy pedagogyky. — М.: Prosveshhenye, 1967. — S. 139 - 197.
4. Markovyh D.Zh. Socyal'naja ekologyja / D.Zh.Markovyh — М.: Prosveshhenye, 1991. — 173 s.
5. Nalchadzhan A. A. Socyal'no-psyhicheskaja adaptacyja lychnosty: formy, mehanyzmy y strategyy / A.A.Nalchadzhan — Erevan: Yzdatel'stvo AN Armjanskoj SSR, 1988. — 263 s.
6. Percyk E.N. Sreda cheloveka: Predvydymoe budushhee / E.N.Percyk — М.: Мысл', 1990. — 365 с.
7. Psyhologyja y arhytektura: tezyisy konferencyy v Lohusalu. — Tallynn, 1983. — Ch. 1 — 203 s. Ch.2 — 212 s.
8. Sennet R. Padenye pablychnogo cheloveka. / R. Sennet. — М.: Logos, 2002. — 424 s.



**Рудоміно-Дусятська Е.В. Организация публичного пространства как фактор психологической адаптации человека в городской среде**

В статье рассматриваются проблемы психологической адаптации человека в большом городе. Изложен подход к адаптации как процессу пассивного приспособления человека к действию городских стрессоров. Показаны ограничения такого подхода, которые стали причиной возникновения новой трактовки адаптации. Психологическая адаптация - процесс поиска равновесия между взаимодействующими сторонами - человеком и городской средой, в котором активной стороной является человек. Показано, что важным фактором адаптации к городскому образу жизни является активность самих горожан, направленная на приспособление объектов городской инфраструктуры к своим социокультурным запросам и потребностям. В этом смысле целесообразно говорить не об адаптации человека к городу, а о его адаптации в городе. В качестве эффективного средства адаптации человека в городе рассматривается организация самими горожанами современных публичных пространств, которые соответствуют трендам мобильности и индивидуальности.

**Ключевые слова:** психологическая адаптация, теории психологической адаптации человека в городе, городские стрессоры, публичные городские пространства и территории

**Rudomino-Dusiatska O.V. Organization of Public Space as a Factor of Psychological Adaptation of a Person in an Urban Environment**

The article deals with the problems of psychological adaptation of a person in the urban environment. Traditionally, adaptation is studied as a passive response to the action of urban stressors. The limitations of this approach are shown, which led to the appearance of a new interpretation of adaptation. Psychological adaptation is the process of finding a balance between the interacting parties - the person and the urban environment, in which the active side is a person. It is shown that the important factor of adaptation to urban life is the activity of citizens themselves, aimed at adapting the objects of urban infrastructure to their social and cultural needs. In this sense, it is advisable not to talk about adapting a person to the city, but about his adaptation in the city. An effective means of human adaptation in the city is the organization by citizens themselves of modern public spaces that correspond to the trends of mobility and individuality.

**Keywords:** psychological adaptation, theories of psychological adaptation of a person in the city, urban stressors, public urban spaces and territories