

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

На правах рукописи

ВАСИЛЕНКО

Елена Анатольевна

**ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
АДАПТАЦИИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ В УСЛОВИЯХ
ЭКОЛОГИЧЕСКОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ
(на примере Челябинской области)**

Специальность 19.00.05 – социальная психология

Диссертация на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Научный руководитель:
доктор психологических наук,
профессор Н. С. Хрусталева

Санкт-Петербург – 2009

Содержание

| | |
|---|-----|
| Введение..... | 4 |
| Глава 1. Теоретические аспекты социально-психологической адаптации в условиях экологического неблагополучия..... | 12 |
| 1.1. Социально-психологическая адаптация, ее виды, механизмы, динамика..... | 12 |
| 1.2. Особенности психической и социально-психологической адаптации в условиях экологического неблагополучия..... | 36 |
| 1.3. Экологический стресс и социально-психологические аспекты его переживания..... | 49 |
| Выводы по главе 1..... | 70 |
| Глава 2. Организация исследования социально-психологической адаптации старшеклассников в зонах экологического неблагополучия..... | 72 |
| 2.1. Экологическая ситуация в Челябинской области и проблемы социально-психологической адаптации населения в зонах экологического неблагополучия..... | 72 |
| 2.2. Формирование выборки..... | 80 |
| 2.3. Методы исследования..... | 91 |
| Глава 3. Особенности социально-психологической адаптации старшеклассников в зонах экологического неблагополучия..... | 102 |
| 3.1. Результаты исследования..... | 102 |
| 3.2. Влияние экологического стресса на социально-психологическую адаптацию старшеклассников в зонах экологического неблагополучия..... | 124 |
| 3.3. Методы оказания психологической помощи старшеклассникам в зонах экологического неблагополучия (на примере работы Центра | |

| | |
|--|-----|
| социально-психологической адаптации старшеклассников)..... | 152 |
| Выводы по главе 3..... | 167 |
| Выводы..... | 170 |
| Заключение..... | 172 |
| Библиографический список..... | 175 |
| Приложения..... | 205 |

Введение

Актуальность темы исследования. Современное человечество живет в условиях глобального экологического кризиса, поэтому исследование особенностей психической и социально-психологической адаптации людей в условиях экологического неблагополучия становится чрезвычайно актуальной задачей.

Исследования зарубежных ученых выявили, что такие факторы как шум, скученность, загрязненность воздуха, изменение температурного режима влияют на психическое здоровье человека (G. W. Evans, W. J. Lee, H. L. Needleman, P. M. Rodier, J. G. Simister и др.). Однако психологические аспекты этого влияния изучались лишь в отдельных работах (G. Winnike, M. Neuf, J. Rotton). Можно также отметить исследования психических расстройств, возникших после атомных бомбардировок Хиросимы и Нагасаки и аварии на АЭС Тримайл-Айленд.

В работах отечественных ученых были исследованы дезадаптивные состояния людей, проживающих на территориях с радиационным и химическим загрязнением местности. При этом на территориях с **радиационным** загрязнением у значительной части взрослого населения были отмечены дезадаптивные реакции и состояние хронического стресса, связанного с опасениями за свое здоровье, здоровье своих близких. Однако большинство авторов подчеркивали, что оценить уровень этого стресса, выявить его влияние на процесс психической адаптации крайне трудно (Ю. А. Александровский, Г. М. Румянцева, Н. В. Тарабрина, А. С. Ткаченко, А. В. Храбров и др.).

Что касается территорий с **химическим** загрязнением среды, то развитие дезадаптивных состояний у проживающих там людей связывалось с воздействием сложных химических композиций на функционирование ЦНС (И. В. Боев, Н. К. Сухотина, О. А. Ахвердова, И. В. Кобрянова др.). Влияние

же социальных и психологических факторов рассматривалось лишь в отдельных работах (И. Н. Гурвич, Т. В. Власова).

Таким образом, несмотря на все возрастающий интерес в научной литературе к проблемам, связанным с психической дезадаптацией человека в зонах радиационного и химического загрязнения, психологические аспекты дезадаптации практически не изучены.

В связи с этим актуальным является дальнейшая разработка понятия «**экологический стресс**», используемого в некоторых работах зарубежных и отечественных авторов (Р. Т. Wong; Н. Н. Данилова и др.). Под ним понимается психологический стресс, возникающий вследствие осознания человеком действия негативных экологических факторов, их возможного влияния на здоровье. Функции экологического стресса, его влияние на социально-психологическую адаптацию практически не изучались.

Изучение экологического стресса имеет большое практическое значение. Только исследовав структуру данного стресса и его роль в процессе адаптации, изучив факторы, влияющие на его интенсивность, можно оказать реальную психологическую помощь людям, проживающим в зонах экологического неблагополучия.

Особенно актуальным является изучение социально-психологической адаптации **юношества** в зонах экологического неблагополучия. Это возрастная группа, для которой наиболее значимым является построение жизненной перспективы, поэтому профилактика и своевременное преодоление дезадаптивных тенденций являются особенно важными.

Все вышесказанное обусловило выбор **темы исследования**: «Особенности социально-психологической адаптации старшеклассников в условиях экологического неблагополучия (на примере Челябинской области)». Выбор Челябинской области для проведения исследования связан с тем, что экологические проблемы в этом регионе являются чрезвычайно напряженными. Решением государственной экспертной комиссии выделены

зоны с кризисной (город Магнитогорск) и катастрофической (город Карабаш) экологической ситуацией, имеются территории с химическим и радиационным загрязнением окружающей среды.

Проблема исследования – влияние субъективного восприятия экологической ситуации на социально-психологическую адаптацию личности в условиях экологического неблагополучия.

Предмет исследования – социально-психологическая адаптация старшеклассников в условиях экологического неблагополучия.

Теоретическая цель исследования - изучение особенностей социально-психологической адаптации старшеклассников, возникающих под влиянием экологического стресса.

Методологическая цель исследования – разработка опросника для диагностики экологического стресса у старшеклассников.

Практическая цель исследования – разработка методов психологической помощи старшеклассникам, испытывающим экологический стресс.

Задачи исследования:

1. Теоретически проанализировать понятие, виды, механизмы социально-психологической адаптации, ее специфику в условиях экологического неблагополучия; проанализировать понятие, функции, динамику экологического стресса, специфические стрессоры, вызывающие его.
2. Разработать опросник для диагностики экологического стресса у старшеклассников.
3. Провести диагностику экологического стресса у старшеклассников, проживающих как в зонах экологического неблагополучия, так и в относительно благополучных экологических условиях.
4. Исследовать особенности социально-психологической адаптации старшеклассников в условиях экологического неблагополучия и их взаимосвязь с выраженностью экологического стресса.

5. Изучить факторы, влияющие на интенсивность экологического стресса.
6. Разработать методы психологической помощи старшеклассникам, испытывающим экологический стресс.

В ходе диссертационного исследования были выдвинуты следующие **гипотезы:**

1. Восприятие экологической угрозы учащимися старших классов в зонах радиационного и химического загрязнения Челябинской области ведет к возникновению особого вида стресса – экологического стресса.
2. На интенсивность экологического стресса и характер его воздействия на социально-психологическую адаптацию старшеклассников влияют различные факторы: демографические (пол), индивидуальные (темпераментные и личностные особенности), групповые (отношение к семье, удовлетворенность условиями жизни), ситуационные (количество публикаций в прессе об экологической ситуации в данном населенном пункте).
3. У старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия снижены самооценка и самопринятие, выражены негативные установки по отношению к сверстникам, жизненная перспектива является более пессимистичной.

Методы исследования включили:

I. Комплекс психодиагностических методик:

1. “Опросник экологического стресса”, представляющий собой адаптированный автором вариант “Опросника экологической вовлеченности” Б. Андресена, Ф.- М. Старка, Я. Гросса.
2. Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда.
3. Методика “Незаконченные предложения” (в адаптации С. Ю. Ганжа).
4. Методика М. Куна “Кто Я?”.

5. Тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева (СЖО).
6. Методика исследования самооценки Т. Дембо – С. Я. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.
7. «Шкала удовлетворенности условиями жизни» О. С. Копиной.
8. «Опросник для изучения темперамента» Б. Н. Смирнова.
9. 16-факторный опросник Р. Кеттелла.

II. Стандартизированное интервью «Мои планы на будущее».

III. Метод социометрии.

IV. Исследование сочинения о своем городе (поселке).

V. Изучение школьной документации, областной и местной прессы.

VI. Методы обработки данных:

1. Контент-анализ.

2. Математические методы обработки данных (анализ средних величин, параметрический t-критерий Стьюдента, непараметрический критерий хи-квадрат, корреляционный анализ, множественный регрессионный анализ).

Объектом исследования стали старшеклассники Челябинской области, проживающие в зонах экологического неблагополучия в Челябинской области (как с химическим, так и радиационным загрязнением среды) в количестве 553 человек. Группу сравнения составили 527 старшеклассников из экологически чистых городов и районов Челябинской области.

Методологической и научно-теоретической основой исследования является системный подход к анализу психических явлений (Б. Ф. Ломов, Б. Г. Ананьев, В. А. Ганзен), теория психической адаптации (Ю. А. Александровский, Ф. Б. Березин, А. А. Налчаджян) и интегральная теория

социально-психологической адаптации (А. А. Реан, А. Н. Жмыриков, Н. Н. Мельникова).

Положения, выносимые на защиту:

1. Учащиеся старших классов, проживающие в зонах экологического неблагополучия, переживают экологический стресс.
2. Наблюдается два типа реагирования старшеклассников на экологическую угрозу. У испытуемых со средним и ниже среднего уровнем экологического стресса наиболее выражены потребность в получении информации об экологической ситуации, стремление к защите от действия негативных экологических факторов, готовность к политическим акциям (адаптивный тип реагирования). У старшеклассников с высоким и выше среднего уровнем наиболее выраженными являются эмоциональная обеспокоенность и реактивно-психотическая тенденция (дезадаптивный тип реагирования).
3. В зонах экологического неблагополучия переживание экологического стресса на повышенном уровне снижает самооценку и уровень самопринятия старшеклассников.
4. У старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия выявлены негативные установки по отношению к одноклассникам.
5. Для старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия характерно компенсаторное завышение оценки семьи. Кроме того, они чаще дают как низкие, так высокие оценки населению своего города или поселка, чем учащиеся со средним и ниже среднего уровнем экологического стресса.
6. Переживание старшеклассниками экологического стресса на повышенном уровне снижает оптимистичность их жизненной перспективы.
7. Выявлены факторы, влияющие на интенсивность экологического стресса и характер его воздействия на социально-психологическую адаптацию старшеклассников: демографические (пол), индивидуальные

(темпераментные и личностные особенности, академическая успешность), групповые (оценка семьи, удовлетворенность условиями жизни), ситуационные (количество публикаций в прессе об экологической ситуации в данном населенном пункте). Соотношение влияния этих факторов различно в разных зонах экологического неблагополучия и зависит от особенностей социально-экономической и экологической ситуации в населенном пункте.

Научная новизна исследования состоит в том, что:

1. Впервые предпринята диагностика экологического стресса у старшеклассников, проживающих как в зонах экологического неблагополучия, так и в районах с относительно благополучной экологической ситуацией.
2. Выявлено влияние экологического стресса, переживаемого старшеклассниками в зонах экологического неблагополучия, на их самооценку и самопринятие, отношение к своему окружению (к сверстникам, к семье, к населению своего города или поселка), а также на их жизненную перспективу.
3. Выявлены факторы, которые влияют на интенсивность экологического стресса у старшеклассников.

Теоретическая значимость состоит в том, что:

1. Исследование углубляет научное понимание проблем социально-психологической адаптации личности в условиях экологического неблагополучия.
2. Впервые предпринята попытка определения функций экологического стресса.
3. Систематизированы факторы, влияющие на переживание экологического стресса у старшеклассников.

Практическая значимость исследования состоит в том, что:

1. Разработан и стандартизирован на выборке старшеклассников адаптированный вариант «Опросника экологической вовлеченности» Б.

Андресена, Ф.-М. Старка и Я. Гросса, получивший название «Опросник экологического стресса».

2. Разработаны методы оказания психологической помощи старшеклассникам, испытывающим экологический стресс.

Научная достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечены соответствием методологии исследования изучаемой проблеме, применением методов, адекватных предмету исследования, репрезентативностью выборки, а также применением математической обработки полученных данных с помощью пакета STATISTICA 6.0.

Апробация результатов исследования, представленных в форме докладов и сообщений, осуществлялась на заседаниях кафедры психологии кризисных и экстремальных ситуаций СПбГУ (2005-2008 гг.), на Международных (Шадринск, 2006 г.; Коломна, 2008 г.; г. Санкт-Петербург, 2008) и Всероссийских научно-практических конференциях (Уфа, 2006 г.; Тюмень, 2007 г.), на Международных семинарах и конференциях, проведенных при участии МЧС России и Федерального агентства по атомной энергии по проблемам ликвидации последствий радиационных аварий (Челябинск, 2006; Челябинск, 2007).

Результаты исследования были также представлены в форме доклада на общественных слушаниях в Администрации Челябинской области по вопросам экологического образования в области.

Объем и структура диссертации. Диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, библиографического списка, включающего 242 наименования, в том числе 65 на английском языке, 9 приложений. В тексте имеется 18 таблиц и 3 рисунка.

Глава 1. Теоретические аспекты социально-психологической адаптации в условиях экологического неблагополучия

1.1. Социально-психологическая адаптация, ее виды, механизмы, динамика

Понятие «социально-психологическая адаптация» пришло в психологическую науку сравнительно недавно, хотя целый ряд проблем, обсуждаемых в связи с ним, давно находился в центре внимания психологии.

Исходное понятие «адаптация» впервые появилось в физиологии и обозначало изменения чувствительности кожных анализаторов под действием внешних раздражителей. Представление о физиологической адаптации было развито в связи с созданием К. Бернардом учения о гомеостазе как об относительном динамическом постоянстве состава и свойств внутренней среды организма. В результате сформировалось представление о физиологической адаптации как совокупности физиологических реакций, лежащей в основе приспособления организма к изменению окружающих условий и направленной к сохранению относительного постоянства его внутренней среды – гомеостаза (Агаджанян, 1983). В дальнейшем проблема адаптации активно изучалась в биологии, и в результате сформировалось представление об адаптации как о процессе приспособления строения и функций организмов (особей, популяций, видов) и их органов к условиям среды (Фомин, 2003).

Большой толчок развитию представлений о сущности процесса адаптации дало развитие кибернетики и теории самоуправляемых систем. Способность к адаптации стала рассматриваться как атрибутивное свойство, функциональный признак сложных самоуправляемых систем, открытых, строящих свою деятельность на основе принципа прямой и обратной информационной связи с внешней средой, способных к активному,

опережающему отражению, а также самоуправлению и самодвижению (Петрушенко, 1975). Самоуправляемая система строит свои отношения со средой на основе активного отображения значимых для ее выживания информационных параметров внешней среды, а оптимальность приспособительных процессов обеспечивается непрерывным сопоставлением предполагаемого и действительного результата адаптации (Украинцев, 1970). Развитие системного и информационного подхода к адаптации повлияло и на представление о физиологической адаптации, о ее механизмах, о чем свидетельствует создание П. К. Анохиным теории функциональных систем (Анохин, 1978).

Большинство авторов отмечают многоуровневость адаптационных реакций, называя психику в качестве высшего уровня адаптивного реагирования. Так, Н. А. Фомин полагает, что в отличие от животных адаптация у человека протекает при обязательном участии высших психических функций, так как у него появляется осознание своих потребностей и эмоций (Фомин, 2003).

Участие и роль психики в адаптивных процессах организма нашли свое отражение во многих конкретных исследованиях, обобщением которых стала концепция психической адаптации (Ф. Б. Березин, Ю. А. Александровский, А. А. Налчаджян). Ф. Б. Березин рассматривает психическую адаптацию как процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления свойственной человеку деятельности, который позволяет индивиду удовлетворять актуальные потребности и реализовывать связанные с ними значимые цели (при сохранении психического и физического здоровья), обеспечивая в то же время соответствие психической деятельности человека, его поведения требованиям среды. Эффективная психическая адаптация предстает как необходимое условие успешной реализации мотивированного поведения в конкретных условиях среды (Березин, 1988).

Важным аспектом психической адаптации человека является социально-психологическая адаптация, связанная с адаптацией личности к социуму.

Впервые проблемы приспособления личности к социуму были рассмотрены в социологии. Г. Тард впервые употребил понятие «социальная адаптация» по аналогии с адаптацией биологической [129]. Представители различных направлений в социологии по-разному рассматривали социокультурные приспособительные процессы в социуме. Культурологический подход (Л. Уайт, Л. Вайда и др.) поставил в центр внимания культуру как адаптивную систему или пространство, предлагающее индивиду многообразие адаптивных стратегий, выработанных человечеством за всю его историю, другой подход (У. Бакли, Э. С. Маркарян) рассматривает общество в целом в качестве носителя адаптивных функций (Ромм, 2002; Маркарян, 1971).

Собственно психологические проблемы, связанные с адаптацией личности к социуму, были поставлены еще в работах З. Фрейда. Психоаналитическая концепция личности основана на представлении о важной роли противостояния бессознательных инстинктивных импульсов, свойственных человеку, и общества, диктующего формирующейся личности свои законы и нормы.

Формирование личностных подструктур, таких как «Я» и «Сверх-Я» является адаптивным приобретением, позволяющим индивиду справляться с импульсами бессознательного, жить в соответствии с принципом реальности и, по мере возможности, выполнять требования общества [159]. Используемые при этом защитные механизмы «Я» могут играть до некоторой степени адаптивную роль, но могут быть и чрезмерными, ведя к неврозам и нарушениям адаптации. Основным компонентом невротических нарушений З. Фрейд считал тревогу, выделяя три ее типа: реалистическую (перед лицом внешнего мира), моральную (по отношению к Супер-Эго),

невротическую (по отношению к силе страстей Ид) [158]. В наибольшей степени удается справляться с тревогой личности генитального типа, с развитыми Эго-функциями, использующей более совершенные виды психологических защит (сублимация, рационализация, замещение). Такой личности удастся наиболее успешно адаптироваться в обществе, реализовать себя в творческой активности. Таким образом, взаимодействие личности и общества, согласно классическому психоанализу, всегда противоречиво, и поэтому каждый человек неизбежно является носителем интрапсихического конфликта [113].

В работах других авторов психоаналитического направления большее внимание уделяется социальным факторам адаптации в обществе и психического здоровья. Так, в концепции К. Хорни социокультурные условия выступают как важный аспект формирования неврозов, создавая специфические для каждой культуры проблемы, затрудняющие адаптацию человека в обществе. Она даже выделяет неврозы, не связанные с детскими травмами и деформацией характера, а возникающие в особо сложных ситуациях, насыщенных внешними конфликтами, и выражающиеся во временных нарушениях адаптации. Подлинный невроз, «невроз характера», уходит своими корнями в обстановку раннего детства человека, способствующую формированию чувства беспомощности и враждебности. Но любой невроз практически всегда связан с трудностями адаптации в обществе, что проявляется либо в отклонениях в поведении, либо в расхождении между возможностями и их реализацией, чувстве усталости, неспособности получать радость и любить (Хорни, 2004). Таким образом, невроз в концепции К. Хорни предстает как нарушение адаптации индивида в конкретных социокультурных условиях, вызванное особенностями его взаимодействия с социальным окружением и проявляющееся как на поведенческом, так и на психологическом уровне.

Что касается гуманистической психологии, то в работах К. Роджерса человек рассматривается как индивид, живущий в мире своего воспринимаемого опыта и постепенно, в результате как осознания своего опыта, так и оценки со стороны социума, приобретающий представление о самом себе, концепцию самости как организованную концептуальную модель восприятия характеристик и взаимоотношений «Я» и вместе с тем систему ценностей, применяемых к этому понятию (Роджерс, 1997). Нормальное существование в обществе и хорошая «психическая регуляция» имеют место тогда, когда концепция самости может ассимилировать весь сенсорный опыт и внутренние ощущения организма. Именно неспособность человека совместить с представлением о себе значительную часть своего опыта ведет к «психологической неурегулированности». Широта же концепции «я», делающая возможной воспринять как свои устремления, так и некоторые культурные ценности, зависит от социального окружения. Излишне жесткие требования и оценки со стороны окружения, непонимание и непринятие ведут к формированию узкой концепции самости, формированию психологических защит, фальшивого образа «Я», антисоциального и саморазрушительного поведения. При наличии же в социальной среде отношений, характеризующихся принятием, безопасностью, эмпатией, у человека закономерно возникает стремление развиваться, реализуя свои способности в социуме, что можно назвать оптимальным взаимодействием индивида и среды (Роджерс, 1994).

А. Маслоу, говоря о социально-психологических аспектах адаптации человека, использовал термины «фрустрационная толерантность» и «психическое здоровье», считая, что основы и того, и другого закладываются в детстве с помощью удовлетворения ближайшим социальным окружением базовых потребностей ребенка – в безопасности, в принадлежности и любви, в уважении и самоуважении. Именно удовлетворение базовых потребностей создает то «психологическое богатство», которое дает возможность назвать

человека совершенно здоровым, создает возможность для реализации личностного «Я», для актуализации единственно реальной, хотя и потенциальной сущности человека, поиска собственной идентичности (Маслоу, 1999).

В литературе было отмечено, что в гуманистической психологии успешная адаптация человека в обществе рассматривается не столько с позиций приспособления личности к требованиям общества, сколько как результат такого их взаимодействия, которое зачастую нарушает гомеостаз, делает возможным раскрытие способности личности к интеграции и самоактуализации (Реан, 1995; Жмыриков, 1989). Это, в свою очередь, делает ее устойчивой к различного рода социальным трудностям, конфликтам, стрессам.

В бихевиорально-когнитивной психологии проблема адаптации человека к социальной среде рассматривается, в основном, в поведенческом разрезе. Адекватность поведения рассматривается как главный критерий качества адаптации, а эмоции и субъективные переживания рассматриваются как производное от качества социальной адаптации. В классическом бихевиоризме подчеркивается прежде всего влияние внешних стимулов и научения на поведение и адаптацию личности (Ross, 1980), а роль психологического компонента в адаптации человека к социуму и различным ситуациям практически не учитывается.

В когнитивной психологии преимущественно исследуется влияние убеждений, мыслей, воображения на адаптивное поведение (МакМаллин, 2001; Sheldon B., 1995), в теории социального научения – когнитивные установки, личностные и средовые факторы рассматриваются как предопределяющие друг друга (Bandura A., 1969). Особое значение при этом придается «когнициям» – убеждениям, мыслям, в том числе о собственной личности. Именно позитивные убеждения о себе и других, складывающиеся в результате опыта разрешения проблем, оценок и примера со стороны

других людей, являются основой положительных эмоций, высокой самооценки, успешной адаптации в обществе (Bandura A., 1995).

В отечественной психологии было создано учение о личности как о продукте и, в то же время, активном творце общественного развития, об активном характере взаимодействия между личностью и обществом. Это обусловило постановку основных проблем, обсуждавшихся в связи с определением понятия, особенностей, механизмов, средств социально-психологической адаптации.

Б. Ф. Березин считает, что социально-психологическая адаптация является важным компонентом процесса психической адаптации, связанным с адаптацией к условиям социальной среды (Березин, 1988). Во многих определениях утверждается, что социально-психологическая адаптация вызывается изменяющимися, стрессорирующими воздействиями социальной среды, наличием проблемных ситуаций, в которых имеющиеся в арсенале личности стереотипы поведения не являются адекватными, или происходит смена деятельности индивида и его социального окружения (Налчаджян, 1988; Хрусталева, 2002; Мельникова, 1999 и др.).

Многие авторы подчеркивают, что социально-психологическая адаптация – это процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды, а также результат этого процесса (А. А. Реан, Н. С. Офицеркина и др.).

Однако, в вопросе о том, насколько и каким образом личность приспособляется к ожиданиям и нормам социальной группы, о сущности и механизмах этого процесса мнения исследователей расходятся. Многие авторы подчеркивают, что в процессе адаптации происходит приспособление индивида к изменяющимся условиям окружающей среды, приведение индивидуального и группового поведения в соответствие с господствующей в данной социальной группе системой норм и ценностей (Коробейников, 2002; Беличева, 1993). Состояние же дезадаптированности связывается с

нарушениями нормального хода социализации, с прямыми и косвенными десоциализирующими воздействиями [12, с.55]. Такая «нормоцентрическая» позиция была подвергнута критике (Ромм, 2002).

Ряд исследователей, стремясь преодолеть ограниченность данного подхода, подчеркивают активный характер приспособления личности к нормам, ценностям, требованиям внешней среды. Было отмечено, что в ходе социально-психологической адаптации изменения происходят во всех взаимодействующих системах, согласуются ожидания и требования всех участников процесса взаимодействия (Реан, 1995; Мельникова, 1999). Многие отечественные авторы, опираясь на разработанную в отечественной психологии теорию личности как субъекта деятельности, сознания, активного творца своей жизни, отметили, что личность может в ходе социально-психологической адаптации не только сознательно использовать или создавать стратегию адаптации, но и активно влиять на среду, к которой она адаптируется (Буева, 1968; Налчаджян, 1988 и др.). В емком определении А. А. Налчаджяна, используемом впоследствии многими авторами, социально-психологическая адаптированность личности характеризуется как такое состояние взаимоотношений личности и группы, когда личность без длительных внешних и внутренних конфликтов продуктивно выполняет свою ведущую деятельность, удовлетворяет свои основные социогенные потребности, в полной мере идет навстречу тем ожиданиям, которые предъявляет к ней эталонная группа, переживает состояния самоутверждения и свободного выражения своих творческих способностей [90, с. 18].

Что касается теоретической модели процесса адаптации, то нормоцентрический подход в целом исходит из гомеостатической модели адаптации, согласно которой целью этого процесса является установление равновесия личности и социальной среды. В исследованиях, в которых подчеркивается активный характер взаимодействия личности и общества, в качестве модели социально-психологической адаптации используется не

модель гомеостаза, а разработанная в гуманистической психологии модель саморазвития, самореализации личности в ходе взаимодействия с социальной средой [120]. Так, Е. К. Завьялова характеризует социально-психологическую адаптацию как процесс организации социального взаимодействия, способствующего наиболее полной реализации личностного потенциала [46, с.81]. По мнению Н. С. Офицеркиной, главной чертой адаптированности является не простое приспособление к среде, а надситуативная активность, «жизненное авторство», т.е. особый способ трансформации новых социально-экономических условий, с которыми сталкивается личность [95, с.31].

В работе Н. Н. Мельниковой дается обобщенная характеристика диапазона возможных целей социально-психологической адаптации, которые можно организовать в иерархическую последовательность: приспособление – уравновешение и координация – достижение некоторого сверхнормативного состояния, повышение уровня функционирования – самореализация [84, с. 36]. Основные мотивы, реализуемые в ходе адаптации, тоже можно иерархически упорядочить: избегание разрушения – сохранение нормального функционирования – достижение возможного оптимума – развитие и усовершенствование. Цель адаптационного процесса определяется исходным состоянием адаптанта – если он находится в состоянии дезадаптации, доминирующим мотивом будет мотив избегания разрушения, тогда трудно говорить об эффективности и самовыражении [84, с.39].

Итак, в ходе социально-психологической адаптации могут достигаться как цели, связанные с приспособлением к социальной среде, так и цели, связанные с самовыражением, самореализацией личности и ее активным воздействием на среду.

Что касается сущности процессов и изменений, которые происходят в ходе социально-психологической адаптации, то большинство авторов отмечают, что происходит процесс согласования потребностей, взаимных

требований и ожиданий человека и социальной среды (Офицеркина, 1997; Розум, 2006). Адаптирующийся субъект усваивает нормы, ценности, установки группы, к которой он адаптируется (Милославова, 1973). Адаптант может выработать свою стратегию адаптации, а может и сам активно повлиять на социальную среду, изменяя ее нормы и ценности (Буева, 1968; Офицеркина, 1997; Ромм, 2002; Мельникова, 1999 и др.). Происходит согласование потребностей и притязаний субъекта с его возможностями (Розум, 2006). В ходе адаптации субъект начинает выполнять новые социальные и межличностные роли, меняет (или вырабатывает новые) социальные регуляторы поведения (Завьялова, 1998).

Однако, ряд авторов отмечают наличие более глубоких изменений, происходящих в ходе социально-психологической адаптации. Так, по мнению Е. Е. Руденского, адаптация обычно сопровождается трансформацией (регулировкой) личностных структур [132, с.147]. А. А. Налчаджян отмечал, что поскольку в ходе социально-психологической адаптации происходит активация определенных адаптивных механизмов, то многократное их использование в сходных социальных ситуациях приводит к тому, что они закрепляются в структуре личности и становятся подструктурами ее характера [90, с.18]. По мнению Н. С. Хрустальной, личностные особенности не только влияют на адаптацию субъекта, но и сами изменяются в ходе адаптационного процесса. Особенно важным для успешной адаптации является изменение направленности личности, ее мотивационной структуры [167, с. 193].

Ряд авторов связывают процессы, происходящие в ходе социально-психологической адаптации с изменениями самосознания личности. Так, по мнению А. А. Налчаджяна, Я-концепция личности является результатом социализации и социально-психологической адаптации личности к типичным ситуациям ее жизнедеятельности, а особенности Я-концепции являются

показателями того, как адаптирована личность к условиям своего существования [90, с.188].

Т. Б. Карцева считает, что поскольку поворотные события в развитии личности ведут к смене ролей, к изменению окружения, отношений, спектра решаемых задач, то они приводят к личностному изменению, перестройке образа-Я, что сопровождается ощущением «утраты себя» и последующим «обретением себя». Жизненное событие (т.е. требующее адаптации) – есть ситуация самоопределения личности [56, с.126].

Таким образом, в ходе социально-психологической адаптации происходят разноуровневые изменения личности и ее поведения, начиная от стереотипов поведения до самосознания личности.

Вопрос о механизмах социально-психологической адаптации является одним из наименее изученных, что неоднократно отмечалось в литературе. По мнению И. А. Милославовой, к ним можно отнести конформные реакции, подражание, заражение, внушение, убеждение [85, с.118]. А. А. Налчаджян считает, что в сложных проблемных ситуациях адаптивные процессы личности происходят с участием не отдельных, изолированных механизмов, а их комплексов, среди которых можно выделить: незащитные адаптивные комплексы, используемые в нефрустрирующих проблемных ситуациях, защитные адаптивные комплексы, являющиеся устойчивыми сочетаниями только защитных механизмов, смешанные комплексы, состоящие из защитных и незащитных механизмов [90, с.19].

М. В. Ромм полагает, что адаптационные механизмы могут быть разделены на психологические (информационные алгоритмы, стратегии, социальные стандарты, стереотипы, эталоны) и социальные (деятельность, различные формы индивидуальной и групповой идентификации) [130, с. 80]. Практически универсальным механизмом социально-психологической адаптации можно считать деятельность. Именно включение в новые виды

деятельности стимулирует адаптационный процесс и запускает в действие все его механизмы [129, с. 80; 43, с.34].

Таким образом, исследователи выделяют различные механизмы социально-психологической адаптации. Несмотря на то, что вопрос этот еще далек от окончательного разрешения, можно сказать, что эти механизмы чрезвычайно разнообразны, относятся к разным уровням взаимодействия личности и общества.

В литературе различают также различные стратегии и связанные с ними виды социально-психологической адаптации. Один из наиболее распространенных подходов состоит в выделении адаптивного поведения, направленного на преобразование среды, и поведения, направленного на изменение самого себя. Он восходит к З. Фрейду, который выделял соответственно аллопластическую и аутопластическую адаптацию [159]. Важную роль в аутопластической адаптации играют психологические защиты, роль и иерархия которых была прослежена в работах А. Фрейд.

В бихевиорально-когнитивной психологии принято выделять поведение, направленное на решение проблемы, и поведение, направленное на изменение собственных эмоций и восприятия ситуации, каждое из которых имеет свой адаптивный потенциал (Lazarus, 1977; Biggam, 1997; Stefansdottin, 2005).

Подобный подход прослеживается и в работах отечественных ученых. По мнению Ф. Б. Березина, адаптация возможна либо за счет модификации поведения (аллопсихическая адаптация), либо за счет изменения интрапсихических процессов (интрапсихическая адаптация) [14, с.40]. А. А. Налчаджян выделяет адаптацию с полным устранением или существенным преобразованием проблемной ситуации, которая осуществляется, главным образом, с помощью незащитных механизмов, и адаптацию с сохранением проблемной ситуации, в основном, с помощью использования уже приобретенных или создания новых защитных механизмов. В последнем

случае может происходить либо преобразование восприятия ситуации, создание непроблемного ее образа, либо более глубокое изменение своей личности и, в первую очередь, Я-концепции [90, с.40]. Подобной позиции придерживается и А. А. Реан, считая, что основным критерий для различения типов адаптации – это вектор активности (наружу-внутри). Тогда можно выделить три вида адаптивного поведения: активное влияние личности на среду, активное изменение себя, с коррекцией собственных установок и привычных поведенческих стереотипов и вероятностно-комбинированный тип, наиболее распространенный и эффективный. Выбор осуществляется личностью на основе оценки вероятности успешной адаптации при разных типах адаптационной стратегии [120, с.74].

Ряд исследователей считают важным параметром для классификации стратегий и видов социально-психологической адаптации степень собственной активности субъекта по отношению к воздействующей на него среде. Так, К. А. Абульханова-Славская считает, что именно активность личности, ее способность преодолевать негативное влияние стрессовой ситуации, направленная на снятие личностной неопределенности, незавершенности и является главной характеристикой адаптивного поведения. В самом общем понимании стратегии могут быть активными и пассивными [2, с.247].

Н. Н. Мельникова полагает, что оба параметра – направленность вовне или вовнутрь и степень активности субъекта – являются необходимыми при характеристике особенностей адаптационного процесса. Добавив к ним параметр контактности, она создала свою типологию стратегий адаптивного поведения [84].

Есть и другие подходы к выделению видов социально-психологической адаптации. Так, Т. Б. Карцева выделяет: быструю адаптацию по проложенному пути; стагнацию, застой, отсутствие личностных изменений; инволюцию, связанную с упрощением, разрушением личности; и

конструктивное разрешение противоречий, связанное с нахождением внутренних ресурсов личности, творческим созданием вновь выстроенной Я-концепции [56, с.125-126]. Таким образом, в основу классификации в данном случае положена степень творческой, конструктивной способности личности строить собственную стратегию адаптации, способность переосмысливать свой опыт, изменять самосознание.

Ряд исследователей подчеркивают роль целостных жизненных сценариев, жизненных стратегий в осуществлении адаптивного поведения, хотя сделаны лишь отдельные попытки их классифицировать (Абульханова-Славская, 1991; Завьялова, 1998).

Наконец, в работах ряда авторов выделяются различные виды социально-психологической адаптации в зависимости от степени соответствия адаптивного поведения ожиданиям и нормам социальной группы. Так, А. А. Налчаджян выделял нормальную, девиантную и патологическую адаптацию [90, с.33-35].

Подводя итог обсуждению вопроса о стратегиях и соответствующих им видах социально-психологической адаптации, отметим следующее. Адаптивное поведение разнообразно и связано с рядом личностных и социально-психологических факторов. К числу основных параметров, характеризующих различные виды адаптации, относят: вектор направленности, активность, степень творчества, степень соответствия поведения социальным ожиданиям и требованиям.

Что же касается результата адаптации, то по мнению большинства исследователей, им является состояние адаптированности личности, или состояние адаптации (дезадаптации). По мнению А. А. Реана, в большинстве существующих подходов (психоаналитический, гуманистический, когнитивный) выделяются два уровня адаптированности – адаптация и дезадаптация [120, с.76]. А. Н. Жмыриков, проанализировав работы отечественных исследователей, пришел к выводу о том, что и они, в

основном, выделяют уровни полной адаптированности и дезадаптированности. Однако, в работах, выполненных в последние годы, были сделаны попытки выделить промежуточные уровни адаптации. Сам А.Н. Жмыриков выделил следующие уровни адаптированности личности: высокий – оптимальный, высокий – избыточный, низкий, дезадаптивный [44].

Н. С. Офицеркина выделяет высокий, средний, низкий уровни и уровень дезадаптации, однако, их характеристика вызывает некоторые сомнения. Так, высокий уровень связывается в ее работе с достижением высоких результатов ценой сверхвысоких эмоциональных затрат; низкий уровень характеризуется удовлетворительной активностью, дисциплиной, положительной тональностью настроения, но при этом высокими показателями выраженности невротических реакций, в то время как на уровне дезадаптации показатели невротических реакций выражены на среднем уровне (95, с.25).

Другой подход предложен Н. Н. Мельниковой. Она полагает, что состояния, возникающие в процессе адаптации, можно разделить на три уровня: нормативные состояния, обеспечивающие нормальную жизнедеятельность и взаимодействие; состояния, отклоняющиеся от нормы в отрицательную сторону и характеризующие дезадаптацию; некоторые оптимальные состояния, являющиеся сверхнормативными (самовыражение, самореализация) [84, с.38]. При этом, по мнению Н. Н. Мельниковой, личность может быть по-разному адаптирована к различным уровням социальной среды. Общая адаптированность представляет некий интегральный показатель [84, с.19].

Что касается критериев адаптации, то в большинстве случаев выделяют внешний критерий (успешность функционирования в определенной среде, степень приспособленности к ней) и внутренний критерий (степень субъективной удовлетворенности, комфортности) [120, с.77-78]. Таким образом, критерии связываются с состоянием адаптирующейся системы и

степенью ее приспособленности к среде. На наш взгляд, эти критерии характеризуют лишь приспособленность индивида к среде, отсутствие противоречий и конфликтов. Активная же позиция личности по отношению к среде и ее самовыражение, самореализация с помощью данных критериев охарактеризованы быть не могут.

Некоторые исследователи делают попытки выделить третий критерий. Н. Н. Мельникова считает, что поскольку адаптация происходит в процессе взаимодействия двух систем, то в результате оптимальной адаптации образуется новая система, более сложная, которая должна характеризоваться некоторыми новыми качествами, которых не было в двух исходных системах. Тогда должен существовать некий третий системный критерий, характеризующий само взаимодействие и его эффект. Таким критерием автор считает параметр, отражающий наличие позитивных интеракций со средой, заинтересованность в контакте, актуализирующую реализацию творческого потенциала, так называемую «включенность» [84, с.31]. Однако основным показателем, релевантным данному критерию, автор считает согласованность оценок по внешнему и внутреннему критериям, что, на наш взгляд, не решает проблемы.

В работах многих отечественных ученых успешное вхождение личности в социальную среду связывается с включением ее в продуктивную деятельность, поскольку в общественных отношениях человек реализуется не только как личность, субъект общественного поведения, но и как субъект деятельности (Хрусталева, 2002; Парыгин, 2003; Ромм, 2002; Дмитриев, 1999). Наличие творческой деятельности можно рассматривать в качестве критерия оптимальной адаптированности (Офицеркина, 1997). Это соответствует и представлению о социально-психологической адаптации как о процессе, связанном с установлением оптимального взаимодействия личности и общества, способствующего развитию самовыражения,

самореализации личности социально-полезным способом, характерному для гуманистической психологии.

Интегральную модель критериев адаптированности предложил А. Н. Жмыриков, выделив такие критерии, как выходные параметры деятельности личности, степень ее интеграции с макро- и микросредой, степень реализации внутреннего потенциала, эмоциональное самочувствие [44].

На наш взгляд, еще один аспект в решении данного вопроса может быть связан с сознательным самоопределением личности по отношению к социальной среде. Личность – не только субъект деятельности, но и субъект сознания и самосознания. Она не только включается в социальную среду и исторически сложившиеся формы деятельности, но и делает это осознанно, на основе своего самоопределения в социальной действительности.

Большинство отечественных ученых (Л. И. Божович, И. С. Кон) считают, что личностное самоопределение возникает на границе старшего подросткового и младшего юношеского возраста. Оно связано как с формированием смысловой системы представлений о мире и месте личности в нем, так и с планированием жизни и выбором профессии [19; 63]. М. Р. Гинзбург рассматривает самоопределение с позиций «жизненного поля» личности, включающего пространственно-временную плоскость (поле реального действия) и ценностно-смысловую (поле ценностей и смыслов). В таком случае личностное самоопределение предстает как содержательное конструирование человеком своего жизненного поля, включающего в себя как совокупность индивидуальных жизненных смыслов, так и пространство реального действия [32].

На наш взгляд, именно самоопределение личности делает возможным самореализацию личности и ее активную позицию по отношению к социальной среде. Именно поэтому успешность личностного самоопределения можно, на наш взгляд, рассматривать в качестве третьего критерия успешности социально-психологической адаптации (наряду с

успешностью функционирования в определенной среде и степенью субъективной удовлетворенности). Не случайно при психологических травмах, ведущих к нарушению социально-психологической адаптации, имеют место состояния, связанные с «утратой себя», смысла жизни и жизненной перспективы, невозможностью определить свое место в жизни (Карцева, 1988; Мазур, 1992; Тарабрина, 2003; Падун, Тарабрина, 2004; Магомед-Эминов и др., 2004).

Отношение к будущему является тем измерением самоопределения личности, который тесно связан с качеством социально-психологической адаптации. В работах Э. Ш. Магомед-Эминова подчеркивается, что восприятие «ограниченной перспективы будущего» является одним из симптомов посттравматического стрессового расстройства [75, с. 36]. С этим согласна и Н.В. Тарабрина, говоря об ощущении «укороченного будущего» у людей с ПТСР [150, с.103].

Более подробно характеристики жизненной перспективы как составляющей самоопределения личности у молодежи проанализированы в работе Е. И. Головахи [33]. Рассматривая «временную перспективу» как целостное видение человеком своей жизни своей жизни в прошлом, настоящем и будущем, он придает особое значение «будущей временной перспективе» или «жизненной перспективе». Именно она определяет способности личности действовать в настоящем в свете предвидения сравнительно отдаленных будущих событий и является главным измерением времени у юношей и девушек 15-16 лет [33, с.21]. Содержательно она включает ценностные ориентации, жизненные цели и планы, мечты, фантазии, а также тревоги и опасения. Автор выделяет такие параметры жизненной перспективы, как продолжительность, оптимистичность, дифференцированность, реалистичность и согласованность [33, с.18].

Еще одной характеристикой жизненной перспективы личности можно считать осмысленность жизни. Под нею понимается степень и устойчивость

направленности жизнедеятельности субъекта на определенный смысл, связанный, она связана с наличием значимых для личности мотивов, установок и ценностей и соотносённостью с ними настоящего и будущего [71, с.18].

Исходя из гуманистической модели социально-психологической адаптации, важным параметром самоопределения личности в социальной среде можно считать позитивную самооценку и высокий уровень самопринятия. По мнению А. А. Налчаджяна, именно особенности Я-концепции являются важнейшими показателями того, как адаптирована личность к условиям своего существования [90, с.188]. К. Роджерс считал, что принятие себя означает положительное отношение к себе, самоудовлетворение от того, «что ты есть ты» [125, с.131]. Оно является результатом открытости внутреннему и внешнему опыту и тесно связано с открытостью и принятием других людей [125, с.223]. Способность принимать себя и других является характеристикой достаточно широкой концепции самости и зрелой межличностной коммуникации [126, с.946], т.е. успешного самоопределения личности в социальной среде. Низкий уровень самопринятия и принятия других людей могут быть успешно изменены в ходе психотерапии, направленной на развитие открытости клиента внутреннему и внешнему опыту [125, с.131].

Таким образом, среди критериев успешности социально-психологической адаптации можно выделить не только внутренний и внешний критерии, но и самоопределение личности в социальной среде, включающее ее способность сформировать оптимистичную, реалистичную и дифференцированную, направленную на определенный смысл жизненную перспективу, высокий уровень самопринятия и принятия других людей.

Что же касается самой социальной среды, то в литературе уже отмечалось, что большинстве работ она рассматривается статично, без анализа взаимосвязей, роли и функций всех ее элементов (Дмитриев, 1999).

Системный анализ «среды личности» был дан Л. П. Бугевой. По ее мнению, она представляет собой единство общего, особенного и единичного, включает в себя и общество в целом, со свойственной ему структурой общественно-экономических отношений, и класс, и социальную группу, к которой принадлежит личность, и микросреду (семья, друзья, соседи), поскольку это оказывает влияние на развитие личности, формирует особенности ее внутреннего мира [20, с.125].

В концепции «экологии человеческого развития» У. Бронфенбреннера становление личности происходит во все более расширяющейся социальной среде, представляющей собой систему концентрических структур, микро-, мезо-, экзо-, макросистем. Микросистема включает межличностные отношения, роли, переживаемые человеком в его ближайшем окружении; классическим примером микросистемы является семья. Мезосистема представляет систему взаимодействия двух или более сред, например, семьи и школьного окружения. Экзосистема включает в себя еще и то окружение, в которое человек не вовлекается как активный участник, но которое влияет на то, что происходит в среде, непосредственно включающей его. Наконец, макросистема включает в себя общество, культуру, она обеспечивает постоянство систем низшего порядка (Bronfenbrenner, 1979).

Все уровни социальной среды взаимосвязаны, и процессы, происходящие на одном уровне, могут влиять на процессы, происходящие на другом уровне. Так, кризисные явления в социуме могут опосредованно и различным образом влиять на состояние и взаимоотношения людей на уровне микросреды. Личность одновременно адаптируется к изменениям на нескольких уровнях социальной среды.

По мнению Ф. Б. Березина, существенным фактором, затрудняющим социально-психологическую адаптацию, является одновременное сочетание изменений на разных уровнях, что ведет к кумулятивному действию различных стрессовых факторов и истощению адаптивного потенциала

личности [14, с.135]. Большую нагрузку на адаптивные возможности личности создает также непрерывный характер изменений, требующих серьезных реадаптаций в короткий срок [84, с.27].

Вместе с тем, согласно принципу детерминизма, выдвинутому С. Л. Рубинштейном, воздействия каждого из уровней социальной среды опосредуется особенностями личности. Значительную роль при этом играет восприятие социальной среды в целом и отдельных ее уровней в частности. Личность «конструирует» субъективный образ социальной среды, в значительной степени влияющий на результат адаптации. В исследованиях Ф. Б. Березина показано, что положительная оценка микросоциального взаимодействия связана с эффективной психической адаптацией даже в сложных, экстремальных условиях [14, с.134-135]. Конструируя образ социальной действительности, личность в значительной степени опирается на используемые в данном обществе оценки и типизации, являющиеся привычными и легитимизированными [13].

Была отмечена роль «местных условий» в становлении личности и развитии ее способности к адаптации. По мнению Л. П. Бугевой, местные условия сказываются на материальных и духовных условиях жизни людей, на традициях, обычных формах отношений и поведения людей [20, с.132]. А. В. Мудрик полагает, что неблагоприятные местные условия могут стать фактором виктимизации личности, превращая ее в «жертву социализации» [89, с.274]. Вместе с тем, на уровне местных условий создаются и весьма адаптивные «локальные регуляторы» адаптивного поведения (Гуревич, 2001).

Что касается динамики и стадий социально-психологической адаптации, то различные авторы придерживаются разных подходов к их определению. По мнению И. А. Милославовой, можно выделить следующие стадии социально-психологической адаптации: уравнивание между средой и человеком, характеризующееся взаимной терпимостью к системе

ценностей, псевдоадаптация (сочетание внешней приспособленности с отрицательным отношением к нормам и требованиям среды), приноровление (признание основных норм новой ситуации), уподобление (психологическая переориентация человека) [85].

Н. С. Хрусталева, рассматривая адаптацию эмигрантов в новой социокультурной среде, выделила следующие стадии адаптации: эйфорическую, туристическую, ориентационную, депрессивную, стабилизационную (деятельная). Переход от депрессивной стадии к деятельной зависит от активности личности, требует изменения ее мотивационной структуры, жизненных целей [167, с.187-193].

Н. С. Офицеркина выделяет следующие шаги перехода личности из состояния дезадаптированности в состояние адаптированности:

- 1) *временная ситуативная адаптированность* – действие по социальному алгоритму, определяемая внешней детерминированностью,
- 2) *устойчивая ситуативная адаптированность* – когда готовность действовать в типичных ситуациях основана на личном опыте,
- 3) *общая адаптированность*, включающая активность, жизненное авторство, определяющееся внутренней личностной детерминированностью [95, с.31].

Интересен вопрос о способностях и ресурсах личности, обуславливающих возможности ее адаптации, которые получили название адаптивного потенциала личности. По мнению М. А. Гуревича, к адаптивному потенциалу может быть отнесена вся совокупность свойств, которые задействуются в ходе адаптации [36, с.43].

Результаты многочисленных исследований, проведенных зарубежными и отечественными психологами, позволяют утверждать, что к адаптивному потенциалу относятся свойства темперамента, индивидуальные особенности эмоциональной сферы (Strelau, 1995; Deres, 1995; Данилова, 1992; Кочергина, 2000; Вяткин, 1981).

Ряд ученых считают, что важнейшей частью адаптивного потенциала личности являются не врожденные индивидуально-типологические свойства, а личностные качества, приобретаемые в ходе социального развития человека. Так, согласно данным Н. Н. Мельниковой, в «адаптивный блок» качеств, положительно связанных с выбором наиболее эффективных адаптивных стратегий поведения, вошли социально-психологические характеристики личности, а в «дезадаптивный блок» качеств, связанных с выбором менее эффективных адаптивных стратегий, вошли темпераментные, динамические характеристики. Автор делает вывод о том, что развитие адаптивности человека идет по линии освобождения поведения от физиологически обусловленных качеств [84, с.152]. Таким образом, именно личность становится основным инструментом адаптации.

Многие исследователи подчеркивают значение прошлого опыта индивида, имеющих у него приспособительных реакций, форм поведения, стереотипов прошлого опыта как важной части адаптивного потенциала (Березин, 1988; Анцыферова, 1994; Карцева, 1988).

Наконец, ряд ученых полагают, что важнейшей частью адаптивного потенциала личности являются уровень ее самопознания и саморегуляции, уровень личностного развития, означающий способность самоосознания своего личностного ресурса (Завьялова, 1998, Абульханова-Славская, 1991). Именно это позволяет личности строить свой жизненный сценарий адекватно имеющимся ресурсам.

Социологический анализ позволяет добавить к адаптивному потенциалу личности особенности ее социального статуса, обеспечивающего больший или меньший доступ к информационным и материальным ресурсам, а также стереотипы адаптивного поведения, усвоенные ею из социальной среды (Гуревич, 2001).

Таким образом, адаптивный потенциал личности представляет собой сложное, многоуровневое образование, включающее как врожденные, так и

приобретенные качества, весь арсенал форм поведения, имеющихся в прошлом опыте, а также способность осознания этих личностных ресурсов и создания на этой основе целостной линии поведения и жизненного сценария в целом.

Подводя итоги всему вышесказанному, можно отметить следующее:

- В современной психологии под социально-психологической адаптацией понимается процесс активного взаимодействия личности и социальной среды, возникающий вследствие несогласованности их ценностей, установок, целей, в ходе которого могут достигаться как цели, связанные с достижением приспособленности личности к социальной среде, так и цели, связанные с самореализацией личности и ее активным воздействием на среду. Под социально-психологической адаптацией понимается также результат этого процесса.
- В ходе социально-психологической адаптации задействуются различные адаптационные механизмы, действие которых направлено как на активное преобразование ситуации, так и на изменение поведения, ценностей установок, целей, самосознания самой личности.
- Среди критериев успешности адаптации личности принято выделять внешний (степень приспособленности) и внутренний (степень субъективного благополучия) критерии, однако, делаются попытки найти третий, системный критерий, характеризующий взаимодействие личности и среды. На наш взгляд, таким критерием может служить уровень самоопределения личности по отношению к социальной среде.
- Результат адаптации во многом зависит от адаптивного потенциала личности, включающего как врожденные, так и приобретенные качества, весь арсенал форм поведения, имеющихся в прошлом опыте, а также способность осознания этих личностных ресурсов и создания на этой основе целостной линии поведения и жизненного сценария в целом.

1.2. Особенности психической и социально-психологической адаптации в условиях экологического неблагополучия

Проблемы, связанные с влиянием экологических условий на особенности психической адаптации, рассматриваются в современной психологии в двух основных направлениях:

- 1) изучение психологических последствий радиационных аварий и радиационного загрязнения местности,
- 2) изучение влияния химического загрязнения местности на психическое здоровье населения.

Что касается первого направления, связанного с изучением психологических последствий **радиационного загрязнения окружающей среды**, то особенно активно исследовались психологические последствия аварии на Чернобыльской АЭС. Можно выделить две группы данных исследований: изучение особенностей психической адаптации у лиц, участвовавших в ликвидации последствий на ЧАЭС, и изучение психологических последствий катастрофы для населения пострадавших территорий.

Результаты первой группы исследований показывают, что у значительной части ликвидаторов аварии сформировались состояния психической дезадаптации. Сущность и этиология этих состояний трактуются исследователями по-разному. Часть исследователей характеризует их как проявления посттравматического стресса, возникшего как вследствие острых и хронических психологических перегрузок во время работы в аварийной зоне, так и вследствие действия вторичных стрессовых факторов, в первую очередь, появления в СМИ обширного потока материалов о масштабах аварии и последствиях для здоровья человека радиационного облучения (Панченко и др., 1996; Тарабрина, 2003; Шамарин и др., 2003). Среди выявленных этими исследователями состояний у

участников ликвидации преобладают непсихотические расстройства, выражающиеся в эмоциональной напряженности, тревоге, страхе, пониженном настроении и активности, гнетущем ощущении дискомфорта [102, с. 35]. В. М. Шамарин Е. А. Мартынчик и Д. Б. Анискин отмечают в структуре психических и поведенческих расстройств у ликвидаторов психоорганические расстройства, аффективные расстройства, невротические и соматоформные расстройства, расстройства личности, отмечая их психогенный характер [170, с. 34]. По мнению Н. В. Тарабриной, у 19 % ликвидаторов сформировалось посттравматическое стрессовое расстройство, степень развития которого связана со степенью выраженности симптомов [149, с. 8].

Вместе с тем, ряд исследователей обнаружили, что психические изменения, наблюдаемые у ликвидаторов, во многих случаях не могут быть расценены как чисто психогенные, о чем говорит наличие стабильных органических изменений в работе головного мозга, связанных с его локальными поражениями (Хомская, 1997; Холодова, 1996; Логановский, 2001 и др.).

Таким образом, анализ имеющихся в литературе данных позволяет говорить о многофакторном патогенезе нервно-психических расстройств у ликвидаторов, получивших небольшие дозы облучения во время Чернобыльской аварии. Ведущим среди этих факторов большинство исследователей считают хронический психологический стресс, возникший под влиянием травмирующих событий и ожидания последствий облучения для своего здоровья.

Вторая группа исследований, проводимых в связи с изучением психологических последствий Чернобыльской катастрофы, связана с влиянием аварии и радиационного загрязнения местности на психологическое состояние населения пострадавших территорий. Исследованиями выявлено, что в районах, подвергшихся радиационному

заражению, наблюдается повышенная социальная и социально-психологическая напряженность, которая выражается в повышенной тревожности и страхах, апатии, отказе от ответственности за себя и свою семью, утрате интереса к окружающему, снижении самооценки, изменении ценностных ориентаций (Ткаченко, 1997; Голушко, 1998; Власова, 2001). У населения пораженных территорий формируется «комплекс жертвы», являющийся, по мнению Т. В. Голушко, следствием депривации структурных звеньев самосознания [34, с. 73].

По вопросу о степени распространенности повышенной тревожности и проявлений хронического стресса имеются различные данные. Что касается взрослой популяции, то многочисленные исследования показывают, что степень распространенности психической дезадаптации, выражающейся в тех или иных невротических расстройствах, очень высока. В исследовании Ю. А. Александровского и др., обследовавших 300 жителей загрязненных районов, только у 5 % не были выявлены психологические проблемы, а 48 % страдали невротическими расстройствами [112, с.60]. В исследовании Г. М. Румянцевой и соавт. было выявлено наличие пограничных психических расстройств, психосоматических заболеваний у 60,3 % населения, а у 90 % – стойкое тревожное напряжение, когнитивным содержанием которого является опасение за здоровье свое и своих близких [117, с. 37].

По мнению Т. В. Голушко, наиболее характерными являются следующие проявления хронического стресса: страх и ощущение беспомощности (76,8%), радиофобия, циркуляция слухов, преувеличивающих опасность (70,5 %), психические расстройства (51,8 %), недоверие к центральной (75,8 %) и местной (56,8 %) власти. При этом выявлена прямая зависимость частоты обнаруженных признаков фрустрации от напряженности радиационной обстановки [34, с. 66].

Эти данные в определенной степени согласуются с результатами исследования Т. В. Власовой, согласно которым среди проживающих на

загрязненных территориях у женщин, особенно в возрасте 35-50 лет, отмечены низкая оценка своего здоровья, высокий уровень тревожности и ощущение себя «жертвой катастрофы», наиболее низкий уровень уверенности в себе. Для мужчин из загрязненных районов, особенно в возрасте 31-40 лет, характерны притязания на признание своего «Я», своих внешних физических данных, на социальное признание. С возрастом увеличиваются проявления пессимистической оценки своего будущего, ощущение себя «жертвой катастрофы» (Власова, 2001).

Что же касается детско-юношеской популяции, то данные о распространенности и структуре проявлений хронического стресса и психической дезадаптации очень противоречивы. Так, Т. В. Голушко приводит данные о том, что у 44,8 % детей подростков из зараженных районов выявлено «состояние тревожного напряжения», включающее эмоциональную напряженность, повышенный интерес к своему здоровью, наличие соматических жалоб или, напротив, попытки скрыть действительно имеющиеся заболевания. У детей дошкольного возраста из зараженных районов более выражены возрастные страхи, наблюдается тенденция к переживанию специфических страхов, связанных с проживанием на пострадавших территориях (Голушко, 1998). В исследовании С. А. Игумнова выявлена боязнь радиации и феномен «визуализации радиации», достигавший уровня аффектогенных иллюзий у детей 9 лет [52, с. 144].

Однако в ряде исследований приводятся данные об отсутствии достоверных различий в уровне тревожности у детей и подростков из зараженных и «условно чистых» районов. Так, в исследовании А. В. Храброва, выполненного на выборке, включающей детей из школы-интерната, отмечается, что все дети из данного образовательного учреждения отличаются повышенной тревожностью, эмоциональной нестабильностью, ожиданием неудач, и дети из зараженных районов не отличаются значимо от своих сверстников по большинству параметров, в том

числе по уровню тревожности, гнева, агрессии. Зафиксировано даже большее эмоциональное благополучие, вплоть до отсутствия тревожных подростков в группе из зараженных районов, что признается автором как феномен, либо связанный с недостаточным объемом выборки, либо обусловленный более глубокими причинами, требующими дальнейшего изучения [166, с.65].

В исследовании А. С. Ткаченко также не выявлены существенные различия между детьми из зараженных и «условно чистых» районов по таким показателям, как неуверенность, тревожность. У младших школьников из зараженных территорий была выявлена меньшая интернальность в случаях неудач, большая ориентация на прошлое [153, с. 78]. У подростков из зараженных территорий были обнаружены несколько меньшие показатели по активности и агрессивности, чем у их сверстников из «условно чистых» районов [153, с. 89].

Однако данные, полученные Т. В. Власовой на выборке юношей и девушек 15-16 лет, показывают, что уровень тревожности и «ощущение себя жертвой катастрофы» у данной возрастной категории в зараженных районах значительно выше, чем в «условно чистых». При этом показатель уверенности в себе, субъективная оценка своего здоровья у девушек из зараженных территорий значительно ниже, чем у их сверстниц в «условно чистых районах». У юношей же из зараженных районов показатели уверенности в себе и субъективного ощущения здоровья значительно выше, чем у юношей из чистых районов, что можно считать связанным со свойственным мужскому стереотипу поведения стремлением отрицать тревогу. У юношей из зараженных районов выявлен и более высокий показатель готовности принять на себя ответственность за свое будущее (Власова, 2001).

Эти факты в определенной мере согласуются и с результатами исследования И. З. Кезиковой, выявившей у старшеклассников из зараженных районов большую самостоятельность и осмысленность в

проявлении инициативности и любознательности, большую дифференцированность структуры этих качеств, их обусловленность мотивационно-смысловыми составляющими по сравнению со школьниками из чистых районов. Важным мотивом при этом является стремление получить образование, уехать из загрязненного района, вырваться из «круга жертв» (Кезикова, 2002).

Что же касается соотношения субъективной оценки здоровья и результатов объективных исследований состояния здоровья у детско-юношеской популяции на загрязненных территориях, то эти результаты противоречивы. Большинство исследователей, проводивших эпидемиологические обследования в 1987-88 гг., отмечали отсутствие возрастания количества онкологических и гематологических заболеваний при возрастании неспецифических заболеваний, а также наличие разнообразных сдвигов в работе различных органов и систем, изменение метаболизма клеток крови [68; 154; 88]. Обследования, проведенные через несколько лет после аварии, выявили тенденции к улучшению гемодинамики, нормализации иммунитета, работы различных органов и систем, однако, многие показатели остались измененными [106]. В исследовании А. С. Ткаченко представлены результаты медицинских обследований детей и подростков, в которых было выявлено напряжение иммунных сил организма, появляющееся в более частой заболеваемости, гипертрофии миндалин и лимфоузлов; при этом все учителя отмечают также снижение работоспособности, вялость у учащихся [153, с.74-76].

Объяснение выявленных изменений в состоянии здоровья детей не однозначно. Большинство авторов подчеркивают ведущую роль стрессового фактора, связанного с тревожным состоянием взрослых, нарушениями микросоциального взаимодействия, в развитии этих изменений (Голушко, 1998; Храбров, 1999; Игумнов, 2001). Однако, многие исследователи отмечают, что ряд изменений метаболизма крови,

модификация обменных процессов не позволяет исключать и действия радиации (Гайдук, 1994; Пономаренко, 1995). Выявлено также увеличение распространенности нервно-психической патологии у детей, проживающих на загрязненных территориях и, особенно, подвергшихся облучению в пренатальном периоде [23; с.39; 29, с.48]. Выявлена зависимость между дозой облучения и показателями интеллектуального развития [24, с.16].

Интересно сравнить результаты этих исследований с данными о психологических и медицинских последствиях другой аварии, связанной с радиационным загрязнением местности, а именно, аварии 1957 г. на производственном объединении «Маяк» в Челябинской области, которая в течение долгого времени оставалась засекреченной, и действие психологического стресса в течение долгого времени было минимизировано.

В ходе медицинских обследований, проведенных в первые годы после аварии, у 3,3 % населения была выявлена хроническая лучевая болезнь, было обнаружено увеличение заболеваемости лейкозами и другими онкологическими заболеваниями, а также изменения в деятельности кроветворной, системы, иммунной систем. Кроме того, было зафиксировано много жалоб на общую слабость, быструю утомляемость, апатию, головные боли, головокружения, снижение аппетита [122, с.27-28]. У жителей прибрежных сел было выявлено учащение случаев вегето-сосудистых дистоний, гипертонической болезни, увеличение патологии беременности и родов, детской смертности [171, с.35].

Современные исследования состояния здоровья детей, проживающих на территориях, загрязненных радиацией, выявили достоверно большую частоту выявления маркеров иммунной недостаточности, неспецифической заболеваемости по сравнению с контрольной зоной (Теплова, 1998). Обращает на себя внимание высокий процент синдрома вегето-сосудистой дистонии у детей 9 лет и старше (35,4 %) (Русанова, 1998).

Степень распространенности на территориях Южного Урала, загрязненных радиацией, состояний, связанных с психической и социально-психологической дезадаптацией, в отличие от территорий, пострадавших от аварии на ЧАЭС, изучена гораздо меньше. Согласно результатам социологических опросов, проведенных в селах, расположенных на загрязненных радиацией территориях, 68 % населения заявляет о значительном неблагоприятном воздействии ПО «Маяк» на состояние окружающей среды, а 82 % считают возможным повторение аварии. Что же касается проблем, имеющих у населения, то они проранжированы следующим образом: боязнь за здоровье детей, состояние здоровья, низкий уровень жизни, неудовлетворительное состояние окружающей среды [59, С.39-40].

Социологические опросы, проведенные в течение последних лет, выявляют отрицательные тенденции в самочувствии и настроении населения загрязненных радиацией территорий. Если в 1993 г. около половины людей считали себя здоровыми, полными сил, то теперь таких лишь 33 %, а две трети населения ощущают частые недомогания, постоянную усталость, тревогу, раздраженность, агрессивность. Особенно характерно это для респондентов из села Муслумово, находящегося в зоне наибольшего загрязнения. Исследователи выявили такие формы социальной дезадаптации, как социальная незащищенность, социальный пессимизм, социальное беспокойство и социальный экстремизм [25]. В ходе патопсихологического обследования 2993 жителей радиоактивно загрязненных районов у 46,3 % обследованных был выявлен тревожный тип реагирования, у 10,0 % – ипохондрический, у 10,9 % – неврастенический, у 8,2 % – апатический [168, с.177].

В селах, расположенных на территориях, загрязненных радиацией, достоверно больше родителей, чем в других селах этого же района, с хроническими заболеваниями (в 3,7 раза), с частыми респираторными

инфекциями (в 1,4 раза), с неудовлетворительной медицинской активностью (в 1,3 раза), с семейными неурядицами (в 3 раза), с нервно-эмоциональным напряжением во время беременности (в 2 раза), с плохими бытовыми условиями (в 2 раза). Значительно больше женщин имели в анамнезе аборты из-за боязни вредного воздействия радиации, чем в других селах (в 2 раза), число многодетных семей меньше в 1,4 раза, при этом желаемое число детей не соответствует реальному [133, с. 63-64]. Все это позволяет говорить о более высокой социальной и социально-психологической напряженности на территории радиоактивного загрязнения (Пазий, 1998).

Таким образом, исследования психологических и медицинских последствий радиационных аварий показывают, что у значительной части как ликвидаторов аварии, так и населения пострадавших территорий наблюдаются различные формы психической и социально-психологической дезадаптации, что связывается большинством исследователей с состоянием хронического психологического стресса, возникшего в связи с аварийной ситуацией и освещением в прессе ее возможных последствий. Однако, многие исследователи отмечают, что оценить уровень этого стресса, выявить его структуру очень сложно [117]. Во многих исследованиях отмечено воздействие установок взрослых по поводу возможных последствий аварии для здоровья на возникновение психической и социально-психологической дезадаптации у детей и юношества. Отметим также, что социально-психологические аспекты дезадаптации изучены пока явно недостаточно.

Второе направление исследований, связанных с влиянием неблагоприятных экологических факторов на особенности психической адаптации, связано с изучением влияния **химического загрязнения окружающей среды** на психическую адаптацию населения. Особенность таких кризисных экологических ситуаций состоит в том, что в них отсутствует действие психологического стресса, связанного с аварией и ее

непосредственными последствиями (прямая угроза жизни, переселение, освещение экстремальных событий в прессе и т.д.).

В исследовании W. J. Lee было выявлено увеличение смертности от онкологических заболеваний у рабочих химической промышленности (Lee, 2002). В исследованиях И. В. Боева и В. В. Уварова были выявлены нейротоксический, гепатотоксический, иммунотоксический эффекты действия сложных химических неорганических композиций на работающих в химической промышленности. У них была выявлена высокая вероятность развития донозологических форм нервно-психических нарушений, а случаях чрезвычайных психотравмирующих обстоятельств – более сложная структура психических реакций на стресс и более быстрая их трансформация в психопатологические расстройства (Боев, 1990).

Медицинские исследования, проведенные на детской популяции, выявили достоверное увеличение на территории крупного промышленного города количества врожденных пороков развития, а также неспецифических заболеваний в детской популяции в зависимости от уровня загрязнения района проживания, при этом во многих случаях были выявлены значимые положительные корреляции между удельным весом указанных заболеваний и уровнем загрязнения атмосферного воздуха в районе [47; 64; 238].

Что же касается нервно-психических заболеваний, то по имеющимся данным они также распространены значительно больше у детей, проживающих в районах с высоким уровнем загрязнения окружающей среды. Так, по данным В. М. Боева и М. Н. Воляпика, в небольшом городе с высоким уровнем загрязнения атмосферы удельный вес нервно-психических заболеваний оказался в 5 раз выше, чем в городе с невысокой антропогенной нагрузкой. Выявлено достоверно больше детей с вегетативной лабильностью, неврозами, энурезом, нарушениями речи [17, с. 85].

По данным, полученным Р. Landrigan et al, 28 % неврологической заболеваемости у детей обусловлено действием

неблагоприятных экологических факторов; уровень загрязненности в районе проживания достоверно связан со снижением показателей IQ в детской популяции [195, p.728]. Исследование, проведенное S. D. Gross, T. D. Matte, J. Schwartz, показывает, что снижение уровня загрязненности воздуха свинцом в ряде городов США в 1990-е гг., достигнутое благодаря проводимой работе по уменьшению выбросов, обусловило повышение IQ в детской популяции на 2,2–4,7 пункта [198, p.564].

Эти данные согласуются с теми, которые были получены Н. В. Говориным и др. при исследовании психического здоровья детей и подростков, проживающих в экологически неблагополучном регионе Забайкалья. Было выявлено, что общая распространенность нервно-психической патологии в зоне экологического неблагополучия значительно превышает аналогичный показатель контрольной группы. В юношеской группе у 31 % обследованных были выявлены умственная отсталость и пограничная интеллектуальная недостаточность (в контрольной группе – 14%), а также высокий уровень распространенности сочетанной неврологической симптоматики (58,16 %), вегето-сосудистой дистонии (43,69 %), гипертензионно-гидроцефального синдрома (18, 76 %) [116, с.24; 111, с.18].

В работах Н. К. Сухотиной было обнаружено, что уровень распространенности нервно-психических заболеваний обнаруживает прямую и сильную корреляционную связь с удаленностью населенного пункта от источника антропогенного загрязнения [145, с. 22]. Это касается, в первую очередь, распространенности синдромов психической ретардации, достигающей на наиболее загрязненной территории 27,5 % (в контрольной зоне – 7,77 %) [146, с. 39]. На основе этих данных автор делает вывод о том, что адекватной моделью реагирования организма человека на распространение ксенобиотиков является беспороговая модель, согласно которой опасными являются даже небольшие их концентрации. По мере

повышения концентрации ксенобиотиков возрастает количество детей, реагирующих на их присутствие [147, с. 7].

Рассмотренные исследования распространенности в детско-юношеской популяции нервно-психических и пограничных психических расстройств проводились специалистами-психиатрами на основе клинического обследования. Психологических исследований, посвященных особенностям психической и социально-психологической адаптации детей, подростков, юношества на территориях, подвергшихся длительному химическому загрязнению, пока немного.

В Ставропольской государственной медицинской академии был проведен ряд исследований на выборке акцентуированных подростков (Ахвердова, 1998; Кобрянова, 2002 и др.). Авторы фиксируют наличие негативного конституционального личностного дрейфа у подростков из химически загрязненных районов от диапазона нормы-акцентуации к диапазону личности с конституциональным личностным радикалом. В загрязненных районах у истероидов, шизоидов, эпилептоидов обнаружены значимые различия по сравнению с подростками соответствующих типов в чистых районах по ряду параметров: выраженность обсессивно-фобических расстройств, уровень тревоги, невротизации, психопатизации, склонность к алкоголизации, к делинквентности, выраженность реакции эмансипации (Ахвердова, 1998; Кобрянова, 2002).

По мнению авторов рассматриваемых исследований, негативные экологические факторы оказывают свое деструктивное влияние в первую очередь на биологические основы личности, что оказывает деструктивное влияние на особенности индивидуального барьера адаптации. При этом психологические и социальные аспекты воздействия экологических факторов практически исключаются из рассмотрения. Можно отметить, что **социально-психологические аспекты** адаптации человека на территориях с химическим загрязнением практически не изучены.

Однако, многие социологи и политологи отмечают усиление социальной напряженности в регионах с выраженными экологическими проблемами [99; 144], что делает актуальным исследование социально-психологических аспектов адаптации человека в условиях экологического неблагополучия.

Подводя итоги анализу данных об особенностях психической адаптации в условиях экологического неблагополучия, можно отметить следующее:

- Изучение психологических **последствий радиационных аварий** показывает, что у значительной части как ликвидаторов аварии, так и населения пострадавших территорий развиваются дезадаптивные состояния, связываемые большинством исследователей с воздействием хронического стресса, возникшего в связи с аварийной ситуацией и освещением в прессе ее возможных последствий. Вместе с тем, большинство исследователей подчеркивают, что оценить уровень этого стресса и его влияние на процесс психической адаптации крайне сложно.
- Исследования психического здоровья населения **химически загрязненных территорий** позволили выявить более высокий уровень распространенности общей и неврологической заболеваемости, некоторых пограничных психических расстройств. Большинство исследователей связывают это с деструктивным воздействием сложных химических композиций на функционирование ЦНС. Влияние же социальных и психологических факторов практически не рассматривалось.
- Социально-психологические аспекты адаптации человека в условиях экологического неблагополучия крайне малоизученны. Отмечено возникновение социальной напряженности в зонах экологического загрязнения.

1.2. Экологический стресс и социально-психологические аспекты его переживания

Анализ исследований психической адаптации в зонах экологического неблагополучия показывает, что развитие адаптивных и дезадаптивных реакций развивается в соответствии с логикой развития стрессового реагирования как в случаях сложных климатических условий, так и в случаях техногенных катастроф, влекущих неблагоприятные экологические последствия. Роль стрессового фактора в формировании особенностей психической адаптации в условиях безаварийного развития кризисных экологических ситуаций, практически не изучена, хотя на наш взгляд, ее тоже нельзя отрицать.

Все это позволяет говорить об особом виде стресса, связанного с проживанием в неблагоприятных экологических условиях и вызывающего необходимость в выработке особых адаптивных реакций. Для того чтобы проанализировать его особенности, обратимся к исследованиям, посвященным стрессу, его видам и факторам, влияющим на его переживание.

Как известно, создатель учения о стрессе Г. Селье понимал под ним неспецифическую реакцию организма на любое предъявленное ему требование, вызывающее необходимость перестройки жизнедеятельности организма (Селье, 1982). Он выделял три стадии стресса, а именно, стадии тревоги, сопротивления и истощения. Физиологические реакции в ответ на кратковременные нагрузки исчезают сразу же, как только ситуация меняется на благоприятную. Более длительные нагрузки приводят к стойкой адаптации физиологической системы. Однако чрезвычайные по силе и длительности нагрузки ведут к срыву работы адаптационной системы, что является причиной различных заболеваний, среди которых – заболевания сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта и т.д..

В дальнейшем были выделены физический стресс, связанный с воздействием стрессоров физической природы, и психический стресс, вызываемый различными психическими стрессорами – стимулами и ситуациями, воспринимаемыми как угрожающие, а также процессами, основанными на следах эмоциональных переживаний (Lazarus, 1977).

Психофизиологические исследования стресса выявили его роль в общем процессе адаптации. Была выявлена роль стресс-синдрома в мобилизации энергетических и структурных ресурсов организма (Панин, 1983; Меерсон, 1981; Фомин, 2003 и др).

Что касается психологических исследований, то в работах большинства исследователей подчеркивается, что понятие стресса относится к числу многозначных понятий. Под ним подразумевают и событие, несущее угрозу или дополнительную нагрузку, превышающую адаптационные возможности индивида, и реакцию на это событие, и промежуточный процесс между раздражителем и реакцией, и процесс взаимодействия индивида с окружающим миром (Абабков, 2004; Бодров, 2000).

Существуют различные психологические модели стресса. В современной психоаналитической литературе существует понимание стресса как события или группы событий, нарушающих баланс между основными структурами личности, достигаемый с помощью Эго. Это заставляет Эго искать новые способы достижения психологического гомеостаза (Menninger, 1977).

В когнитивных моделях стресса подчеркивается роль восприятия и познания субъектом стрессовой ситуации, которые и определяют характер возникающих эмоций (МакМаллин, 2001). В интеракционной модели Т. Кокса стресс предстает как воспринимаемый дисбаланс между требованиями, предъявляемыми ситуацией, и ресурсами, необходимыми для того, чтобы справиться с этими требованиями. Когда человек оценивает ситуацию как стрессовую, он использует свои ресурсы для того, чтобы

справиться с ней; неадекватное разрешение ситуации ведет собственно к стрессу. Процесс этот цикличен, а характерные для индивида способы разрешения стрессовых ситуаций, закрепившись во многих взаимодействиях, становятся частью его личности (Кокс, 1981).

В модели Р. Лазаруса стресс также рассматривается как трансактный процесс взаимодействия индивида с окружающим миром, в ходе которого важными моментами являются процесс восприятия и оценки стрессора со стороны индивида и выбор и реализация индивидом той или иной стратегии копинга. При этом эмоции рассматриваются не только как результат восприятия стрессовой ситуации, но и как катализатор и результат копинга (Lazarus, 1977).

Что касается стрессоров, то к ним относят разнообразные явления и события. По мнению Я. Стреляу, это, в первую очередь, непредсказуемые и неконтролируемые события, значительные изменения в жизни, ситуации с очень высокой или низкой стимуляцией, травматические события (война, смерть, несчастье), а также ситуации несоответствия требованиям среды или своих собственных ценностей (Strelau, 1995).

По мнению Ю. М. Губачева и др., стрессоры могут быть разделены также на стрессоры активной деятельности, стрессоры оценки, рассогласованности деятельности и физические и природные стрессоры [174, с. 6]. В качестве стрессоров рассматривают также гелиогеофизические сдвиги, межличностные и внутриличностные конфликты (Ушакова, 1977).

Можно выделить различные виды стрессоров по размеру их негативной валентности и времени, требуемому на реадaptацию. В таком случае выделяют повседневные микрострессоры (рабочие, межличностные, ролевые и др.), критические жизненные события и хронические стрессоры (MacLean, 1994). Изучению как критических жизненных событий, так и повседневного стресса посвящено немало работ. Было отмечено, что повседневный стресс на работе, особенно у лиц работающих с людьми или в

ситуации повышенной ответственности, ухудшает социальную адаптацию и самочувствие человека, может негативно влиять на здоровье, способствуя развитию различных психосоматических заболеваний (Siu, 1998; Tyler, 1998).

Критические жизненные события также способствуют развитию дистресса; обладая временной дискретностью и высокой негативной валентностью, они бросают вызов адаптивным ресурсам личности и ее “теории мира” и часто оказываются связанными с развитием психосоматических заболеваний (Kaplan, Damphous, 1997; Fisher, 1995; Irutsu et al, 2004; Анцыферова, 1994; Карцева, 1988; Мазур, 1992). Вместе с тем, во многих случаях именно состояние стресса усиливает вероятность и частоту появления критических жизненных событий и восприятию рядового события как стрессогенного (Kaplan, Damphous, 1997).

Что касается хронических стрессоров, то они характеризуются, в первую очередь, временной протяженностью стресса, представляя собой постоянно повторяющиеся стрессовые ситуации или затянувшиеся нагрузки; они могут быть также связаны с ролевым напряжением или тяжелым социальным положением (MacLean, Link, 1994). К ним относятся и неблагоприятные климатические условия (Березин, 1988; Панин, 1983). Хронические стрессоры с течением времени истощают адаптивные ресурсы личности, вызывая различные формы психической дезадаптации, способствуя развитию различных заболеваний (Березин, 1988; Александровский, 1993; Казначеев, 1983; Gleser, Green, Winget, 1981).

Отмечен также кумулятивный эффект совместного действия разнообразных стрессоров; так, повседневные стрессоры и критические жизненные события могут увеличивать эффекты хронических стрессов, и их совместное действие может привести к тому, что процесс адаптации будет нарушен [1, с.13; 14, с.134; 143, с.9].

Что касается факторов, влияющих на течение стресса, то имеется обширная литература, посвященная влиянию когнитивных, личностных, социальных факторов, а также их взаимодействия.

В когнитивных моделях стресса особое значение придается процессам восприятия и оценки стрессовой ситуации, а также адаптивных возможностей индивида. Восприятие и оценка стрессовой ситуации, в свою очередь, зависит от убеждений индивида о самом себе и своих взаимоотношениях с другими людьми (МакМаллин, 2001). По мнению Р. Лазаруса, процесс восприятия и оценки строится на основе имеющейся или поступающей информации о ситуации, и его результатом является суждение о степени угрозы, которую она несет. Оценки, в свою очередь, не только влияют на характер и силу эмоциональных реакций, но и воздействуют на выбор копинговой стратегии, что позволяет изменить саму ситуацию (Lazarus, 1977).

Роль личностных факторов в восприятии ситуации и выборе копинговой стратегии исследовалась во многих работах. Выявлены личностные характеристики, повышающие и понижающие устойчивость к стрессовым факторам. К числу факторов, обладающих протективным действием во взаимодействии со стрессорами, отмечают высокую эмоциональную стабильность, низкую личностную тревожность и выносливость как способность справляться с жизненными трудностями, принимать вызов (Nelson, Cooper, 2005; Березин, 1988; Данилова, 1992). Отмечена связь этих факторов со свойствами темперамента (Strelau, 1995; Данилова, 1992). Экстраверсия, сила процесса возбуждения, пластичность, низкая реактивность связаны с устойчивостью к стрессовым нагрузкам, развитием оптимальных функциональных состояний в условиях стресса; и наоборот, интроверсия, слабость процессов возбуждения, ригидность связаны с высокой тревожностью, развитием неоптимальных функциональных состояний в условиях стрессовых нагрузок [37, с. 155].

Протективным фактором является также высокий уровень поисковой активности в ситуациях с недостаточной определенностью и преобладание мотивации достижения над мотивацией избегания неуспеха (Березин, 1988). По результатам исследований Н. Н. Даниловой, индивиды, реагирующие на незнакомый стимул ориентировочным рефлексом, гораздо более устойчивы к стрессу, чем те, которые реагируют в такой ситуации оборонительным рефлексом [37, с. 104]. Позитивный аффективный ответ на требования среды и деятельности получил название “vigor”; он связан с ощущением физической силы, эмоциональной энергии (Nelson, Cooper, 2005).

Устойчивость к стрессу значительно выше у людей, имеющих значимые цели, надежду и смысл в своей жизни, а также отличающихся ответственностью, обязательностью в выполнении своих обязанностей (Nelson, Cooper, 2005). Высокий уровень интеграции поведения на уровне установок, отношений, ценностных ориентаций, ролей также повышает устойчивость индивида к действию стрессовых нагрузок (Березин, 1988).

К числу факторов, снижающих устойчивость к стрессу, относятся высокий уровень нейротизма, личностной тревожности, преобладание мотивации избегания неуспеха, отсутствие значимых целей, а также наличие интрапсихического конфликта (Березин, 1988).

Что же касается социальных факторов, то они имеют различное влияние на восприятие и переживание стресса. Именно в результате социальных влияний личность приобретает паттерны восприятия, оценки и совладания со стрессовыми ситуациями. Уже в ранних взаимоотношениях с матерью у ребенка возникает чувство, что он может контролировать ситуацию (Seymour, 1988). Опыт переживания стрессовых эпизодов в детстве очень важен для освоения умения справляться с трудностями (Wallerstein, 1988). С другой стороны, различные способы оценки и поведения в стрессовых ситуациях не только воспринимаются ребенком с помощью наблюдения, но и получают в социуме положительные и отрицательные

подкрепления (Ross, 1980). С точки зрения теории социального научения первостепенное значение для переживания стресса имеет взаимодействие личности и ситуации, в ходе которого личность реагирует на те или иные характеристики ситуации определенным поведением, выбор которого обусловлен как особенностями личности, так и имеющимся у нее поведенческим репертуаром и опытом в разрешении подобных ситуаций. Таким образом, когнитивные модели, личностные и средовые факторы действуют не в качестве независимых явлений, а, напротив, предопределяют друг друга (Bandura, 1995).

Наконец, важное значение имеет такой важный социальный фактор, как способность социального окружения оказывать социальную поддержку в стрессовой ситуации. В социальной психиатрии под социальной поддержкой принято подразумевать систему непрофессиональной помощи в профилактике и лечении психических расстройств (Холмогорова, 2003). В психологии социальная поддержка понимается и как удовлетворение специфических социальных потребностей – в близости, защите, информации, практической помощи, успокоении и т.д., и как защита от негативных нагрузок и источник помощи в стрессовых ситуациях, и как стрессовый буфер (Kirkcaldy, Siefen, Witting, 2005; McIntyre, Venture, 2003). По мнению В. Wheaton, социальная поддержка может играть роль как модератора стресса, так и фактора, противостоящего его действию (Wheaton, 1982). Наличие поддержки семьи, позитивная семейная атмосфера позволяют людям противостоять стрессам, связанным со спецификой профессиональной деятельности (Brogh, O'Driscoll, Kolliath, 2005; Siu, Cooper, 1998; Tyler, Cushway, 1998; Biggam, Kevin, Macdonald, 1997; Hagihara, Tarumu, Miller, 1998), эмиграцией (Хрусталева, 2002; Kirkcaldy, Siefen, Witting, 2005), войной (McIntyre, Venture, 2003), стихийными бедствиями и потерями (Assanangkornchay, Tangboonngam, Edwards, 2004). Это проверено и на

детско-подростковой выборке (McIntyre, Venture, 2003; Gleser, Green, Winget, 1981; Langinvainio, 1986).

Что касается классификации различных видов психологического стресса, то по длительности выделяют краткосрочный (острый) и длительный (хронический) стресс (Судаков, 1991). По мнению многих исследователей, именно затяжной характер стрессовых реакций наносит наибольший вред нервно-психическому и физическому здоровью человека, так как эмоциональные реакции утрачивают свой адаптивный характер и ведут как к изменению личности, так и к стойким психофизиологическим нарушениям (Судаков, 1991; Березин, 1988; Губачев, 1976). Однако острый стресс большой силы также способен порождать тяжелые психологические и психофизиологические реакции, что, например, показывают эпидемиологические исследования, посвященные распространенности психологических травм после чрезвычайных ситуаций (Gleser, Green, Winget, 1981; Assanangkornchay, Tangboonngam, Edwards, 2004; Irutsu, 2004).

По основным сферам, являющимся источниками стрессоров, также выделяют различные виды психологического стресса. Так, В. А. Бодров выделяет семейный, профессиональный, информационный стресс (Бодров, 2000). Многие исследователи говорят о психосоциальном стрессе, имеющем социальное происхождение, обусловленность и проявляющимся в ситуациях социального взаимодействия. Он, как правило, связан с осознанием или предвидением собственной или коллективной неуспешности, негативных социальных событий (Kaplan, 1996). Е. В. Руденский использует понятие “социально-психологический стресс”; по его мнению, он дезинтегрирует диспозиционную систему регуляции процессов социального функционирования личности (Руденский, 1997).

В число видов стресса все чаще включают **экологический стресс**. 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 (Wong, 1993).

Термин «экологический стресс» используется в работах и других отечественных и зарубежных исследователей, 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 (М. Shaffer, Н. Н. Данилова). По мнению М. 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 (Shaffer, 1982). Согласно исследованиям Н. Н. Даниловой, загрязненность окружающей среды оказывает отрицательное влияние на функциональное состояние организма, и тем самым на эффективность психических процессов, деятельности человека, представляя собой «экологический стресс». Автор упоминает о том, что экологические стрессы могут быть «как физической, так и психической природы», однако, не раскрывает эту мысль [37, с.169].

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, полагая, что все эти факторы вызывают дискомфорт и развитие дезадаптивных реакций, усиливая даже обращаемость за психиатрической помощью [219]. Подобный подход можно увидеть и в работах G. Winnike и M. Neuf, которые используют термин “annoyance” (раздражение, досада), обозначая состояние, возникающее вследствие восприятия негативных экологических стимулов (Winnike, Neuf, 1996).

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. Мы уже упоминали о позиции Р. Т. Wong, согласно которой экологический стресс обуславливается воздействием экстремальных условий окружающей среды, ожиданием такого воздействия или его последствий (Wong, 1993).

Б. Андресен, Ф.-М. Старк, Я. Гросс ввели термин «экологическая обеспокоенность» и «экотрамирующие переживания», рассматривая их на фоне хронического социального стресса [5]. Подобный термин (“environmental worry”) использует М. Shusterman, связывая “экологическую обеспокоенность” с опасениями людей за свое здоровье [219].

Ю. А. Александровский отмечал, что для жителей загрязненных радиационными выбросами территорий длительное проживание на них является, по существу, хронической психотравмирующей ситуацией, связанной с опасениями людей за здоровье и жизнь (Александровский, 1991).

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, в дальнейшем, говоря об экологическом стрессе, мы будем иметь в виду психологический стресс, возникающий вследствие осознания человеком действия негативных экологических факторов, их возможного влияния на здоровье.

Какие же специфические стрессоры вызывают экологический стресс? В числе этих стрессоров обычно называют шум, загрязненность воздуха, повышенный радиационный фон, высокую температуру.

На наш взгляд, все экологические стрессоры можно разделить на 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, а при длительном проживании в условиях экологического стресса – явления, которые можно трактовать как проявления психической дезадаптации [25; 112; 117; 160].

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. Люди узнают о катастрофе из и ее последствиях из средств массовой информации, и уровень стресса зависит не столько от реальной опасности, сколько от особенностей информации [117; 160]. 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 [117; 160].

Восприятие информации о других видах экологического загрязнения изучено меньше. Опрос старшеклассников, проведенный в г. Челябинске, показал, что у значительной части респондентов информация о загрязнении окружающей среды вызывает негативные эмоции – страх, тревогу (51%),

чувство отчаяния и безысходности (14%), уверенность и спокойствие испытывают только 6% (Мишина, 1998).

Вторая группа экологических стрессоров, на наш взгляд, связана с **непосредственным восприятием** негативных экологических факторов.

По данным J. Rotton, неприятный запах в помещениях является важным фактором, ведущим к появлению таких симптомов, как головная боль, раздражительность, утомление, бессонница, депрессивные реакции; наличие в воздухе химических соединений также имеет достоверную связь с появлением тех же симптомов [219, p.53-55]. Разные исследователи по-разному объясняют эту связь. Одни авторы рассматривают появление симптомов как прямую реакцию на неприятные стимулы (Shaffer, 1982; Mandler, 1984), другие (G.W. Evans, S.V. Jacobs) полагают, что промежуточной переменной в большинстве случаев выступает тревога [219, p.53]. Есть и другая позиция, согласно которой такой промежуточной переменной является гнев, раздражение (Rotton, White, 1996; Гурвич, 1999).

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 отмечена связь между уровнем загрязненности воздуха и частотой суицидов, преступлений, проявлений девиантного поведения, обращаемостью за психиатрической помощью [219, p.53].

По мнению G. Winneke и M. Neuf, восприятие неприятного промышленного запаха ведет к появлению чувства раздражения (“annoyance”). Оно отличается от страха и проявляется как чувство неудовольствия от определенного агента. В отдельных городах связь между этим чувством досады и загрязненностью достигла уровня статистической значимости [240, p. 79].

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 (Winneke, Neuf, 1996; Rotton, White, 1996).

Влияние экологического стресса на социально-психологическую адаптацию личности практически не изучено. А. Н. Сухов, выделяя основные очаги социальной напряженности, указывает в том числе экологически неблагоприятные зоны, отмечая, что экстремальные ситуации могут накладываться друг на друга и проявляться в различных формах социальной напряженности. Экологическая опасность является дополнительным или самостоятельным источником социальной напряженности и социально-психологической дезадаптации (Сухов, 2002).

Возрастание социальной напряженности, социально-психологической дезадаптации у значительной части населения в зонах экологического неблагополучия подчеркивается многими социологами, политологами [59; 99; 139]. Результаты социологических опросов в зоне радиационного загрязнения на Южном Урале показали, что более чем у половины населения выражены такие формы социально-психологической дезадаптации, как социальная незащищенность, социальный пессимизм, социальное беспокойство и социальный экстремизм [25]. Рассмотренные в предыдущем параграфе исследования показывают, что в зонах экологического неблагополучия возрастает напряженность процесса психической адаптации, усиливается распространенность дезадаптивных явлений, хотя социально-психологические аспекты дезадаптации изучены пока явно недостаточно.

Какие же функции выполняет экологический стресс в процессе адаптации личности к экологически неблагоприятной среде? Вопрос этот практически не ставился исследователями.

Большинство авторов подчеркивают адаптивную роль стрессовых реакций. Это касается как психофизиологических сдвигов (Панин, 1983; Меерсон, 1981; Фомин, 2003 и др.), так и психологических реакций. Если исходить из транзакционной модели Р. Лазаруса, стресс является процессом взаимодействия личности и ситуации, а стрессовые реакции рассматриваются как результат определенных отношений между требованиями ситуации и ресурсами личности, зависящий от когнитивных процессов оценки. Стрессовые эмоции мобилизуют человека, формируя его готовность к действию, а выбранная стратегия копинга ведет к достижению того или иного адаптивного результата, который вновь подвергается оценке (Lazarus, 1977). Таким образом, стрессовые реакции мобилизуют человека и участвуют в организации адаптивного поведения.

На наш взгляд, и экологический стресс играет адаптивную роль во взаимодействии личности и экологически неблагоприятной среды. Можно выделить следующие его функции:

1) Экологический стресс позволяет личности дать обобщенную эмоциональную оценку степени опасности экологически неблагоприятной ситуации, имеющихся возможностей защиты,

2) Экологический стресс индуцирует индивидуальное поведение, направленное на защиту от действия неблагоприятных экологических факторов – поиск необходимой информации, освоение и использование различных способов защиты своего здоровья в экологически неблагоприятной ситуации или поведение, направленное на выход из этой ситуации,

3) Экологический стресс может мобилизовать человека (и группы людей) на общественную и политическую активность, направленную на улучшение экологической ситуации в населенном пункте, регионе.

Таким образом, экологический стресс выполняет адаптивные функции, мобилизуя личность (и группы людей) на защиту от действия

неблагоприятных экологических факторов. Однако, вопрос о том, в каких условиях эти функции реализуются, разумеется, нуждается в эмпирическом исследовании.

Что же касается факторов, влияющих на интенсивность экологического стресса, то на наш взгляд, можно выделить следующие группы факторов: демографические, индивидуальные, групповые, ситуационные.

К демографическим факторам относятся пол и возраст. Что касается пола, то во многих исследованиях отмечен факт более выраженного реагирования женщин на негативные экологические факторы; у них чаще встречаются эмоциональная обеспокоенность, невротические реакции, «комплекс жертвы», изменения самооценки (Winneke, Neuf, 1996; Андресен, Старк, Гросс, 1995; Власова, 1995; Гурвич, 1999).

Возраст имеет отрицательную связь с силой переживания экологического стресса. Наличие детей, согласно данным И. Н. Гурвича, напротив, увеличивает силу переживания [35, с. 361]. Люди с более высоким уровнем образования и более высоким социальным статусом в большей степени осознают действие негативных экологических факторов [35, с. 361; 240, р.80].

Индивидуальные факторы связаны с теми особенностями человека, которые влияют на его устойчивость к стрессу. Согласно принципу детерминизма, обоснованному С. Л. Рубинштейном, именно через внутренние условия преломляется действие факторов внешней среды (Рубинштейн, 1957).

Значительную роль играют факторы, связанные с врожденными особенностями. По мнению G. Winneke и M. Neuf, к факторам, обуславливающим высокий уровень реагирования на экологические стрессоры, относятся интроверсия и эмоциональная лабильность, неудовлетворенность своей жизнью и здоровьем [240, р.80]. Согласно исследованиям Н. Н. Даниловой, важным фактором, детерминирующим

реагирование на экологические воздействия, являются особенности темперамента: интроверсия и слабость процессов возбуждения связаны с более сильным реагированием [37, с.169]. Эти данные, таким образом, согласуются с результатами, полученным G. Winneke и M. Neuf.

Ряд авторов указывают на то, что у лиц, имевших черты нервно-психической неустойчивости или выраженные акцентуации характера в преморбиде, в условиях стресса, возникающего вследствие воздействия экстремальных экологических факторов, формируются декомпенсации ряда личностных свойств, а иногда и грубые изменения личности, затрудняющие социально-психологическую адаптацию (Костюкова, 1997; Кобрянова, 2002; Ахвердова, 1998).

По имеющимся данным, значительную роль в реагировании на негативные экологические факторы играют установки личности по отношению к своему здоровью, окружению, экологической среде. Отмечено, что более сильные реакции наблюдаются у людей, дающих низкие оценки своему здоровью, а также рассматривающих экологические воздействия как несущие угрозу для жизни и здоровья (Аклеев, 2006; Winneke, Neuf, 1996; Rotton, White, 1996). Реакции на неблагоприятные экологические факторы более проявляются также у лиц, имеющих негативные установки по отношению к микросоциальному окружению, высокий уровень личностной тревоги и гнева (Winneke, Neuf, 1996; Rotton, White, 1996; Березин, 1988).

Третья группа факторов – **групповые факторы** – связана с фоновым уровнем социального стресса, который испытывает данная группа, а также с характерными для нее установками и способами реагирования на стресс.

Б. Андресен, Ф.-М. Старк и Я. Гросс, установили, что группы населения, различающиеся по уровню подверженности социальному стрессу, различаются по степени выраженности «экологической обеспокоенности». Группы населения, у которых были выявлены наиболее высокие фоновые показатели хронического стресса, обнаружили наиболее выраженные

экоотравматические переживания реактивно-психотического характера. Кроме того, если в менее стрессированных группах «экологическая вовлеченность» отличалась равномерной представленностью всех компонентов (активизацией информационных потребностей, усилий к защите, стремления выдвигать политические требования, эмоциональной обеспокоенностью), то в наиболее стрессированных группах эта вовлеченность была расщепленной, связанной лишь с одним или двумя компонентами. По мнению авторов, это свидетельствует о том, что у хронически гиперстрессированных людей нет сил (или времени, денег или других ресурсов), чтобы полностью развить всестороннюю экологическую обеспокоенность (Андресен, Старк, Гросс, 1995).

Различные замкнутые социальные группы могут, кроме того, иметь установки, влияющие на уровень переживания экологического стресса. Однако социально-психологические аспекты переживания экологического стресса изучены пока очень мало. Известно, например, что факт работы на предприятии, загрязняющем окружающую среду, достоверно связан с недооценкой вреда, приносимого этим предприятием [35, с. 361].

Следующая группа факторов, влияющих на интенсивность экологического стресса – **ситуационные факторы** – связана с особенностями экологической ситуации, степенью выраженности воздействия негативных экологических факторов, а также характером их освещения в средствах массовой информации.

Разумеется, степень влияния на личность ситуационных факторов связана со степенью ее информированности об особенностях экологической ситуации. Что касается информированности населения об экологическом состоянии окружающей среды, то большинство исследователей подчеркивают, что она явно недостаточна, основана на отрывочных и разрозненных фактах. Это касается как районов с благополучной, так и с кризисной экологической ситуацией. Недостаточность информации часто

сочетается с недоверием к информации из официальных источников, что ведет к возникновению слухов, необоснованных опасений и преувеличений в оценке отрицательных качеств окружающей среды (Голушко, 1998; Мальцева, 1998; Мишина, 1998 и др.).

Что же касается динамики взаимодействия личности и неблагоприятной экологической ситуации, то вопрос этот практически не исследован. Что касается ситуаций, связанных с радиационными авариями, то Ю. А. Александровский считает, что в таких ситуациях можно выделить следующие периоды в развитии психологического стресса:

1 период – с момента оповещения об угрозе до завершения эвакуации населения из опасной зоны; основным стрессовым фактором является непосредственная угроза жизни своей и своих близких, вид разрушений, потерь, травм, смерти и т.д.,

2 период – период ближайших последствий, начинающийся после эвакуации и продолжающийся в течение нескольких месяцев; при этом «подострым» стрессовым фактором являются условия проживания, утрата дома, имущества, изменение жизненного стереотипа,

3 период – период отдаленных последствий, основным стрессовым фактором в течение которого является психогения, связанная с потерей близких людей, имущества, переменой места жительства, необходимостью приспособления к новым условиям жизни [112, с. 65-66].

Результаты исследования психологических реакций населения территорий, пострадавших после аварий на ЧАЭС и на ПО «Маяк», уже рассмотренные нами выше, показывают нарастание депрессивных и тревожных расстройств, рост психосоматических заболеваний. Это позволяет сделать предположение о том, что реакции на хроническое действие стресса развиваются в соответствии с логикой стрессового реагирования, включающей стадии тревоги, сопротивления и истощения.

Что же касается динамики развития экологического стресса в чрезвычайных экологических ситуациях, развивающихся по «безаварийному» сценарию, то этот вопрос практически не изучен. В исследованиях И. Н. Гурвича отмечен факт большей обеспокоенности экологической угрозой у тех, кто недавно прибыл на территорию, где имеются вредные экологические воздействия, и отрицание этой угрозы у тех, кто проживает там в течение длительного времени [35, с.361]. Это позволяет предположить, что, по крайней мере, одним из вариантов развития взаимодействия личности и неблагоприятной экологической ситуации является постепенная адаптация с преобладанием отрицания экологической угрозы. Однако экспериментальных исследований, посвященных этому вопросу, пока явно недостаточно.

Остановимся также на вопросе относительно стратегий копинга, которые могут использоваться личностью для того, чтобы уменьшить травмирующее воздействие экологической угрозы.

Согласно исследованиям И. Н. Гурвича, у работников предприятий, загрязняющих окружающую среду, часто используемой является стратегия, основанная на отрицании вреда, приносимого их собственным предприятием. Отмечена тенденция к недооценке степени экологической опасности в собственном городе, регионе [35, с. 361].

В исследованиях G. W. Evans и S. V. Jacobs выделены две основные стратегии копинга – стратегия игнорирования (или активного отрицания) информации об экологической угрозе и стратегия избегания вредных факторов окружающей среды (использование транспорта вместо прогулки в сильно загрязненных местах, проветривание помещений в те часы, когда загрязненность воздуха минимальна и т. д.). При этом в группе людей с высшим образованием и высоким социальным статусом преобладает стратегия избегания вредных факторов окружающей среды, а в группе людей

с невысоким образовательным уровнем и социальным статусом – стратегия отрицания информации об экологической угрозе [219].

Согласно исследованиям G. Winneke и M. Neuf, можно выделить проблемно-ориентированные стратегии копинга (поиск информации, участие в политических акциях и т.д.) и стратегии, основанные на избегании или отрицании информации об экологической угрозе. При этом более эффективной стратегией, позволяющей избежать чувства досады и раздражения при действии негативных экологических факторов, является стратегия отрицания [240, р. 80].

Подводя итог вышесказанному, отметим следующее:

- экологический стресс может пониматься либо как непосредственное воздействие на организм человека вредных экологических факторов, которое постепенно истощает адаптационные ресурсы организма, либо как психическое состояние, возникающее вследствие осознания человеком экологической опасности.
- экологический стресс, рассматриваемый как психическое состояние, вызывается специфическими стрессорами – информацией о негативных экологических факторах и их непосредственным восприятием.
- согласно имеющимся в литературе данным, реакции на действие неблагоприятных экологических факторов в случаях радиационных аварий и в неблагоприятных климатических условиях развиваются в соответствии с логикой стрессового реагирования, включающей стадии тревоги, сопротивления и истощения.
- имеются данные о том, что в зонах экологического загрязнения отмечается возрастание социальной напряженности, распространение различных форм социально-психологической дезадаптации.
- анализ литературы позволяет предположить, что экологический стресс выполняет адаптивные функции, мобилизуя личность (и группы

людей) на защиту от действия неблагоприятных экологических факторов. Однако есть многочисленные данные том, что он может вызывать нарушения психической адаптации.

- на основе имеющихся в литературе данных можно предположить, что на восприятие экологической угрозы оказывают влияние демографические, индивидуальные, групповые и ситуационные факторы.
- среди стратегий копинга в литературе отмечены проблемно-ориентированные стратегии, стратегия отрицания информации об экологической угрозе, стратегия избегания действия негативных экологических факторов.

Выводы по главе 1:

1. В современной психологии под социально-психологической адаптацией понимается процесс активного взаимодействия личности и социальной среды, возникающий вследствие несогласованности их ценностей, установок, целей, в ходе которого могут достигаться как цели, связанные с достижением приспособленности личности к социальной среде, так и цели, связанные с самореализацией личности и ее активным воздействием на среду. При этом задействуются различные адаптационные механизмы, действие которых направлено как на активное преобразование ситуации, так и на изменение поведения, ценностей установок, целей, самосознания самой личности.
2. Изучение психологических последствий радиационных аварий показывает, что у значительной части как ликвидаторов аварии, так и населения пострадавших территорий развиваются дезадаптивные состояния, связываемые большинством исследователей с воздействием хронического стресса, возникшего в связи с аварийной ситуацией и освещением в прессе ее возможных последствий. Вместе с тем, большинство исследователей подчеркивают, что оценить уровень этого стресса и его влияние на психическую адаптацию очень сложно.
3. Исследования психического здоровья населения химически загрязненных территорий позволили выявить более высокий уровень общей и неврологической заболеваемости, некоторых пограничных психических расстройств. Большинство исследователей связывают это с деструктивным воздействием сложных химических композиций на функционирование ЦНС. Влияние же социальных и психологических факторов практически не рассматривалось.
4. В последнее время в литературе все чаще стали использоваться понятия экологический стресс, экологическая обеспокоенность. Экологический стресс может пониматься либо как непосредственное воздействие на

организм человека вредных экологических факторов, либо как психическое состояние, возникающее вследствие осознания человеком действия негативных экологических факторов, их возможного влияния на здоровье. Экологический стресс, рассматриваемый как психическое состояние, вызывается специфическими стрессорами – информацией о негативных экологических факторах и их непосредственным восприятием.

5. Влияние экологического стресса на психическую и социально-психологическую адаптацию изучено пока явно недостаточно. Анализ литературы позволяет предположить, что экологический стресс выполняет адаптивные функции, мобилизуя личность (и группы людей) на защиту от действия неблагоприятных экологических факторов, на общественную и политическую активность, направленную на улучшение экологической ситуации в населенном пункте, регионе. Однако есть многочисленные данные том, что он вызывает нарушения психической и социально-психологической адаптации, способствует возрастанию социальной напряженности.

6. Анализ литературы позволяет предположить, что на восприятие экологической угрозы оказывают влияние демографические, индивидуальные, групповые и ситуационные факторы.

Глава 2. Организация исследования социально-психологической адаптации старшеклассников в зонах экологического неблагополучия

2.1. Экологическая ситуация в Челябинской области и проблемы социально-психологической адаптации населения в зонах экологического неблагополучия

Челябинская область относится к числу регионов России с наиболее напряженной экологической ситуацией. Ведущим видом промышленного производства является черная и цветная металлургия. Ежегодно в результате хозяйственной деятельности в области образуется и выбрасывается до 9 миллионов тонн твердых и жидких отходов производств, а в атмосферу выбрасывается около 2 миллионов тонн токсичных веществ, в состав которых входят хром, свинец, мышьяк, ртуть, марганец, ванадий и другие (Соболевская, 1996). Попадая в почву из атмосферы, тяжелые металлы связываются почвенно-поглощающим комплексом и через почвенный раствор по цепям питания распространяются в экосистеме. По количеству промышленных выбросов города области Магнитогорск, Челябинск, Карабаш занимают соответственно третье, пятое и четырнадцатое места среди городов России. Город Карабаш, где работает старейший на Урале медеплавильный комбинат, занимает первое место в России по выбросам сернистого газа, при этом с огромным отрывом [165, с.94]. В 2001 г. максимальные суточные концентрации бензапирена, свинца, железа, марганца достигали превышали предельно допустимые концентрации в 3-13 раз в г. Челябинске, в 3-19 раз в г. Магнитогорске [62, с.11-12].

Обращает на себя внимание то, что выбросы металлургических предприятий обладают чрезвычайно высоким токсическим и канцерогенным эффектом, специфической биологической активностью [151, с.7]. Между тем, на долю предприятий черной и цветной металлургии в Челябинске

приходится 79% выбросов, в Магнитогорске и Карабаше – 98-99 %. В картофеле, который выращивают жители г. Карабаша на своих участках, содержание свинца, мышьяка, меди значительно превышает ПДК [165, с. 82].

Уровень общей смертности в г. Карабаше в среднем на 30-40 % выше, чем в контрольном районе, а показатели смертности от злокачественных новообразований органов дыхания и пищеварения у мужчин превышают контроль соответственно на 30 и 50 %, а у женщин в отдельные годы на 100-200 %. Особенно высок показатель смертности от злокачественных новообразований у мужчин, работающих в медеплавильном цехе, превышая среднегородские показатели на 65 % [96, с. 28].

В ходе исследований состояния здоровья детской популяции, проведенных в г. Карабаше, установлено, что содержание свинца и мышьяка в моче, волосах, ногтях детей достоверно выше, чем в контрольном районе, а уровень заболеваемости детей всех возрастных групп (по данным за 1998-2001 гг.) в 2,4 раза выше и обусловлен увеличением частоты распространения онкологических заболеваний, болезней крови и кроветворных органов, нервной системы, эндокринной системы, врожденных аномалий [97, с. 44].

Аналогичные результаты были получены при изучении детского населения Metallургического района г. Челябинска, проживающего вблизи Челябинского металлургического комбината. Было выявлено снижение показателей физического развития, повышение уровня общей заболеваемости по сравнению с детьми, проживающими в других районах города, особенно респираторными заболеваниями, при этом детская заболеваемость существенно (в 2,2 раза) увеличивается в те дни, когда ветер дует со стороны комбината. При исследовании периферической крови у детей Metallургического района отмечено большое количество детей (66,6 –

84 %) с низким содержанием гемоглобина и низким цветовым показателем, с признаками лейкопении [96, с.26].

По данным за 1998-2001 гг. в Челябинске заболеваемость у детей превышает в 1,5-2,5 раза фоновые показатели. В г. Магнитогорске заболеваемость детей новообразованиями превысила фоновые значения в 3,63 раза, болезнями эндокринной системы – в 3,15 раза, болезнями костно-мышечной – в 3 раза, болезнями мочеполовой системы – в 1,7 раза [97, с.44].

Обращает на себя внимание крайне отрицательное влияние, оказываемое выбросами предприятий черной металлургии на течение беременности и родов и здоровье плода. В Челябинске стандартизированные показатели осложнений беременности, родов и послеродового периода в 4,2 раза выше, а врожденных аномалий – 2,4 раза выше, чем фоновые показатели. В Магнитогорске уровень распространенности врожденных аномалий в 5,32 раза выше фона [97, с. 44].

По решению государственной комиссии город Карабаш с прилегающими территориями был отнесен к числу зон экологического бедствия, а город Магнитогорск – к числу зон с чрезвычайной экологической ситуацией. Отметим, что согласно «Критериям оценки экологической обстановки территорий для выявления зон чрезвычайной экологической ситуации и зон экологического бедствия», утвержденным Минприроды 30 ноября 1992 года, экологическая обстановка может быть охарактеризована как относительно удовлетворительная, напряженная, критическая, кризисная (зона чрезвычайной экологической ситуации) и катастрофическая (зона экологического бедствия) [109, с.591].

Отметим, что при содействии Министерства радиационной и экологической безопасности Челябинской области на многих предприятиях ведется большая работа по внедрению очистных сооружений, введению новых, экологически более чистых технологий. Так, за последние 10 лет

удалось почти в 2,5 раза снизить выбросы в атмосферу на Магнитогорском металлургическом комбинате, а введение новой технологии плавки с помощью австралийской печи «Ausmelt» на ЗАО «Карабашмедь» в 2007 г. позволяет сократить объем выбросов в несколько раз.

Экологическая ситуация в области существенно усложняется и тем, что в результате деятельности комбината по производству плутония «Маяк», прямого сброса радиоактивных веществ в реку Течу в период с 1949 г. по 1956 г. и аварии на этом предприятии в 1957 г. территория ряда районов оказалась зараженной радионуклеидами, преимущественно стронцием-90 и цезием-137, сформировался ВУРС (Восточно-Уральский радиоактивный след). Всего радиационному воздействию подверглись 124 тысячи человек. В настоящее время в акватории реки Течи расположены 4 населенных пункта с общей численностью жителей около 9 тысяч человек, получающие повышенное облучение за счет трех источников повышенного облучения: а) за счет стронция-90, фиксированного в скелете, б) внешнего облучения за счет пребывания на пребывающих к реке территориях, загрязненных цезием-137, в) внутреннего излучения за счет потребления загрязненных продуктов местного производства (Ильинских, 1998). Наиболее серьезная радиационная обстановка сохраняется сейчас в селе Муслумово, находящемся в 30 км от НПО «Маяк». Уровень доз облучения здесь критический – средняя доза на костный мозг составляет 0,25 Гр. Примерно у 50 % жителей средняя доза на костный мозг составляет 1 Гр. Цитогенетическое обследование жителей Муслумово показало, что частота хромосомных aberrаций значительно превышает контрольный уровень (в 5-10 раз по различным aberrациям), особенно у людей, родившихся в период с 1949 г. по 1956 г., т.е. в период прямого сброса в реку радиоактивных отходов (Шевченко, 1998). Получены данные о распространенности изменений в структуре эритроцитов у жителей села. При этом обследование людей, уехавших после аварии в другие районы, показало, что уровень

измененных эритроцитов у них превышает фоновые показатели, но значительно ниже, чем у тех, кто продолжает проживать в селе [53, с.42].

В ходе медицинских исследований, проведенных еще до 1957 г., у 935 человек была выявлена хроническая лучевая болезнь, что составило 3,3 % осмотренного населения [122, с.27]. Анализ заболеваемости населения сел, расположенных по реке Тече, за период с 1956 г. по 1999 г. показал, что у облученного в период с 1949 г. по 1957 г. населения произошло увеличение заболеваемости лейкозами, некоторое увеличение заболеваемости другими онкологическими заболеваниями. Были получены доказательства зависимости заболеваемости от дозы облучения, установлено, что почти 60 % заболеваемости лейкозами и 3 % заболеваемости злокачественными опухолями обусловлены действием ионизирующей радиации [168, с.67]. Вместе с тем, смертность от новообразований среди облученных и необлученных лиц примерно одинакова. Были выявлены также изменения в деятельности кроветворной системы (снижение количества лейкоцитов, тромбоцитов), костной системы (нарушения обменных процессов в костной ткани), иммунной системы (повышение неспецифической заболеваемости) [122, с.26]. Среди потомков облученных лиц увеличения заболеваемости онкологическими заболеваниями не выявлено, структура заболеваемости и смертности соответствует их структуре в контрольной группе [168, с.84].

Проведенное в конце 1990-х гг. изучение состояния здоровья детей, проживающих на территориях, загрязненных радиацией, привело к противоречивым результатам. В некоторых исследованиях выявлено достоверное увеличение по сравнению с контролем иммунной недостаточности, заболеваний органов дыхания, пищеварения, хирургической патологии (Теплова, 1998). Высок уровень распространенности синдрома вегето-сосудистой дистонии, функциональных кардиопатий, общей неврологической заболеваемости, в которую наибольший вклад вносят пограничные состояния (Русанова, 1998). Однако

данные Уральского научно-практического центра радиационной медицины показывают отсутствие различий в структуре заболеваемости детской популяции на загрязненных территориях и в контрольной группе [168].

Необходимо отметить, что в 1991 г. была утверждена Государственная программа Российской Федерации по радиационной реабилитации Уральского региона и мерах по оказанию помощи пострадавшему населению, в результате реализации которой были сданы в строй многие объекты здравоохранения, образования, транспорта на загрязненных радиацией территориях. Однако в силу ряда причин данная и последующие федеральные целевые программы (1990-2000; 2001-2010), не были полностью реализованы, что вызывает разочарование населения [168; с.169]. В 2007 г. согласно решению правительства РФ началось отселение жителей из села Муслумово, находящегося в зоне наибольшего радиационного загрязнения.

Спецификой социально-экологической ситуации в области является многообразие социального облика кризисной экологической ситуации. Наряду с крупными городами (Челябинск, Магнитогорск) для области характерно наличие целого ряда городов «заводского типа», созданных вокруг градообразующего предприятия и являющихся достаточно замкнутыми социально-экологическими комплексами. В середине 90-х гг. кризисная экологическая ситуация в этих городах чрезвычайно усугубилась действием социального кризиса в стране. Сократили или практически прекратили свою деятельность многие предприятия металлургической и оборонной промышленности, являвшиеся градообразующими предприятиями во многих небольших городах области, жители которых практически не имели возможностей поиска альтернативного заработка (города Златоуст, Миасс, Карабаш и др.). В настоящее время работа большинства предприятий восстановлена.

Другая социальная ситуация сложилась в городах, являющихся «закрытыми», из которых наиболее крупными являются Озерск и Снежинск,

где расположены ПО «Маяк» по производству плутония и обслуживающий его Снежинский физико-технический институт. В этих городах работа, связанная с риском, сочетается с более высоким, чем в других городах области уровнем социальной обеспеченности.

Наконец, на территориях, загрязненных радиацией, оказались сельские населенные пункты, где социальный кризис 90-х гг. был особенно острым. После аварии 1957 г. эти села были отнесены к разряду малоперспективных, и уровень жизни там существенно снизился. Сейчас Красноармейский и Кунашакский районы, где расположены загрязненные территории, занимают место во второй половине рейтингового списка, включающего 20 районов Челябинской области (соответственно 13 и 16 места) [168, с.95].

Степень социальной напряженности в зонах экологического неблагополучия Челябинской области очень различна.

Среди зон химического загрязнения особенно высок уровень социальной напряженности в г. Карабаше, который получил статус зоны экологического бедствия. Многочисленные публикации в прессе, обнародовавшие информацию о степени загрязнения воздуха и почвы, о высокой заболеваемости у населения города способствовали возрастанию в городе социальной напряженности [36; 59]. Этому способствует и невысокий уровень жизни в городе, нерешенность многих социальных проблем.

Наиболее благополучная социально-психологическая ситуация сложилась в г. Магнитогорске, где уровень жизни является наиболее высоким в области, а обсуждение экологических проблем в прессе было сведено к минимуму.

Что же касается территорий, загрязненных радиацией (ТЗР), то результаты социологических опросов и патопсихологического исследования показали, что более чем у половины населения выявлены такие формы социальной дезадаптации, как социальная незащищенность, социальный

пессимизм, социальное беспокойство и социальный экстремизм. Эти явления, к сожалению, имеют тенденцию к росту (Аклеев, 2006).

Таким образом, экологическая ситуация в Челябинской области является чрезвычайно сложной, что обусловлено как химическим, так и радиационным загрязнением окружающей среды. Два города области (Карабаш и Магнитогорск) имеют статус зоны экологического бедствия и зоны чрезвычайной экологической ситуации соответственно. Экологический кризис в области дополняется разнообразными проявлениями социального кризиса.

Все это обусловило проведение в 2005-2006 гг. на территории Челябинской области исследования, имеющего своей целью изучение особенностей социально-психологической адаптации юношества в условиях экологического неблагополучия.

2.2. Формирование выборки

Для проведения эмпирического исследования нами были сформированы две группы.

В первую группу было включено 553 старшеклассника, проживающих в зонах экологического неблагополучия Челябинской области. В число выбранных нами населенных пунктов были включены город Карабаш (зона экологического бедствия), город Магнитогорск (зона чрезвычайной экологической ситуации), сельские населенные пункты на территориях Кунашакского и Красноармейского районов, загрязненных радиацией в результате аварии 1957 г. и деятельности ПО «Маяк», а также районы, расположенные в непосредственной близости от металлургических предприятий в городах Златоуст и Челябинск. Условно эта группа была названа «группа – загрязненные территории», или «группа–ЗТ».

Во вторую группу было включено 526 старшеклассников, проживающих в районах и населенных пунктах области с относительно удовлетворительной экологической ситуацией. Условно эта группа была названа «группа – относительно чистые территории», или «группа–ОЧТ».

При формировании выборки была использована стратометрическая стратегия. Генеральная совокупность старшеклассников, проживающих на загрязненных территориях, рассматривалась как состоящая из групп, различающихся:

–по особенностям обучения (в школах-гимназиях, лицеях и обычных средних общеобразовательных школах)

–по типу интеллекта и направленности интересов (обучающиеся как в общеобразовательных, так и в профильных классах, с углубленным изучением предметов гуманитарного, физико-математического или естественно-научного цикла),

–по уровню образования и материальной обеспеченности родителей,

–по величине пункта проживания, уровню развития производственной, социальной, культурной сферы.

В каждом населенном пункте выбирались школа с повышенным уровнем обучения (гимназия, лицей и т.д.) и одна или две общеобразовательных школы. Общеобразовательные школы также подбирались с разным качеством подготовки выпускников по результатам последних лет. В школах для исследования выбирались 1-2 класса, таким образом, чтобы в исследовании в равной степени приняли участие учащиеся из классов разного профиля (гуманитарный, естественно-научный, физико-математический). Стратометрическая стратегия позволила учесть влияние таких переменных, как интеллект, качество образования, социальный статус и уровень доходов родителей. К участию в исследовании были привлечены, в основном, учащиеся 10-х классов. Учащиеся 11-х классов привлекались к исследованию значительно меньше (они составили 14,07 %) и только в начале учебного года, поскольку в середине учебного года и во втором полугодии они могут иметь дополнительный стресс, связанный с подготовкой к выпускным и вступительным экзаменам.

Группа старшеклассников, проживающих в зонах экологического неблагополучия – группа «загрязненные территории» – состояла из нескольких подгрупп.

1 подгруппа (ЗТ–1) включила 167 учащихся, проживающих в селах Челябинской области, находящихся на территориях, загрязненных радиацией в результате деятельности ПО «Маяк» (сокращенно – ТЗР). В исследовании участвовали старшеклассники, проживающие в поселках Кунашак, Бродокалмак, Муслюмово. Эти села были выбраны для исследования, т.к. представляют различные типы сельских поселений, имеющих на загрязненных радиацией территориях. Село Кунашак насчитывает около 6 тысяч человек, села Муслюмово и Бродокалмак насчитывают более 3 тысяч жителей. Расположенные в них средние

общеобразовательные школы посещают также старшеклассники из расположенных поблизости небольших поселков.

Что касается этнического состава населения, то для территорий, пострадавших от радиации, характерны преобладание татаро-башкирского населения, а также моноэтнический характер населенных пунктов, в которых более 95 % составляет либо татаро-башкирское, либо русское население [168, с.52]. Именно поэтому мы выбрали для проведения исследования два села (Кунашак, Муслумово) с преобладанием татаро-башкирского населения, и одно село (Бродокалмак) с преобладанием русского населения.

Что же касается социально-экономического развития, то для выбранных нами населенных пунктов характерен средний, а по ряду показателей ниже среднего уровень развития сельского хозяйства, строительства, транспорта, финансов и инвестиций (168, с.87-95).

Наконец, выбранные нами населенные пункты различаются по времени и характеру радиационного загрязнения местности. Села Муслумово и Бродокалмак находятся на реке Тече, загрязнение воды, донных отложений и поймы которой произошло, в основном, вследствие сброса жидких радиоактивных отходов в реку в 1949-1956 гг., а также поверхностным стоком радионуклеидов с прилегающих территорий и вымыванием стронция-90 из заболоченной поймы реки в районе Асановских болот. В этих селах действуют санитарные ограничения на пользование поймой реки, именно река и ее пойма является главным загрязненным объектом.

В селе Кунашак радиационное загрязнение произошло в результате аварии 1957 г. на производственном объединении «Маяк», когда в результате взрыва емкости-хранилища произошел выброс радионуклеидов в атмосферу с последующим их осаждением на поверхность почвы. Основным загрязненным объектом является почва, уровень загрязнения которой и сейчас составляет 0,5-1 Ки на квадратный километр [168, с.67].

Таким образом, выбранные нами для проведения исследования села отражают характерные особенности имеющих на загрязненных радиацией территориях населенных пунктов с точки зрения социально-экономических, этнических особенностей, а также особенностей радиационного загрязнения.

Вторая подгруппа (ЗТ–2) включила 82 старшеклассника из г. Карабаша. Согласно решению государственной экспертной комиссии город имеет статус зоны экологического бедствия. Город насчитывает 16 тысяч жителей. Всего в городе четыре средних общеобразовательных школы. Для проведения исследования были выбраны две из них, в которых обучается основной контингент старшеклассников. Одна из выбранных нами школ (№ 1) находится в непосредственной близости от медеплавильного завода «Карабашмедь» (в пределах 2 км). Вторая школа (№ 4) находится в отдалении от комбината, в новом районе. Районы различаются не только по интенсивности экологического загрязнения, но и по своим социальным характеристикам. Так, среди семей, в которых воспитываются учащиеся школы № 4, значительно больше (около 45 %) неполных, малообеспеченных семей, т.к. благополучные и обеспеченные семьи стараются переехать из района, находящегося в непосредственной близости к заводу. Из десятиклассников школы № 1 значительно меньшая часть (около 25 %) воспитываются в малообеспеченных и неполных семьях. В целом, выборка включила более половины десятиклассников г. Карабаша, а контингент родителей отражает социальный состав населения города.

Третья подгруппа (ЗТ–3) включила 91 учащегося из района металлургического завода г. Златоуста, где максимальные концентрации бензапирена и диоксида азота в 2001 году превышали предельно допустимые концентрации более чем в 4,5 раз [62, с.17]. К исследованию были привлечены учащиеся двух общеобразовательных школ района и школы-гимназии с углубленным изучением иностранного языка. В исследовании участвовали ребята из одного общеобразовательного и трех профильных

классов, с углубленным изучением дисциплин математического, естественно-научного и гуманитарного цикла. У учащихся школы-гимназии более чем у 80 % учащихся родители имеют высшее образование, около 90 % являются достаточно обеспеченными, а у учащихся общеобразовательного класса лишь 46 % родителей имеют высшее образование, а около 40 % семей являются неполными или малообеспеченными.

Четвертая подгруппа (ЗТ–4) включила 109 учащихся г. Магнитогорска. Согласно решению государственной экспертной комиссии город имеет статус зоны кризисной экологической ситуации. К участию в эксперименте были привлечены учащиеся двух школ города. Одна из них общеобразовательная, находится на левом берегу реки Урал, в районе, непосредственно прилегающем к Магнитогорскому металлургическому комбинату. Вторая – тоже общеобразовательная школа, но имеющая статус городской экспериментальной площадки, находящаяся в районе, расположенном на другой стороне реки и максимально удаленном от комбината. Как и в Карабаше, эти районы различаются не только удаленностью от комбината, но и своими социальными характеристиками. В районе, непосредственно прилегающем к комбинату, значительно больше учащихся из неполных, малообеспеченных семей. В выборку были включены учащиеся как из общеобразовательных, так и из профильных классов.

Последнюю, пятую подгруппу (ЗТ–5) составили 104 старшеклассника из Металлургического района г. Челябинска. К исследованию были привлечены учащиеся двух школ, находящихся в непосредственной близости от Челябинского металлургического комбината. Одна из них – школа-гимназия, другая – средняя общеобразовательная школа. Большая часть родителей учащихся общеобразовательной школы являются рабочими и сотрудниками инженерного корпуса ЧМК. Среди родителей учащихся школы-гимназии несколько больше служащих, людей с высшим образованием, в том числе не работающих на ЧМК, больше лиц, работающих

в бизнесе. В целом, состав родителей учащихся этих двух школ отражает социальный состав населения района.

Подобным образом была создана и выборка старшеклассников, проживающих в относительно благополучных экологических условиях (группа ОЧТ). Она включила в себя 527 старшеклассников и также состоит из нескольких подгрупп.

Первая подгруппа (ОЧТ–1) включила 142 старшеклассника из поселков, расположенных на экологически чистой территории Чебаркульского и Аргаяшского районов Челябинской области. Исследование проводилось в поселках Акбашево, Кулуево, Травники. Каждое из этих сел насчитывает более 3 тысяч жителей. В Кулуево, Акбашево преобладает татаро-башкирское население, а в Травниках – русское. Расположенные в них средние общеобразовательные школы посещают также старшеклассники из расположенных поблизости небольших поселков.

Для этих сел, как и для сел, вошедших в группу «загрязненные территории», характерен средний, а по ряду показателей ниже среднего уровень развития сельского хозяйства, строительства, транспорта, финансов [168; с.87-95]. К исследованию были привлечены все учащиеся 10-х и частично учащиеся 11-х классов средних общеобразовательных школ этих поселков.

Вторую подгруппу (ОЧТ–2) составили 78 учащихся 10-х классов города Чебаркуля, центра экологически чистого, курортного района Челябинской области. Город насчитывает 47 тысяч жителей, имеет несколько небольших работающих предприятий, в том числе кузнечно-прессовый завод «Уральская кузница». В исследовании участвовали старшеклассники как общеобразовательных, так и профильных классов из двух школ города, одна из которых является старой, небольшой школой, вторая – относительно новой, с большим контингентом учащихся.

Третью подгруппу (ОЧТ–3) составили 86 учащихся из района машиностроительного завода города Златоуста. Этот город является очень растянутым, как и многие уральские города «ленточного типа», его протяженность составляет около 16 км. Район машиностроительного завода удален от металлургического завода на расстояние более 14 км, отделен от него завода широкими лесными полосами и горным рельефом местности, так что экологическая ситуация здесь удовлетворительная, превышения предельно допустимых концентраций загрязняющих веществ в воздухе не наблюдается [62, с.17]. Включение старшекласников из района машиностроительного завода в контрольную подгруппу, а старшекласников из района металлургического завода в экспериментальную подгруппу позволило создать две подгруппы старшекласников, проживающих в близких социальных условиях (уровень жизни, развитие инфраструктуры, учреждений культуры и здравоохранения, особенности социально-политических условий в городе), но в различных экологических условиях. В исследовании приняли участие учащиеся 10-х классов двух средних общеобразовательных школ, из одного общеобразовательного и трех профильных классов.

Четвертая подгруппа (ОЧТ–4) включила 110 учащихся из города Миасса. Город насчитывает около 200 тысяч жителей, большинство населения занято на сосредоточенных в городе машиностроительных предприятиях. В исследовании приняли участие учащиеся из одной школы-гимназии и двух обычных средних общеобразовательных школ, из двух общеобразовательных и трех профильных классов.

Наконец, в пятую подгруппу (ОЧТ–5) были включены 111 учащихся 10-х классов, проживающие в экологически наиболее чистых Центральном и Калининском районах города Челябинска. Таким образом, старшекласники из крупного города, являющегося областным центром, вошли как в экспериментальную группу (из Металлургического района), так и в

контрольную группу (из Центрального и Калининского районов). В исследовании приняли участие учащиеся двух средних общеобразовательных школ, одна из которых является школой-гимназией.

Характеристики населенных пунктов, где формировалась выборка, отражены в таблице № 1.

Таблица № 1

**Характеристика населенных пунктов,
в которых формировалась выборка**

| Подгруппы | Население | Краткая характеристика | Группа «загрязненные территории» | Группа «относительно чистые территории» |
|-----------|--------------|---|--|--|
| 1 | 3-6 тыс. | Сельские населенные пункты | Кунашак Муслюмово Бродокалмак | Кулуево Травники Акбашево |
| 2 | до 50 тыс. | Малые города | г.Карабаш | г.Чебаркуль |
| 3, 4 | 200-500 тыс. | Средние города | г.Златоуст (район металлургич. завода) г.Магнитогорск | г.Златоуст (район машиностроит. завода) г.Миасс |
| 5 | Свыше 1 млн. | Районы крупного города, областного центра | г.Челябинск, район Челябинского металлургического завода | г.Челябинск, Центральный и Калининский районы |

Таким образом, созданные нами группы являются сопоставимыми и репрезентативными с точки зрения представленных в них населенных пунктов (сельские населенные, малые города, средние города, крупный город, являющийся областным центром). В двух случаях к исследованию были привлечены старшеклассники, проживающие в разных районах одного

и того же города (в Челябинске и Златоусте), что позволило создать подгруппы старшеклассников, проживающих в близких социальных условиях, но в различных экологических условиях.

С точки зрения социально-экономического развития представленные в выборке экологически благополучные и экологически неблагополучные населенные пункты сходны между собой. Сельские населенные пункты характеризуются, как уже говорилось выше, в основном средними показателями социально-экономического развития по сравнению с другими селами Челябинской области. В малых городах (Карабаш и Чебаркуль) есть работающие градообразующие предприятия, средняя заработная плата, стоимость потребительской корзины, стоимости услуг жилищно-коммунального хозяйства примерно одинаковы. В обоих городах уровень безработицы выше среднего по области, хотя в Карабаше этот показатель несколько выше [141, с.40-57]. В средних городах (Магнитогорск, Миасс) стабильно работают предприятия, хотя средняя заработная плата в Магнитогорске примерно в 1,5 раза выше. Правда, уровень цен в Магнитогорске также выше, чем в Миассе, на 20-30 % по разным категориям товаров и услуг [141, с. 56-57]. Что же касается города Златоуста, различные районы которого были включены в группу «загрязненные территории» и в группу «относительно чистые территории», то уровень жизни там несколько ниже, чем и в Магнитогорске, и в Миассе. Таким образом, в группу «загрязненные территории» и в группу «относительно чистые территории» были включены средние города с различным уровнем социально-экономического развития. Что же касается Челябинска, то представленные в исследовании районы (Металлургический, Центральный, Калининский) также близки по уровню социально-экономического развития и относятся к наиболее благополучным районам города с точки зрения наличия рабочих мест, уровня зарплат и т.д.

С точки зрения этнического состава населения представленные в исследовании населенные пункты являются эквивалентными в группе «загрязненные территории» и в группе «относительно чистые территории». Среди сельских населенных пунктов представлены, в основном, поселки с выраженным преобладанием татаро-башкирского населения, поскольку именно районы с преобладанием татаро-башкирского населения в наибольшей степени подверглись радиационному загрязнению. Вместе с тем, в обеих группах представлены (по одному) села с преобладанием русского населения. В городах везде преобладает русское население.

Как в группе «загрязненные территории», так и в группе «относительно чистые территории», в школах-гимназиях и профильных классах отмечается более высокий уровень образования и материальной обеспеченности родителей по сравнению с обычными общеобразовательными школами и общеобразовательными классами. Включение в выборку учащихся из различных видов классов и школ позволило создать репрезентативную выборку, которая включает в себя старшеклассников, различающихся по типу интеллекта, уровню образования и обеспеченности родителей.

Соотношение гендерных групп в обеих группах также практически одинаково и соответствует их соотношению в генеральной совокупности, где отмечается небольшое преобладание девушек (54,61% в группе «загрязненные территории» и 55,72 % в группе «относительно чистые территории»).

Таким образом, использование стратометрической стратегии формирования экспериментальной выборки позволило создать экспериментальную и контрольную группу, репрезентативные по отношению к генеральной совокупности старшеклассников Челябинской области и уравненные по таким параметрам, как:

- качество образования;
- уровень материальной обеспеченности и образования родителей;

- социальные, экономические и политические особенности места проживания;
- этнический состав населения;
- разнообразие интересов и типов интеллекта;
- гендерный состав.

2.3. Методы исследования

Для проведения исследования были использованы психодиагностические методики, стандартизированное интервью, метод анализа продуктов деятельности, изучение школьной документации, контент-анализ, методы математической обработки данных. Что касается методов сбора информации, то по диагностическим задачам их можно разделить на следующие группы:

- 1) Методы изучения интенсивности и структуры экологического стресса,
- 2) Методы изучения социально-психологической адаптации,
- 3) Методы изучения факторов, которые могут влиять на социально-психологическую адаптацию.

Для исследования **экологического стресса** мы использовали адаптированный нами вариант методики исследования экологической вовлеченности, разработанной нидерландскими исследователями Б. Андресеном, Ф.-М. Старком и Я. Гроссом [5]. Исходный вариант методики был предназначен для изучения интенсивности и структуры переживаний людей после Чернобыльской аварии. Гипотеза авторов состояла в том, что информация об аварии и риске радиационного поражения является источником стресса, который вызывает различные субъективные реакции. Авторы разделили их на несколько групп, создав соответствующие шкалы:

1. Эмоциональная обеспокоенность: чувство тревоги, беспокойства в связи с экологической угрозой и рефлексивные процессы, связанные с этим беспокойством
2. Информационные потребности: интерес к информации относительно экологической ситуации, а также поведение, ориентированное на поиск такой информации.

3. Усилия к защите: все аспекты избегания действия вредных экологических факторов, защиты себя и своих близких.
4. Политические требования: все аспекты политических суждений и намерений, касающихся борьбы против экологически вредных технологий.
5. Реактивно-психотическая тенденция: проявления перцептивных aberrаций, магического мышления, необычных телесных ощущений.

Опросник Б. Андресена, Ф.-М. Старка и Я. Гросса включает 60 утверждений, рассчитанных на взрослых респондентов. Все утверждения касаются угрозы радиационного загрязнения.

Мы сохранили основной подход авторов к пониманию экологической угрозы как стрессирующего фактора и использовали предложенную ими классификацию реакций на этот фактор. Однако мы адаптировали разработанный ими опросник, включив в него утверждения относительно экологической угрозы без указания ее конкретного характера, так, что он может быть использован для исследования экологического стресса на территориях с различным загрязнением окружающей среды. Кроме того, мы сократили количество утверждений до 40 и модифицировали их так, чтобы они были адресованы школьникам старших классов.

Разработанный нами вариант получил название «Опросник экологического стресса» (Приложение № 1).

Оценка **конкурентной и конструктивной валидности** методики была затруднена отсутствием аналогичного измерительного инструментария. Однако мы воспользовались другой предлагаемой нами методикой – контент-анализом сочинения «Мой город (поселок)», о котором более подробно речь пойдет ниже. Относительный объем текста, содержащего упоминания индикаторов экологического стресса, имеет сильную корреляционную связь с показателем экологического стресса, полученным с помощью предлагаемого нами опросника (0,76). Достаточно сильная

корреляционная связь существует также между этим показателем и оценкой удовлетворенности экологическими условиями по методике «Шкала удовлетворенности условиями жизни» О.С. Копиной (0,62). Однако предлагаемый нами опросник позволяет получать более развернутую информацию по интересующей проблеме.

Оценка конструктивной валидности методики оценивалась и по тем значимым корреляционным связям, которые были выявлены между ее результатами и факторами O+, C-, F+, L+, Q2+, M+, I+ опросника Р. Кеттелла. Таким образом, полученный с помощью предлагаемого нами опросника результат имеет вполне ожидаемые связи и согласуется с имеющимися психологическими конструктами.

В стандартизации опросника, проведенной в 2006 году, приняли участие 356 учащихся 10-х классов из населенных пунктов Челябинской области как с удовлетворительной, так и с неблагоприятной экологической ситуацией. В ходе апробации опросника было выявлено нормальное распределение результатов. При нормировании результатов за основу была взята шкала стенов Р. Кеттелла. В приложении № 1 представлена шкала стандартных оценок.

В ходе этого же исследования была проверена **надежность-гомогенность** опросника. Методика была разделена на две половины (1-20 вопросы и 21-40 вопросы). Коэффициент корреляции между результатами по первой и второй половине методики составил 0,81.

Ретестовая надежность была оценена в ходе повторного обследования в пределах двухнедельного периода с момента первого предъявления методики. Общее количество учащихся, участвовавших в данном исследовании – 282. Ретестовая надежность оценивается 0,83, что говорит о достаточной надежности методики.

Еще один метод, который мы использовали при исследовании экологического стресса – анализ сочинения о своем городе (поселке),

например: «Карабаш: природа, город, люди». Рекомендуемый объем сочинения – 1-2 страницы рукописного текста.

Тема, заданная в сочинении, стимулирует актуализацию представлений, оценок и эмоций, связанных с местом своего проживания, окружающей его природой, особенностями социальных взаимодействий, и дает ценную информацию, позволяющую дополнить результаты, полученные с помощью опросника.

При изучении сочинений мы использовали метод контент-анализа, который позволяет сделать количественную обработку результатов при достаточно большой выборке.

В качестве основной категории контент-анализа выступала категория «экологического стресса», для выявления которой в тексте были найдены соответствующие индикаторы (упоминания об ощущениях, эмоциях, связанных с загрязнением окружающей среды, оценках своего самочувствия, опасениях, связанных с возможными последствиями загрязнения). При подсчете использовались как частота, так и объем упоминаний категорий.

Кроме того, контент-анализ сочинения позволил выявить субъективные оценки некоторых характеристик социальной ситуации в населенной пункте (социально-экономического развития, социальных связей, учреждений культуры и досуга). Инструкция к проведению сочинения и подробная кодировочная инструкция представлены в приложении № 2.

При подборе методик для **изучения состояния социально-психологической адаптации старшеклассников**, проживающих в кризисных экологических условиях, мы ориентировались на три основных критерия:

1. внешний – уровень приспособленности к социальной среде,
2. внутренний – уровень субъективного благополучия,
3. успешность самоопределения личности по отношению к социальной среде.

Для изучения адаптированности по **внешнему критерию** мы использовали метод социометрии и анализ успеваемости учащихся.

Метод социометрии позволяет выявить структуру эмоциональных взаимоотношений в группе, установить, насколько каждый учащийся является принятым, успешно функционирующим в данной социальной группе, т.е. адаптированным в ней по внешнему критерию [84, с.67]. Мы использовали показатель социометрического статуса, предложенный в работе А. А. Реана и Я. Л. Коломинского и представляющий собой отношение количества выборов, полученных учащимся, к общему количеству учащихся в классе без единицы [121].

Анализ успеваемости проводился на основе анализа школьной документации. Мы использовали такой показатель, как средний балл по тем предметам, которые учащийся считает наиболее важными для поступления в учебное заведение после окончания школы и получения будущей профессии. Этот показатель был выбран потому, что в условиях специализации обучения, развития профильного обучения как ступени подготовки к профессиональному выбору он точнее, чем общие показатели успеваемости отражает успешность социально-психологической адаптации.

Для изучения адаптированности по **внутреннему критерию** мы использовали методику изучения социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда, методику «Незаконченные предложения» Сакса и Леви в адаптации Ю. А. Ганжа и методику изучения самооценки Т. Дембо - С. Я. Рубинштейн в адаптации А. М. Прихожан.

Методика К. Роджерса и Р. Даймонда [115] была выбрана нами, так как она, отличаясь высокой надежностью и валидностью, позволяет получить информацию о различных аспектах субъективного представления человека о своей приспособленности и особенностях своего поведения в социальной среде. Еще одним плюсом методики является то, что испытуемый имеет возможность выразить степень своего согласия с каждым из предлагаемых

высказываний, используя шкалу из 6 баллов; это позволяет дать достаточно точную количественную характеристику субъективной оценки по всем показателям методики.

Методика «Незаконченные предложения» относится к проективным методикам, обладая многими их преимуществами – завуалированный характер тестирования, и, вследствие этого, меньший сознательный контроль в процессе работы, когда испытуемый стремится скрыть мир своих глубоких переживаний. Мы использовали эту методику в адаптации Ю. А. Ганжа, включающую 48 утверждений [31]. Однако, для того, чтобы избежать при статистической обработке имеющихся в данном варианте отрицательных баллов при оценке результатов (от -2 до $+2$), мы ввели шкалу количественной оценки только с положительными баллами (от 1 до 5). Для изучения социально-психологической адаптации по внутреннему критерию для нас были наиболее важны такие группы утверждений, как «Отношение к учителям», «Отношение к сверстникам», «Отношение к семье», «Отношение к будущему», «Опасения, страхи».

Для изучения самооценки нами была использована методика Т. Дембо – С. Я. Рубинштейн в адаптации А. М. Прихожан [108]. Методика относится к техникам прямого шкалирования и обладает их достоинствами и недостатками. Ее достоинством является наглядность получаемого результата, а также возможность получить прямую оценку, даваемую испытуемым своим качествам. К недостаткам можно отнести возможность для испытуемого дать социально желательный (по его представлениям) ответ [108, с.110]. В нашем комплексе эта методика явилась вспомогательной, позволяющей получить информацию, дополняющую результаты исследования по методике К. Роджерса и Р. Даймонда. Мы использовали предложенные А. М. Прихожан шкалы: 1) здоровье, 2) ум, способности, 3) характер, 4) авторитет у сверстников, 5) умение многое делать своими

руками, 6) внешность, 7) уверенность в себе. Вычислялись средние показатели самооценки и уровня притязаний.

При изучении социально-психологической адаптированности **по третьему критерию** – самоопределению личности по отношению к социальной среде – мы исходили из того, что личностное самоопределение связано как с формированием смысловой системы представлений о мире и месте личности в нем, так и с планированием жизни и выбором профессии. Поэтому мы использовали следующие методики:

1. Модифицированный тест М. Куна «Кто Я?».
2. Тест смысложизненных ориентаций (Д. А. Леонтьев).
3. Стандартизированное интервью «Мои планы».

Методика М. Куна «Кто Я?» использовалась нами в адаптации, представленной в комплексе методик для диагностики социально-психологической дезадаптации подростков [41]. При интерпретации результатов используются методы контент-анализа. Помимо общего анализа рефлексивной продукции отдельно анализируется самооценка и образ «Я», сфера личностных смыслов.

При изучении самооценки и образа «Я» анализируется рефлексивная продукция в форме прилагательных и причастных оборотов, относящихся к личности и содержащих ее оценку. При изучении сферы личностных смыслов анализируется рефлексивная продукция, представленная высказываниями респондентов, которые относятся к глагольным образованиям: я могу..., я хочу..., я умею ..., я люблю... и т.д. Проведенный авторами факторный анализ результатов показал, что при первичной факторизации в качестве главных компонентов выделяются две составляющие: продуктивные личностные смыслы, т.е. способствующие личностному росту, и непродуктивные личностные смыслы, направленные, по существу, на десоциализацию личности. К продуктивным личностным смыслам относятся:

- 1) личностные смыслы, связанные с общением (люблю детей, людей и животных, дорожу дружбой и т.д.),
- 2) личностные смыслы, связанные с развитием интеллекта, способностей, культуры (люблю театр, мне нравится учиться и т.д.),
- 3) личностные смыслы, основанные на усвоении морально-нравственных категорий, существующих в обществе (имею твердые убеждения, ненавижу предательство и ложь и т.д.),
- 4) личностные смыслы, связанные с определенным прогнозом своей будущности (хочу иметь хорошую семью, быть специалистом и т.д.).

Непродуктивные личностные смыслы также могут быть разделены на подгруппы:

- 1) личностные смыслы, связанные с неуверенностью в общении (не могу встретить настоящего друга, только среди родных мне хорошо и т.д.),
- 2) личностные смыслы, тормозящие развитие интеллекта, активности, отражающие потребность в удовольствиях (не понимаю, зачем напрягаться в жизни, живу беззаботно и т.д.),
- 3) личностные смыслы, основанные на разочаровании в собственной жизненной позиции (не уверен в том, что мне надо, могу завидовать удаче другого и т.д.)
- 4) личностные смыслы, блокирующие дальнейшее развитие, различного рода опасения и страхи (из меня ничего не получится, боюсь своего будущего и т.д.).

Таким образом, методика «Кто Я?» позволяет получить информацию о самоопределении личности по отношению к социальной среде, в первую очередь, связанную со смысловой системой представлений о своем месте в социуме, о собственных качествах и перспективах развития.

Еще одна методика, которую мы использовали для исследования самоопределения личности по отношению к социальной среде – «Тест смысло-жизненных ориентаций» Д. А. Леонтьева [72]. Методика позволяет

выявить степень осмысленности жизни, что является важным показателем личностного самоопределения и социально-психологической адаптированности. Мы выбрали эту русскоязычную версию теста «Цели в жизни» Дж. Крамбо и Л. Махолика, поскольку предлагаемые в ней утверждения достаточно просты и понятны, а надежность методики и возможность различать с ее помощью группы с разным уровнем социально-психологической адаптации достаточно высока [107, с.16-17].

Кроме того, для исследования самоопределения личности в социальной среде нами было разработано стандартизированное интервью «Мои планы на будущее» (см. Приложение № 3) Данное интервью информативно в отношении сформированности планов на будущее, а также конкретных шагов, направленных на реализацию этих планов.

Для изучения **факторов, влияющих на социально-психологическую адаптацию и переживание экологического стресса** (индивидуальных, групповых, ситуативных) мы использовали методы, позволяющие изучить особенности ситуации, в которой находится личность, а также особенности самой личности.

Публикации в СМИ, посвященные экологическим проблемам населенного пункта, в котором проживает учащийся, по мнению большинства исследователей, являются важнейшим фактором, определяющим реакции населения на экологическое неблагополучие (Голушко, 1998; Ткаченко, 1999; Хавенаар, 1993 и др.). Однако эмпирических попыток исследовать влияние этого фактора практически нет. Не претендуя на глубокое изучение влияния СМИ на адаптацию населения загрязненных территорий, мы предприняли попытку оценить влияние **наличия и количества** в местной прессе публикаций, посвященных экологическим проблемам, на показатели социально-психологической адаптации старшеклассников. Для этого был проведен контент-анализ областных и местных периодических изданий за 2005 и 2006 гг., при этом

был использован тематический подсчет, каждая публикация засчитывалась как одно упоминание. В число изданий были включены областная газета «Челябинский рабочий», местные газеты «Вечерний Челябинск», «Магнитогорский рабочий», «Магнитогорские ведомости», «Златоустовский рабочий», «Карабашский рабочий», «Знамя труда» (газета Кунашакского района), «Маяк» (газета Красноармейского района).

Для изучения оценки личностью условий своей жизни мы использовали методику О. С. Копиной «Шкала удовлетворенности условиями жизни». В методике представлен широкий спектр условий жизни человека, предусмотрена 5-балльная шкала для выражения степени удовлетворенности каждым из них. Методика используется при исследовании психоэмоционального напряжения [91].

Для исследования особенностей темперамента, влияющих на уровень переживания экологического стресса, мы выбрали «Опросник для изучения темперамента», разработанный Б. Н. Смирновым и апробированный в НИИ физической культуры [11]. Данный опросник позволяет диагностировать такие свойства темперамента, как экстраверсия–интроверсия, ригидность–пластичность, эмоциональная возбудимость–эмоциональная уравновешенность, темп реакций, активность. Результаты, полученные по данному опроснику, хорошо соотносятся с результатами, полученными по тесту Г. Айзенка [11, с.34].

При изучении особенностей личности, влияющих на уровень переживания экологического стресса, мы использовали 16-факторный опросник Р. Кеттелла. Адаптированный на русскоязычной выборке в течение ряда лет, с учетом результатов эмпирических исследований, опросник является валидной психодиагностической методикой, обладающей высокой степенью надежности и позволяющей получать достаточно точную диагностическую информацию об индивидуальном своеобразии личности (Капустина, 2001).

Таким образом, подобранный нами комплекс методик позволяет диагностировать интенсивность экологического стресса, выявить особенности социально-психологической адаптации, а также те факторы, которые могут влиять на них.

Для математической обработки результатов использовались также статистические методы обработки полученных данных (анализ средних величин, параметрический t-критерий Стьюдента, непараметрический критерий хи-квадрат, корреляционный анализ, множественный регрессионный анализ). Обработка результатов проводилась с помощью пакета STATISTICA 6.0.

Глава 3. Особенности социально-психологической адаптации старшекласников в зонах экологического неблагополучия

3.1. Результаты исследования

С помощью «Опросника экологического стресса» у испытуемых, включенных в группу «загрязненные территории» и в группу «относительно чистые территории», был выявлен уровень экологического стресса.

Таблица № 2

Процентное соотношение испытуемых с различным уровнем экологического стресса в исследуемых группах

| Уровни экологического стресса | Группа «загрязненные территории» | Группа «относительно чистые территории» |
|-------------------------------|----------------------------------|---|
| Высокий | 8,67 % | 0 % |
| Выше среднего | 44,84 % | 25,48 % |
| Средний | 35,98 % | 47,15 % |
| Ниже среднего | 10,84 % | 20,15 % |
| Низкий | 0 % | 7,22 % |

Представленные в таблице № 2 данные показывают, что в группе «загрязненные территории» испытуемых с низким уровнем экологического стресса не оказалось, зато доля испытуемых, у которых были выявлены высокий и выше среднего уровни, достигла в совокупности 53,51%. В группе «относительно чистые территории», напротив, не оказалось испытуемых с высоким уровнем экологического стресса, а переживание его на уровне выше среднего было выявлено у 25,48%.

Отметим, что соотношение групп с различным уровнем экологического стресса оказалось неодинаковым в различных зонах экологического неблагополучия (см. таблицу № 3).

Процентное соотношение испытуемых с разным уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия

| Уровни экологического стресса | ЗТ-1 Территории, загрязненные радиацией (ТЗР) | ЗТ-2 Карабаш | ЗТ-3 Златоуст | ЗТ-4 Магнито-горск | ЗТ-5 Челя-бинск |
|-------------------------------|--|-----------------|------------------|-----------------------|--------------------|
| Высокий | 12,6 % | 15,9 % | 6,7 % | 4,5 % | 5,8 % |
| Выше среднего | 45,5 % | 48,8 % | 41,1 % | 33,6 % | 48,1 % |
| Средний | 35,9 % | 15,9 % | 40% | 48,2 % | 40,4 % |
| Ниже среднего | 5,9 % | 19,5 % | 12,2 % | 13,6 % | 5,8 % |
| Низкий | 0 % | 0 % | 0 % | 0 % | 0 % |

Приведенные данные показывают, что наибольшая степень распространенности повышенных значений экологического стресса была выявлена в подгруппе ЗТ-2 (Карабаш) и подгруппе ЗТ-1 (территории, загрязненные радиацией, далее – ТЗР), а наиболее низкая – в подгруппе ЗТ-4 (Магнитогорск).

Таким образом, в группе «загрязненные территории» значительная часть испытуемых (чуть более половины) испытывает экологический стресс на уровне выше среднего и высоком. В группе «относительно чистые территории» это характерно лишь для четвертой части испытуемых.

Мы рассмотрели различия показателей социально-психологической адаптации между группами испытуемых с различным уровнем экологического стресса как в группе «загрязненные территории», так и в группе «относительно чистые территории» (t-test, $p < 0,05$). В Приложении № 4 представлены результаты сравнения в группе «загрязненные территории». При этом группы с различным уровнем экологического стресса обозначены следующим образом:

5 – группа с высоким уровнем экологического стресса,

4 – группа с уровнем выше среднего,

3 – группа со средним уровнем экологического стресса,

2 – группа с уровнем ниже среднего,

1 – группа с низким уровнем экологического стресса (в таблице № 4 эта группа отсутствует, т.к. испытуемых с низким уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия не было выявлено).

Представленные данные показывают наличие статистически значимых различий по большинству показателей социально-психологической адаптации между группами с различным уровнем экологического стресса. Это показатели по целому ряду шкал методики К. Роджерса и Р. Даймонда и интегральными показателями – «Интернальность», «Принятие других», «Адаптация», «Самопринятие», «Эмоциональная комфортность»; показатели «Отношение к будущему», самооценка (по методике Т. Дембо–С.Я. Рубинштейн в адаптации А.М. Прихожан), смысложизненные ориентации, средний балл по методике «Незаконченные предложения», относящийся к оценке сверстников (в дальнейшем – показатель «Отношение к сверстникам»).

Что же касается масштаба выявленных различий, то по основным шкалам методики К. Роджерса и Р. Даймонда за пределы зоны неопределенности выходят, в основном, средние показатели групп 2 и 3. Именно в этих группах выявлены средние значения, относящиеся к высокому уровню (по показателям успешной адаптации) и средние значения, относящиеся к низкому уровню (по показателям, свидетельствующим о трудностях адаптации). По тесту СЖО средние показатели в этой группе соответствуют результатам, полученным Д. А. Леонтьевым на группе студентов [107, с.16]. Иными словами, средние значения в диапазоне успешной адаптации были выявлены в группе «загрязненные территории» у испытуемых с уровнем экологического стресса средний и ниже среднего.

Что же касается испытуемых с высоким и выше среднего уровнем экологического стресса, то средние значения по основным шкалам методики

К. Роджерса и Р. Даймонда у них оказались в пределах зоны неопределенности. По тесту СЖО средние показатели в группе с высоким уровнем экологического стресса оказались существенно сниженными и соответствуют показателям, полученным Д. А. Леонтьевым на группе алкоголиков [107, с.16].

В Приложении № 5 аналогично представлены результаты сравнения в группе «относительно чистые территории». Представленные данные показывают, что статистически значимых различий в этой группе значительно меньше. Это различия по показателям «Эмоциональный комфорт», смысложизненные ориентации, показатель продуктивных личностных смыслов.

Все вышесказанное позволяет предположить, что многие показатели социально-психологической адаптации в условиях экологического неблагополучия связаны с показателем экологического стресса. Для того чтобы подтвердить это предположение, мы провели корреляционный анализ полученных результатов. В таблице № 4 представлены статистически значимые коэффициенты корреляции между показателем экологического стресса и показателями социально-психологической адаптации. Приведенные данные показывают, что показатель экологического стресса в группе «загрязненные территории» отрицательно связан с большинством показателей социально-психологической адаптации. Наиболее сильные связи обнаружены с такими показателями, как «Отношение к будущему», смысложизненные ориентации, показатель продуктивных личностных смыслов по методике «Кто Я?» (далее – ПЛС), интегральные показатели по методике К. Роджерса и Р. Даймонда «Адаптация», «Эмоциональная комфортность», «Самопринятие», «Принятие других», «Интернальность», самооценка.

Если же сравнивать между собой подгруппы старшеклассников, проживающих в различных загрязненных зонах, то данные таблицы № 4

Таблица № 4

Коэффициенты корреляции между показателем экологического стресса и показателями адаптации в группе «загрязненные территории» ($p < 0,05$)

| Показатели адаптации | Статистически значимые коэффициенты корреляции | | | | | |
|----------------------------|--|----------|---------------|----------------|--------------------|----------------|
| | Группа ЗТ | ЗТ-1 ТЗР | ЗТ-2 Караба ш | ЗТ-3 Злато-уст | ЗТ-4 Магнито-горск | ЗТ-5 Челябинск |
| Адаптивность | -0,35 | -0,40 | -0,39 | -0,24 | -0,23 | -0,27 |
| Деадаптивность | 0,34 | 0,34 | 0,44 | 0,32 | – | 0,37 |
| Принятие себя | -0,41 | -0,53 | -0,54 | -0,31 | -0,24 | -0,32 |
| Непринятие себя | 0,36 | 0,61 | 0,42 | 0,25 | – | 0,29 |
| Принятие других | -0,16 | -0,28 | – | – | – | -0,23 |
| Непринятие др. | 0,33 | 0,33 | 0,50 | 0,30 | 0,20 | 0,24 |
| Эмоц. комфорт | -0,35 | -0,33 | -0,38 | -0,30 | -0,31 | -0,26 |
| Эмоц.дискомф. | 0,35 | 0,22 | 0,52 | 0,43 | 0,27 | 0,25 |
| Внутр. контроль | – | – | – | – | – | – |
| Внешн. контроль | 0,31 | 0,23 | 0,35 | 0,37 | 0,25 | 0,20 |
| Доминирование | -0,09 | – | – | -0,22 | – | – |
| Ведомость | -0,09 | -0,38 | – | – | – | – |
| Адаптация | -0,41 | -0,47 | -0,59 | -0,33 | – | -0,45 |
| Самопринятие | -0,38 | -0,63 | -0,47 | -0,26 | – | -0,29 |
| Принятие других | -0,35 | -0,36 | -0,58 | -0,32 | -0,20 | -0,30 |
| Эмоц.комфор-ть | -0,39 | -0,30 | -0,57 | -0,48 | -0,27 | -0,26 |
| Интернальность | -0,33 | -0,30 | -0,35 | -0,33 | -0,21 | -0,28 |
| Стремление к доминированию | – | 0,19 | – | – | – | – |
| Самооценка | -0,23 | -0,41 | -0,27 | -0,18 | – | -0,16 |
| СЖО | -0,45 | -0,53 | -0,82 | -0,39 | -0,25 | – |
| ПЛС | -0,40 | -0,43 | -0,39 | -0,41 | -0,34 | -0,36 |
| Отношение к будущему | -0,51 | -0,63 | -0,67 | -0,39 | -0,42 | -0,38 |
| Отношен.к семье | – | 0,17 | – | – | – | – |
| Отношение к учителям | – | – | 0,23 | – | – | – |
| Отношение к одноклассникам | -0,21 | -0,31 | -0,28 | – | – | -0,12 |
| Отношение к друзьям | – | 0,12 | – | – | – | – |
| Социом. статус | – | -0,16 | 0,15 | – | – | – |
| Успеваемость | – | 0,19 | 0,21 | – | – | – |

показывают, что наиболее сильные корреляционные связи между показателями социально-психологической адаптации и уровнем экологического стресса выявлены в подгруппах ЗТ-1 (ТЗР) и ЗТ-2 (Карабаш). Наименее сильные связи обнаружены в ЗТ-4 (Магнитогорск) и ЗТ-3 (Златоуст). В подгруппе ЗТ-4 (Магнитогорск) не выявлены корреляционные связи с такими показателями социально-психологической адаптации, как «Адаптация», «Самопринятие», самооценка, а корреляционные связи со многими другими показателями являются слабыми.

Что же касается группы «относительно чистые территории», то статистически значимых коэффициентов корреляции между показателями социально-психологической адаптации и уровнем экологического стресса значительно меньше, а обнаруженные связи являются слабыми (см. таблицу № 5). Абсолютное значение коэффициентов корреляции колеблется от 0,10 до 0,25. Наиболее сильные корреляционные связи были обнаружены между показателем экологического стресса и показателями «Отношение к будущему» и смысложизненные ориентации.

Наличие корреляционных связей между показателем экологического стресса и показателями социально-психологической адаптации позволяет предположить, что экологический стресс является важным фактором, влияющим на процесс и результаты социально-психологической адаптации.

Для того чтобы проверить это предположение, мы воспользовались методом множественного регрессионного анализа. В качестве зависимых переменных в регрессионной модели выступали показатели социально-психологической адаптации, а в качестве независимых – переменные, которые могут влиять на процесс и результаты социально-психологической адаптации. К их числу мы отнесли:

- 1) показатель экологического стресса,
- 2) показатель удовлетворенности условиями жизни по методике О. С.

Копиной,

**Коэффициенты корреляции между показателем экологического стресса
и показателями адаптации в группе–ОЧТ ($p < 0,05$)**

| Показатели адаптации | Статистически значимые коэффициенты корреляции | | | | | |
|----------------------------|--|------------------|--------------------|-------------------|----------------|--------------------|
| | Группа ОЧТ | ОЧТ-1 Поселки | ОЧТ-2 Чебаркуль | ОЧТ-3 Златоуст | ОЧТ-4 Миасс | ОЧТ-5 Челябинск |
| Адаптивность | – | – | – | – | – | – |
| Деадаптивность | – | 0,19 | – | 0,12 | – | – |
| Принятие себя | – | – | – | – | – | – |
| Непринятие себя | – | 0,12 | – | 0,11 | – | – |
| Принятие других | – | – | – | – | – | – |
| Непринятие других | 0,13 | – | – | – | – | –0,12 |
| Эмоц. комфорт | – | – | – | – | – | – |
| Эмоц. дискомфорт | 0,14 | 0,18 | – | –0,15 | –0,11 | – |
| Внутр. контроль | 0,18 | – | – | 0,21 | –0,12 | –0,13 |
| Внешний контроль | – | 0,18 | 0,24 | – | – | –0,11 |
| Доминирование | – | – | – | – | – | 0,14 |
| Ведомость | –0,18 | 0,14 | – | –0,25 | – | – |
| Адаптация | – | –0,17 | – | – | – | – |
| Самопринятие | – | – | – | –0,19 | – | – |
| Принятие других | –0,10 | –0,15 | –0,26 | – | – | –0,10 |
| Эмоц. комфортность | –0,12 | –0,17 | – | –0,17 | – | – |
| Интернальность | – | –0,15 | –0,21 | – | – | –0,10 |
| Стремление к доминированию | 0,10 | – | – | – | – | – |
| Самооценка | – | – | – | – | – | – |
| СЖО | –0,25 | – | –0,39 | –0,19 | –0,21 | –0,19 |
| ПЛС | –0,11 | – | –0,19 | –0,14 | – | – |
| Отношение к будущему | –0,24 | – | –0,50 | –0,17 | – | –0,21 |
| Отношение к семье | – | – | – | –0,14 | – | – |
| Отношение к учителям | – | – | – | – | – | – |
| Отношение к одноклассникам | – | – | – | – | – | – |
| Отношение к друзьям | – | – | – | – | – | – |
| Социометр. статус | – | 0,11 | – | 0,13 | – | –0,15 |
| Успеваемость | 0,12 | 0,11 | 0,18 | 0,26 | – | 0,17 |

- 3) «Количество публикаций» – количество публикаций, посвященных экологическим проблемам населенного пункта, в котором проживает учащийся, в местной и областной прессе за 2005-2006 гг.
- 4) «Отношение к семье» – средний балл по методике «Незаконченные предложения», относящийся к оценке семьи,
- 5) «Успеваемость» – средний балл по тем предметам, которые учащийся считает наиболее важными для своего поступления в вуз,
- 6) показатель социометрического статуса, рассчитываемый по формуле, предложенной в работе А. А. Реана и Я. Л. Коломинского [121].
- 7) личностные переменные – показатели по «Опроснику для изучения темперамента» Б. Н. Смирнова и 16-факторному опроснику Р. Кеттелла.

Этот набор переменных характеризует те внутренние и внешние факторы, которые могут влиять на процесс и результаты социально-психологической адаптации.

Что касается таких переменных, как «Отношение к семье» и показатель удовлетворенности условиями жизни, то мы не случайно включили в регрессионную модель именно эти субъективные оценки условий жизни индивида, а не объективные показатели уровня жизни (уровень доходов семьи и т.п.), т.к. исследования показывают, что именно субъективное восприятие уровня жизни на основе социального сравнения влияет на социально-психологическую адаптацию личности [113, с. 371].

Показатели успеваемости и социометрического статуса были включены в модель в качестве независимых переменных по следующим соображениям. Они отражают успешность функционирования учащегося в образовательном процессе и коллективе сверстников, и могут быть рассмотрены и как результат, и как фактор успешной адаптации. С одной стороны, школьная дезадаптация проявляется в неуспеваемости и низком социальном статусе учащегося, а с другой стороны, и успеваемость, и социальный статус

школьника являются достаточно устойчивым феноменом, зависящим от стереотипных оценок его учителями, родителями, сверстниками, количества имеющихся пробелов в знаниях, коммуникативных навыков, от стойких особенностей мотивации, опыта успехов и неудач в учебной деятельности и общении (Бабанский, 1972). Таким образом, успеваемость и статус в коллективе действуют как факторы круговой причинности, являясь на каждом этапе школьной жизни учащегося одновременно и фактором, и результатом социально-психологической адаптации.

Публикации в СМИ, посвященные экологическим проблемам, по мнению большинства исследователей, являются важнейшим фактором, определяющим реакции населения на экологическое неблагополучие (Голушко, 1998;. Ткаченко, 1999; Хавенаар, 1993 и др.). Нами был проведен контент-анализ областных и местных периодических изданий за 2005 и 2006 гг., в ходе которого проводился тематический подсчет публикаций, посвященных экологическим проблемам населенных пунктов, в которых проживают испытуемые. Абсолютное большинство публикаций (кроме двух, посвященных природоохранным мероприятиям в г. Магнитогорске) содержали информацию о негативных экологических факторах. Результаты проведенного анализа представлены в таблице № 6.

Таблица № 6

Количество публикаций, посвященных экологическим проблемам зон экологического неблагополучия

| Виды периодических изданий | Количество упоминаний об экологических проблемах в зонах экологического неблагополучия | | | | |
|----------------------------|--|---------|----------|--------------|-----------------|
| | ТЗР | Карабаш | Златоуст | Магнитогорск | Челябинск (ЧМЗ) |
| Областная пресса | 21 | 10 | 0 | 8 | 5 |
| Местная пресса | 11 | 39 | 5 | 3 | 8 |
| Всего | 32 | 49 | 5 | 11 | 13 |

Таким образом, наибольшее количество публикаций касалось двух зон экологического неблагополучия – территорий, загрязненных радиацией, и города Карабаша. Общее количество публикаций было включено в качестве независимой переменной в регрессионную модель. Количество сообщений СМИ, прочитанных или услышанных испытуемым в течение последнего года, также фиксировалось, однако, этот показатель имел меньшие связи с показателями адаптации и был исключен из регрессионной модели, что повысило статистическую значимость показателя «Количество публикаций в прессе» и показателя экологического стресса.

Особенности темперамента и личности представляют те внутренние условия, через которые, по выражению С. Л. Рубинштейна, преломляются все внешние воздействия на личность.

Результаты применения регрессионной модели отражены в Приложении № 6. Регрессионная модель по различным показателям объясняет от 45 % до 68 % дисперсии. Приведенные данные показывают, что показатель экологического стресса является переменной, вносящей существенный вклад в оценку многих показателей социально-психологической адаптации. Наибольшим этот вклад является для таких переменных, как смысложизненные ориентации и «Отношение к будущему». Несколько меньшим – для таких переменных, как «Принятие себя», самооценка, «Эмоциональная комфортность» и «Адаптация».

Приведенные данные показывают также, что переменными, влияющими на большинство показателей социально-психологической адаптации в группе «загрязненные территории», помимо экологического стресса являются такие переменные, как «Отношение к семье», показатель удовлетворенности условиями жизни, а также характеристики темперамента (ригидность, возбудимость, экстраверсия) и личностные особенности (факторы О, А, В, С, Н, I, L, Q1, Q2, Q3).

Наибольший положительный вклад в оценку всех показателей адаптации вносит показатель «Отношение к семье» (абсолютные значения бета-коэффициентов – от 0,105 до 0,451). Таким образом, позитивное отношение к семье играет протективную роль в процессе адаптации.

Еще одним протективным фактором является удовлетворенность условиями жизни. Наибольший вклад показатель удовлетворенности условиями жизни вносит в оценку таких показателей адаптации, как смысложизненные ориентации, «Отношение к будущему», «Эмоциональная комфортность».

Что касается переменной «Количество публикаций в прессе», то эта переменная отрицательно влияет на ряд показателей адаптации – «Самооценка» (–0,744), «Адаптивность» (–0,076), «Эмоциональный комфорт» (–0,073), «Отношение к будущему» (–0,076).

Теперь рассмотрим представленные в таблице № 7 бета-коэффициенты, отражающие вклад показателя экологического стресса в показатели адаптации в **различных зонах экологического неблагополучия**. Приведенные данные показывают, что этот вклад наиболее велик в подгруппах ЗТ-1 (ТЗР) и ЗТ-2 (Карабаш). К числу показателей адаптации, на которые экологический стресс оказывает наибольшее влияние в этих подгруппах, относятся «Деадаптивность», «Адаптация», «Самопринятие», смысложизненные ориентации, «Отношение к будущему».

В этих подгруппах показатель экологического стресса относится к переменным, чей вклад в показатели адаптации является наиболее значительным (наряду с некоторыми темпераментными и личностными особенностями и показателем «Отношение к семье»). Бета-коэффициент показателя удовлетворенности условиями жизни не выходит в этих подгруппах на уровень статистической значимости.

В подгруппах ЗТ-3 (Златоуст) и ЗТ-4 (Магнитогорск) показатель экологического стресса влияет на значительно меньшее число показателей

адаптации, а соответствующие бета-коэффициенты значительно ниже. Особенно это касается подгруппы ЗТ-4 (Магнитогорск). Кроме того, в этой

Таблица № 7

**Статистически значимые бета-коэффициенты показателя
экологического стресса в различных подгруппах группы-ЗТ**

| Показатели адаптации | Статистически значимые бета-коэффициенты показателя экологического стресса | | | | | |
|----------------------------|--|----------|---------------|----------------|--------------------|-----------------|
| | Группа ЗТ | ЗТ-1 ТЗР | ЗТ-2 Кара-баш | ЗТ-3 Злато-уст | ЗТ-4 Магнито-горск | ЗТ-5 Челя-бинск |
| Адаптивность | -0,183 | -0,275 | -0,254 | – | – | – |
| Дезадаптивность | 0,240 | 0,727 | 0,387 | – | 0,255 | 0,198 |
| Принятие себя | -0,264 | – | -0,385 | -0,352 | -0,281 | -0,188 |
| Непринятие себя | 0,151 | 0,358 | 0,168 | – | – | – |
| Принятие других | – | -0,507 | – | – | – | -0,201 |
| Непринятие др. | 0,169 | 0,266 | 0,305 | – | – | 0,135 |
| Эмоц. комфорт | -0,229 | -0,364 | -0,234 | -0,376 | -0,283 | – |
| Эмоц. дискомфорт | 0,216 | – | 0,399 | 0,344 | 0,288 | – |
| Внутр. контроль | – | – | – | – | – | – |
| Внеш. контроль | 0,164 | – | – | 0,282 | – | – |
| Доминирование | -0,182 | -0,241 | – | – | -0,320 | – |
| Ведомость | -0,131 | -0,555 | – | – | – | – |
| Адаптация | -0,244 | -0,739 | -0,446 | -0,223 | -0,284 | -0,208 |
| Самопринятие | -0,191 | -0,384 | -0,277 | -0,249 | -0,179 | -0,229 |
| Принятие других | -0,229 | -0,350 | -0,344 | -0,335 | – | -0,254 |
| Эмоц.комфорт-ть | -0,276 | -0,283 | -0,456 | -0,406 | -0,331 | – |
| Интернальность | -0,131 | – | – | – | – | – |
| Стремление к доминированию | – | 0,344 | – | – | – | – |
| Самооценка | -0,174 | -0,288 | -0,168 | -0,158 | – | -0,161 |
| СЖО | -0,365 | -0,520 | -0,644 | -0,457 | -0,325 | – |
| ПЛС | -0,183 | -0,417 | -0,325 | -0,276 | -0,219 | – |
| Отношение к будущему | -0,366 | -0,511 | -0,642 | -0,613 | -0,371 | -0,461 |
| Отношение к учителям | – | – | – | – | – | – |
| Отношение к одноклассникам | -0,295 | -0,334 | -0,313 | – | – | – |
| Отношение к друзьям | – | – | – | – | – | – |

подгруппе бета-коэффициент показателя удовлетворенности условиями жизни является статистически значимым по ряду показателей адаптации.

В подгруппе ЗТ-5 (Челябинск) еще меньше показателей социально-психологической адаптации, на которые влияет показатель экологического стресса. Показатель «Успеваемость» вносит в этой подгруппе наиболее высокий позитивный вклад в оценку многих показателей успешной адаптации по сравнению с другими подгруппами. Показатель удовлетворенности условиями жизни также имеет статистически значимые бета-коэффициенты по целому ряду показателей успешной адаптации.

Что же касается группы «относительно чистые территории», то представленные в Приложении № 7 результаты применения регрессионной модели показывают, что показатель экологического стресса влияет лишь на некоторые показатели социально-психологической адаптации. К их числу относятся «Отношение к будущему», смысложизненные ориентации, показатель продуктивных личностных смыслов и «Ведомость». Наибольший вклад в большинство показателей адаптации вносят такие переменные, как «Отношение к семье», удовлетворенность условиями жизни, «Успеваемость», социометрический статус, а также особенности темперамента и личности (ригидность, экстраверсия, факторы E, F, I, L, N, O, Q4 по опроснику Р. Кеттелла).

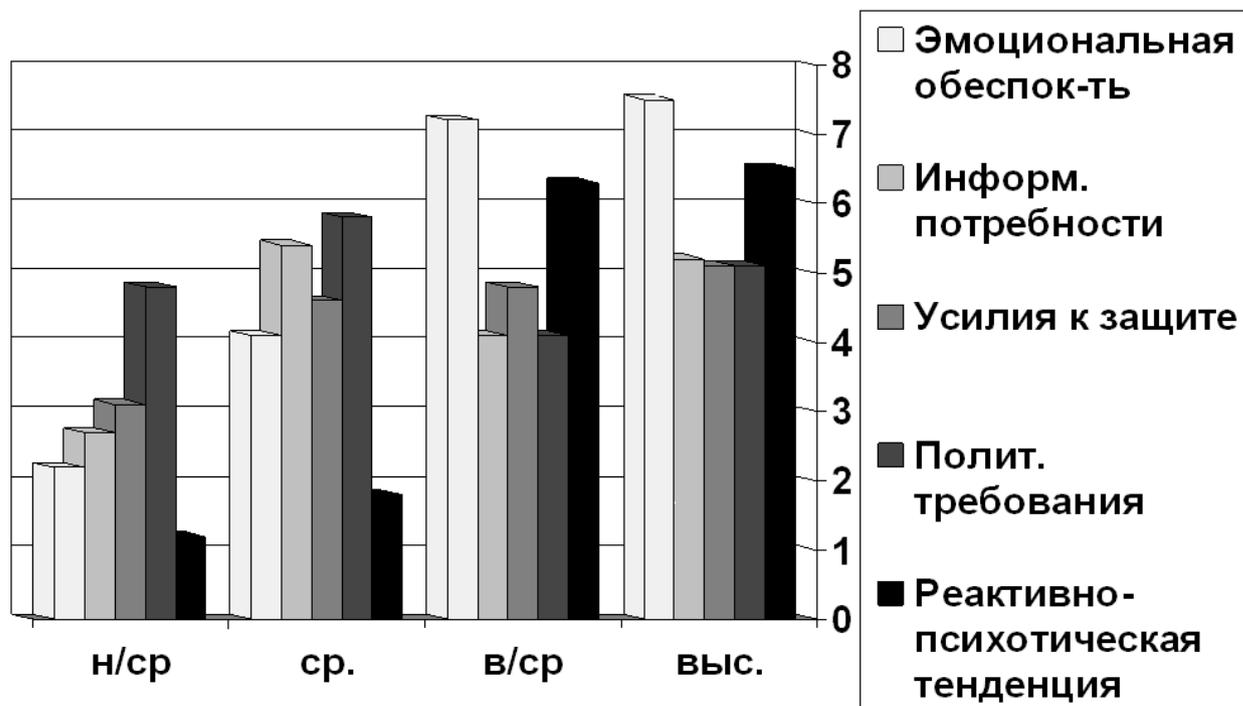
Таким образом, показатель экологического стресса в группе «загрязненные территории» существенно влияет на многие показатели социально-психологической адаптации. Особенно велико его влияние в подгруппах ЗТ-1 (ТЗР) и ЗТ-2 (Карабаш). В подгруппах ЗТ-3 (Златоуст), ЗТ-4 (Магнитогорск) и ЗТ-5 (Челябинск) влияние экологического стресса на большинство показателей адаптации выражено меньше, зато более велико влияние таких переменных, как «Отношение к семье», «Успеваемость», показатель удовлетворенности условиями жизни.

В группе «относительно чистые территории» показатель экологического стресса влияет лишь на некоторые показатели социально-психологической адаптации. Основное влияние на результаты адаптации имеют такие переменные, как «Отношение к семье», «Успеваемость», удовлетворенность условиями жизни, а также личностные переменные (см. Приложение № 7).

Отметим также, что у испытуемых с разной интенсивностью экологического стресса была выявлена различная структура составляющих его субъективных реакций. Это показывают данные, представленные на рисунке № 1. Приведенные данные показывают, что у испытуемых со средним и ниже среднего уровнями экологического стресса наибольшими являются значения по шкалам «Политические требования», «Усилия к защите», «Информационные потребности». У испытуемых с высоким и выше

Рисунок №1

Структура экологического стресса в группах с различной его интенсивностью



среднего уровнем экологического стресса наибольшими являются значения по шкалам «Эмоциональная обеспокоенность и реактивно-психотическая тенденция».

Теперь обратимся к анализу **переменных, которые влияют на интенсивность экологического стресса**. Для этого мы также использовали регрессионную модель, в которой в качестве независимых переменных выступали такие переменные, как «Количество публикаций в прессе», «Отношение к семье», удовлетворенность условиями жизни, «Успеваемость», темпераментные и личностные переменные. Количество сообщений СМИ, с которыми ознакомился испытуемый, оказалось показателем, имеющим меньшие связи с показателем экологического стресса, поэтому он был исключен из регрессионной модели, что повысило статистическую значимость показателя «Количество публикаций в прессе». В группе «загрязненные территории» предложенный вариант регрессионной модели объясняет 51,6% дисперсии показателя экологического стресса.

Результаты применения регрессионной модели в группе «загрязненные территории» отражены в таблице № 8. Приведенные в ней данные показывают, что наибольшее влияние на показатель экологического стресса оказывает такая переменная, как удовлетворенность условиями жизни. Отметим также, что группы, выделенные по уровню переживания экологического стресса, статистически значимо различаются в экспериментальной группе по удовлетворенности условиями жизни (см. Приложение № 5). Наиболее сильно переживают экологический стресс те испытуемые, которые менее удовлетворены своими условиями жизни. Если же проанализировать корреляционные связи отдельных оценок конкретных условий жизни и показателя экологического стресса, то наиболее связаны с последним оказались оценки удовлетворенности такими условиями жизни, как «Деньги» ($r = -0,454$), «Досуг, развлечения» ($r = -0,421$).

**Бета-коэффициенты переменных, влияющих на показатель
экологического стресса в группе–ЗТ и ее подгруппах**

| Независимые переменные МРА | Бета-коэффициенты | | | | | |
|--|-------------------|----------------|----------------------|------------------|--------------------------|------------------------|
| | Группа ЗТ | ЗТ-1 ТЗР | ЗТ-2 Кара- баш | ЗТ-3 Златоуст | ЗТ-4 Магнито горск | ЗТ-5 Челя- бинск |
| Отношение к семье | -0,035 | -0,026 | 0,016 | 0,001 | 0,007 | 0,048 |
| Удовлетвореннос ть условиями жизни | -0,357* | -0,104* | -0,641 | -0,527* | -0,453* | -0,367* |
| Успеваемость | 0,088* | 0,289* | -0,007 | 0,003 | 0,034 | 0,184 |
| Кол-во публикаций | 0,143* | 0,164 | 0,218 | 0,007 | 0,127 | 0,037 |
| Экстраверсия | -0,124* | -0,389* | -0,050 | 0,006 | -0,111 | -0,365* |
| Ригидность | 0,137* | 0,311* | 0,089 | -0,064 | 0,037 | 0,280* |
| Эмоц. возбудимость | 0,025 | 0,383 | 0,278* | -0,116 | -0,109 | -0,299 |
| Темп реакций | -0,028 | 0,607* | 0,019 | -0,275 | -0,322* | -0,403 |
| Активность | 0,120* | -0,203 | 0,155 | 0,193 | 0,263* | 0,672* |
| А | -0,065 | -0,107 | -0,052 | -0,243 | -0,131 | -0,333* |
| В | 0,033 | 0,005 | -0,004 | -0,068 | 0,108 | 0,573* |
| С | -0,125* | -0,224* | -0,034 | -0,039 | 0,001 | 0,121 |
| Е | 0,056 | -0,018 | 0,025 | 0,137 | -0,022 | 0,157 |
| F | 0,036 | 0,136 | 0,195 | 0,102 | 0,040 | 0,041 |
| G | -0,046 | -0,411* | -0,117 | 0,031 | -0,001 | 0,691* |
| Н | 0,032 | 0,073 | 0,031 | 0,237 | 0,256 | 0,015 |
| I | 0,087* | -0,231* | 0,070 | 0,038 | 0,139 | 0,646* |
| L | 0,139* | 0,058 | 0,054 | 0,017 | 0,034 | 0,155 |
| M | 0,241* | 0,324* | 0,143 | 0,077 | 0,079 | 0,250* |
| N | -0,064 | -0,044 | -0,014 | -0,081 | -0,103 | -0,146 |
| O | 0,242* | 0,492* | 0,194 | 0,154 | 0,103 | 0,173 |
| Q1 | -0,068 | 0,024 | -0,021 | -0,074 | 0,054 | -0,015 |
| Q2 | 0,137* | -0,226 | -0,018 | 0,240 | 0,246* | 0,046 |
| Q3 | -0,014 | -0,127 | -0,101 | 0,037 | 0,114 | -0,273 |
| Q4 | -0,040 | 0,068 | -0,319 | 0,118 | 0,190 | -0,815* |

Примечание: знаком * и жирным шрифтом выделены статистически значимые бета-коэффициенты.

Еще одной переменной, влияющей на показатель экологического стресса, является «Количество публикаций в прессе». Показатель «Успеваемость» также влияет на уровень переживания экологического стресса, причем связан с ним положительно. Учащиеся с более высокой успеваемостью в большей степени переживают экологический стресс.

Темпераментные и личностные переменные также влияют на уровень переживания экологического стресса. Среди характеристик темперамента наибольшее влияние оказывают такие переменные, как ригидность, увеличивающая интенсивность экологического стресса, и экстраверсия и активность, имеющие противоположное влияние. Среди личностных переменных положительный вклад в показатель экологического стресса вносят переменные O+, C-, F+, L+, Q2+, M+, I+.

Отметим, что показатели «Отношение к семье» и «Количество публикаций» не влияют значимо на показатель экологического стресса.

Что же касается переменных, влияющих на уровень переживания экологического стресса в различных зонах экологического загрязнения, то в таблице № 8 представлены результаты использования регрессионной модели в каждой из подгрупп. Наибольшую объяснительную силу регрессионная модель имеет в подгруппах ЗТ-1 (ТЗР) и ЗТ-2 (Карабаш), где она объясняет соответственно 88,2 % и 77,5 % дисперсии показателя экологического стресса. Наименьшую объяснительную силу модель имеет в подгруппах ЗТ-3 (Златоуст) и ЗТ-4 (Магнитогорск) (соответственно 48,8% и 48,9 %).

Приведенные данные показывают, что переменной, которая имеет наиболее высокие бета-коэффициенты во всех подгруппах, является показатель удовлетворенности условиями жизни. В подгруппах ЗТ-2 (Карабаш) и ЗТ-3 (Златоуст) отмечается влияние меньшего количества личностных переменных на уровень переживания экологического стресса. Наибольшее влияние личностных особенностей на интенсивность экологического стресса отмечено в подгруппах ЗТ-1 (ТЗР) и ЗТ-5

(Челябинск), где статистически значимые бета-коэффициенты выявлены у наибольшего количества личностных переменных.

Отметим также влияние гендерного фактора, который не был учтен в регрессионной модели из-за невозможности выразить его в метрической шкале. Данные таблицы № 9 показывают, что среди старшеклассников группы «загрязненные территории», у которых были выявлены высокий и выше среднего уровни экологического стресса, соответственно 62,5 % и 67,74 % составляют девушки, а среди тех, у кого показатель экологического стресса ниже среднего, напротив, 68,33 % составляют юноши.

Таблица № 9

Процентное соотношение юношей и девушек с различным уровнем экологического стресса (ЭС) в группе «загрязненные территории»

| Гендерные группы | Соотношение в общей выборке | Соотношение в группах с различным уровнем ЭС | | | |
|------------------|-----------------------------|--|--------------------|--------------------------|--------------------|
| | | Ниже среднего уровень ЭС | Средний уровень ЭС | Выше среднего уровень ЭС | Высокий уровень ЭС |
| Юноши | 45,38 % | 68,33 % | 56,28 % | 32,25 % | 37,5 % |
| Девушки | 54,61 % | 31,66 % | 43,71 % | 67,74 % | 62,5 % |

Именно у девушек с помощью методики «Незаконченные предложения» были отмечены и специфические страхи, связанные с действием неблагоприятных экологических факторов – страх появления неизлечимых заболеваний (рак, астма), страх, связанный с возможностью рождения в будущем больных детей и страх, связанный с визуальными представлениями о разрушающейся, загрязненной радиацией планете. Последний был отмечен только в подгруппе ЗТ-1 (ТЗР). Что касается страха появления неизлечимых болезней и рождения больных детей, то они были выявлены у девушек как в подгруппе ЗТ-1 (ТЗР), так и в подгруппе ЗТ-2 (Карабаш) (см. таблицу № 10).

Таблица № 10

**Распространенность страхов, связанных с экологическим
загрязнением, у девушек группы «загрязненные территории»**

| Страхи | Распространенность у девушек группыЗТ | Распространенность у девушек в различных подгруппах | | | | |
|---|---------------------------------------|---|----------------------|----------------------|--------------------------|------------------------|
| | | ЗТ-1 ТЗР | ЗТ-2 Кара- баш | ЗТ-3 Злато уст | ЗТ-4 Магнитог орск | ЗТ-5 Челя- бинск |
| Страх неизлечимых болезней | 4,30 % | 5,1% | 17,02% | 0 % | 0 % | 0 % |
| Страх рождения больных детей | 6,29 % | 10,2% | 19,14% | 0 % | 0 % | 0 % |
| Страх, связанный с визуальными представлениями о радиационном загрязнении | 0,99 % | 3,06% | 0 % | 0 % | 0 % | 0 % |

В группе «относительно чистые территории», мы также использовали регрессионную модель для изучения факторов, влияющих на показатель экологического стресса. Она учитывала те же факторы, что и в экспериментальной группе, кроме переменной «Количество публикаций». Надо отметить, что регрессионная модель в контрольной группе оказалась гораздо менее информативной, она объясняет лишь 25,9 % дисперсии показателя экологического стресса. В таблице № 11 приведены бета-коэффициенты всех переменных, учтенных в регрессионной модели. Эти данные показывают, что в наибольшей степени на показатель экологического стресса, как и в экспериментальной группе, влияет показатель удовлетворенности условиями жизни. Влияние этой переменной даже больше, чем в экспериментальной группе. Влияние переменной «Успеваемость» также больше, чем в экспериментальной группе, ее бета-коэффициент равен 0,117 (в экспериментальной группе 0,088).

**Бета-коэффициенты переменных, влияющих на показатель
экологического стресса в группе «относительно чистые территории»**

| Независимые переменные МРА | Бета-коэффициенты |
|-----------------------------------|-------------------|
| Отношение к семье | 0,075028 |
| Удовлетворенность условиями жизни | -0,417451* |
| Успеваемость | 0,116582* |
| Экстраверсия | -0,001290 |
| Ригидность | 0,135308* |
| Эмоциональная возбудимость | -0,124807 |
| Темп реакций | -0,173892* |
| Активность | 0,454066* |
| А | -0,151241* |
| В | 0,088960 |
| С | 0,089319 |
| Е | 0,042519 |
| F | 0,106081* |
| G | -0,087308 |
| Н | -0,181308* |
| I | 0,220931* |
| L | -0,009136 |
| М | 0,177169* |
| N | -0,129541* |
| О | 0,099324 |
| Q1 | 0,107041* |
| Q2 | 0,117076* |
| Q3 | 0,103486 |
| Q4 | 0,039643 |

Примечание: знаком * и жирным шрифтом выделены статистически значимые бета-коэффициенты.

Таким образом, повышенные значения экологического стресса в экологически благополучных условиях еще в большей степени связаны с хорошей успеваемостью, чем в неблагополучных.

Темпераментные и личностные факторы также влияют на уровень переживания экологического стресса в группе «относительно чистые территории». К числу переменных, бета-коэффициенты которых наиболее

велики, относятся активность, темп реакций, ригидность, а также факторы I+, H-, M+, A-, N-.

В целом, в группе «относительно чистые территории» на показатель экологического стресса влияют те же переменные, что и в группе «загрязненные территории». Можно только отметить, что в группе «относительно чистые территории» не имеют значимого бета-коэффициента факторы O и C, зато больше бета-коэффициенты у факторов I, H, Q2, а также у переменных «Успеваемость» и удовлетворенность условиями жизни.

Что же касается представленности гендерных групп среди старшеклассников с различным уровнем экологического стресса в группе «относительно чистые территории», то оно отражено в таблице № 12.

Таблица № 12

Процентное соотношение юношей и девушек в группах с различным уровнем экологического стресса в группе «относительно чистые территории»

| Гендерные группы | Удельный вес в группе ОЧТ | Удельный вес в группах с различным уровнем ЭС | | | |
|------------------|---------------------------|---|-------------------------|--------------------|-------------------------|
| | | Низкий уровень ЭС | Ниже среднего уровня ЭС | Средний уровень ЭС | Выше среднего уровня ЭС |
| Юноши | 43,15 % | 47,36 % | 44,33 % | 48,38 % | 31,34 % |
| Девушки | 56,84 % | 52,63 % | 55,66 % | 51,61 % | 68,65 % |

Представленные данные показывают, что и в группе «относительно чистые территории» большую часть старшеклассников с повышенными значениями экологического стресса составляют девушки.

Таким образом, в группе «относительно чистые территории» на интенсивность переживания экологического стресса влияют, в основном, те же переменные, что и в группе «загрязненные территории».

Итак, в ходе эмпирического исследования было выявлено:

- учащиеся старших классов, проживающие в зонах экологического неблагополучия, переживают экологический стресс. Более половины испытуемых, проживающих в условиях экологического неблагополучия, переживают экологический стресс на повышенном уровне (высокий и выше среднего уровни).
- результаты корреляционного анализа показывают, что показатель экологического стресса в условиях экологического неблагополучия отрицательно связан с большинством показателей социально-психологической адаптации.
- результаты применения множественного регрессионного анализа показывают, что в условиях экологического неблагополучия показатель экологического стресса входит в уравнения большинства показателей социально-психологической адаптации со значимыми отрицательными бета-коэффициентами.
- особенно большой вклад показатель экологического стресса вносит в такие показатели адаптации, как «Самопринятие», «Принятие других», «Отношение к одноклассникам», «Интернальность», «Отношение к будущему», смысложизненные ориентации.
- в относительно благополучных экологических условиях экологический стресс не влияет существенно на показатели социально-психологической адаптации.
- были также выявлены факторы, влияющие на интенсивность экологического стресса – удовлетворенность условиями жизни, количество публикаций в прессе об экологической ситуации, академическая успешность, экстраверсия и ригидность, факторы O+, C-, F+, L+, Q2+, M+, I+ по опроснику Р. Кеттелла, а также гендерный фактор.

3.2. Влияние экологического стресса на социально-психологическую адаптацию старшеклассников в зонах экологического неблагополучия

В современной психологии под социально-психологической адаптацией понимается процесс активного взаимодействия личности и социальной среды, возникающий вследствие несогласованности их ценностей, установок, целей, в ходе которого могут достигаться как цели, связанные с достижением приспособленности личности к социальной среде, так и цели, связанные с самореализацией личности в данной социальной среде и ее активным воздействием на среду.

Результаты нашего исследования показывают, что распространенность повышенных значений показателя экологического стресса достаточно высока у старшеклассников, проживающих в зонах экологического неблагополучия. Это противоречит имеющемуся в литературе мнению о низком уровне интереса к экологическим проблемам у населения России и, в частности, у молодежи [49, с.23].

Представленные в предыдущей главе результаты экспериментального исследования показывают, что в зонах экологического неблагополучия группы с высоким и выше среднего уровнем экологического стресса статистически значимо отличаются по целому ряду показателей социально-психологической адаптации от групп старшеклассников с уровнем средним и ниже среднего. К числу различий, выявленных в группе «загрязненные территории» в целом и в большинстве ее подгрупп, относятся различия таких показателей как «Адаптация», «Эмоциональная комфортность», «Самопринятие», «Принятие других», самооценка, смысложизненные ориентации, показатель «Отношение к будущему».

Степень выраженности выявленных различий неодинакова в различных подгруппах. Наибольшие различия выявлены в подгруппах ЗТ-1(ТЗР) и ЗТ-2 (Карабаш). Именно в этих подгруппах по целому ряду

показателей методики К. Роджерса и Р. Даймонда средние значения высокого уровня были получены только у старшеклассников с показателями переживания экологического стресса на уровне «ниже среднего». В подгруппах ЗТ-1 (ТЗР) и ЗТ-3 (Златоуст) выявлены наиболее низкие средние значения по тесту СЖО в группе с высоким уровнем экологического стресса, сопоставимые с результатами, полученными Д.А. Леонтьевым на группе алкоголиков [107].

В благоприятных экологических условиях статистически значимых различий между группами с различным уровнем экологического стресса значительно меньше. Это касается таких показателей, как «Самопринятие», «Эмоциональная комфортность», «Доминирование», а также показателя «Отношение к семье».

Все вышесказанное позволяет предположить, что в условиях экологического неблагополучия переживание экологического стресса на уровне высоком и выше среднего связано с трудностями социально-психологической адаптации. Это подтвердил корреляционный анализ связей между показателем экологического стресса и показателями социально-психологической адаптации. Было выявлено, что в группе «загрязненные территории» имеются статистически значимые отрицательные связи между показателем экологического стресса и целым рядом показателей успешной адаптации. В благоприятных экологических условиях таких статистически значимых корреляционных связей значительно меньше, и они, в основном, являются слабыми.

С помощью метода множественного регрессионного анализа было выявлено, что в группе «загрязненные территории» показатель экологического стресса вносит отрицательный вклад в такие показатели социально-психологической адаптации, как смысложизненные ориентации, самооценка, «Отношение к будущему», «Принятие себя», «Эмоциональная комфортность», «Адаптация» и др. В группе «относительно чистые

территории» показатель экологического стресса вносит вклад в оценку лишь некоторых показателей социально-психологической адаптации. Это такие показатели, как «Отношение к будущему», смысложизненные ориентации, показатель продуктивных личностных смыслов и «Ведомость».

Все вышесказанное позволяет сделать вывод о том, что в зонах экологического неблагополучия переживание экологического стресса является важным фактором, влияющим на социально-психологическую адаптацию старшеклассников.

На наш взгляд, все проанализированные показатели социально-психологической адаптации можно разделить на три группы:

1. Показатели, связанные с отношением к себе;
2. Показатели, связанные с отношением к другим;
3. Показатели, связанные с отношением к будущему.

К **первой группе** можно отнести следующие показатели:

- самооценка (по методике Т. Дембо – С.Я. Рубинштейн в адаптации А. М. Прихожан),
- «Самопринятие» (по методике К. Роджерса и Р. Даймонда),
- показатель продуктивных личностных смыслов (по методике М. Куна).

Еще раз отметим, что нами были выявлены:

- более низкие средние значения этих показателей у старшеклассников, переживающих экологический стресс на высоком и выше среднего уровне, по сравнению с остальными (различия достоверны),
- отрицательные корреляции между этими показателями и показателем экологического стресса,
- отрицательные бета-коэффициенты показателя экологического стресса в оценке вышеупомянутых показателей адаптации.

Все это позволяет сделать вывод о том, что, в зонах экологического неблагополучия переживание старшеклассниками экологического стресса на

высоком и выше среднего уровне отрицательно влияет на их самооценку и самопринятие.

Для объяснения этой особенности социально-психологической адаптации старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса обратимся к категории самосознания. Она является одной из ключевых в понимании личности и ее взаимодействия с обществом. В современной психологической литературе самосознание понимается и как совокупность убеждений личности о себе и своих возможностях (А. Bandura), и как одна из важнейших подструктур личности (А. А. Налчаджян, В. В. Столин, И. С. Кон), и как высшая форма личностной интеграции (Е. Т. Соколова). Именно особенности самосознания определяют выбор целей и стратегий их достижения, характер используемых защитных механизмов, особенности взаимодействий с людьми, с миром в целом.

Согласно А. Бандуре, самосознание, и в первую очередь, убеждение о самоэффективности, играет важную роль в социальной адаптации человека, влияя на те цели, которые он перед собой ставит (и от достижения которых отказывается), на выбор деятельности, к которой он считает себя способным, на то окружение, которое он выбирает [180, р.2]. Уровень здоровья, подверженность стрессу и стратегии копинга также зависят от самосознания и убеждений о самоэффективности. Люди, убежденные в своей высокой самоэффективности, менее подвержены стрессу, алкоголизму, наркомании, хроническим заболеваниям, чаще выбирают проблемно-ориентированные стратегии копинга (Bandura, 2003; Jerusalem, 2003; Schwarzer, 2003).

В работах Е. Т. Соколовой было показано, что высокая степень когнитивной, понятийной дифференцированности, полнезависимости связана с большей устойчивостью личности по отношению к стрессирующим факторам (Соколова, 1989). С другой стороны, патогенные условия (неблагоприятные семейные условия, тяжелая болезнь) могут способствовать «искажению» самосознания, формированию пограничного самосознания,

основными чертами которого являются психологическая недифференцированность, превалирование аффективных компонентов над когнитивными, зависимый стиль личности [137].

Принадлежность к стигматизированной группе, связанная с хроническим стрессом, также может влиять на самосознание. Однако, связь эта непрямая. Получены данные как о негативном влиянии стигматизации на самооценку, так и об отсутствии этого влияния. По мнению J. Croser и D. Quinn, самооценка является очень значимым для личности образованием, и поэтому личность использует разнообразные стратегии для ее защиты (Croser, Quinn, 2000). Отмечено, однако, что защитные стратегии, становясь устойчивым образованием, могут в свою очередь влиять на самосознание личности, отражаясь на ее целях, отношениях с людьми, при этом самооценка является стабильной (Налчаджян, 1988).

В условиях экологического неблагополучия у значительной части старшеклассников процесс социально-психологической адаптации происходит при повышенном уровне экологического стресса. Среда жизнедеятельности воспринимается как опасная для здоровья и жизни, для здоровья будущих детей. Фрустрация базовой потребности в безопасности ведет к изменению концепции самости. Учитывая, что общественное мнение в зонах экологического неблагополучия, как правило, формирует образ людей, проживающих в этой среде, как жертв обстоятельств [22; 34 и др.], образ жертвы становится основой консолидации концепции самости. Результаты нашего исследования показывают, что переменными, на которые в наибольшей степени влияет показатель экологического стресса в экспериментальной группе, являются показатели самопринятия, самооценки, продуктивных личностных смыслов.

Отметим, что негативные изменения самосознания зафиксированы при действии и других видов стресса. По мнению Н. В. Тарабриной, М. Ш. Магомед-Эминова, негативные изменения образа-Я являются одним из

важнейших симптомов посттравматического стрессового расстройства [75; 150].

В относительно благополучных экологических условиях переживание экологического стресса на повышенном уровне не ведет к негативным изменениям самооценки, а в показатель «Самопринятие» показатель экологического стресса вносит даже положительный вклад. Вероятно, на территориях с относительно благополучной экологической ситуацией экологическая угроза воспринимается старшеклассниками как важный фактор развития цивилизации, но не угрожающий им лично, не фрустрирующий их потребность в безопасности. Осознание экологической угрозы не связано здесь с образом жертвы и не оказывает отрицательного влияния на самооценку и самопринятие.

Теперь обратимся **ко второй группе** показателей социально-психологической адаптации, которые связаны с отношением к другим.

К их числу относятся следующие показатели:

- «Принятие других» (методика К. Роджерса и Р. Даймонда),
- «Отношение к учителям» (методика «Незаконченные предложения»),
- «Отношение к одноклассникам» (методика «Незаконченные предложения»),
- «Отношение к друзьям» (методика «Незаконченные предложения»),
- «Отношение к семье» (методика «Незаконченные предложения»),
- отношение к населению своего города (поселка) – на основе анализа сочинения о своем городе (поселке).

По показателю «Принятие других» различия между группами с различным уровнем экологического стресса были выявлены как в группе «загрязненные территории» в целом, так и в большинстве ее подгрупп, исключая подгруппы ЗТ-4 (Магнитогорск) и ЗТ-5 (Челябинск). В наибольшей степени эти различия характерны для подгрупп ЗТ-1 (ТЗР), ЗТ-2 (Карабаш),

ЗТ-3 (Златоуст), где они выявлены практически между всеми группами с различным уровнем экологического стресса.

С помощью множественного регрессионного анализа было выявлено, что показатель экологического стресса имеет отрицательные корреляции и вносит отрицательный вклад в такие показатели адаптации, как «Принятие других», «Отношение к одноклассникам».

Эти факты можно интерпретировать с позиций гуманистической психологии. А. Маслоу утверждал, что антисоциальные эмоции – враждебность, ревность и т.д. – проистекают из-за фрустрации базисных потребностей в любви, защищенности и принадлежности [81]. К. Роджерс полагал, что главная причина нарушения межличностной коммуникации лежит в том, что человек не принимает свой индивидуальный опыт, подвержен тенденции выносить суждения, оценивать как себя, так и других. Открытость своему внутреннему и внешнему опыту, по его мнению, тесно связана с открытостью и принятием других людей [125, с. 222]. Во время психотерапии, по мере того как человек начинает двигаться к тому, чтобы быть способным принимать свой собственный опыт, он также начинает двигаться к принятию опыта других людей [125, с. 223]. Кроме того, К. Роджерс отмечал, что сильный стресс также уменьшает принятие других, т.к. сильные эмоции «мешают встать на место другого человека» [126, с. 951].

Итак, снижение способности принимать других людей, нарушения межличностной коммуникации тесно связываются создателями гуманистической психологии с трудностями в принятии собственного опыта, неприятием себя. Оно может также усиливаться в состоянии сильного стресса.

Однако изучение школьной документации, отзывы учителей не содержат информации о повышенной конфликтности, нарушениях взаимоотношений со сверстниками у ребят с повышенным уровнем экологического стресса. Таким образом, полученные нами данные говорят не

о нарушениях общения с одноклассниками, а о большей распространенности негативных установок по отношению к одноклассникам.

На основе методики «Незаконченные предложения» мы выявили распространенность негативных оценок, страхов и опасений в общении с одноклассниками у учащихся с различным уровнем экологического стресса.

Таблица № 13

Распространенность негативных оценок и опасений в отношении одноклассников у старшеклассников группы «загрязненные территории» с разным уровнем экологического стресса

| Негативные оценки, страхи и опасения | Распространенность у учащихся с повышенным уровнем экол. стресса | Распространенность у учащихся со средним и ниже среднего уровнем экологического стресса |
|--|--|---|
| Рационально-обоснованные негативные оценки | 10,36 % | 6,15 % |
| Эмоциональные негативные оценки | 11,37 % | 7,31 % |
| Страхи и опасения | 15,05 % | 8,84 % |

По высказываниям, содержащим страхи и опасения, выявленные различия в между предполагаемыми и наблюдаемыми численностями статистически значимы (значение критерия хи-квадрат – 5,41, df=1, p<0,05).

Приведенные в таблице данные показывают, что распространенность негативных оценок, страхов и опасений в группах с повышенным уровнем экологического стресса выше, чем в группах со средним и ниже среднего уровнем. Кроме того, эти результаты показывают, что в числе негативных оценок присутствуют рационально-обоснованные, чисто эмоциональные, а также связанные с опасениями по поводу конкретного поведения. Таким образом, в структуре негативных установок по отношению к одноклассникам выявляются все три основных компонента социальных установок – когнитивный, эмотивный и поведенческий.

Все вышесказанное, однако, не относится к отношениям к друзьям, учителям и семье. Что касается показателя «Отношение к друзьям», то значимых корреляционных связей между ним и показателем экологического стресса не было выявлено, не выявлено и различий по данному показателю у учащихся с различным уровнем экологического стресса. Средние значения показателя «Отношение к учителям» даже достоверно выше в группе учащихся с уровнем экологического стресса выше среднего по сравнению с теми, кто переживает экологический стресс на среднем уровне (см. Приложение № 4).

Что же касается показателя «Отношение к семье», то в группе «загрязненные территории» статистически значимое различие по нему было обнаружено между группами со средним и выше среднего уровнями экологического стресса, при этом в группе с уровнем экологического стресса выше среднего выявлена более высокая оценка семьи, чем в группе со средним уровнем экологического стресса. Что касается отдельных подгрупп, то подобное различие было выявлено только в одной из подгрупп – ЗТ-1 (ТЗР), где старшеклассники, переживающие экологический стресс на уровне высоком и выше среднего, дают более высокие оценки своей семье.

В зонах с химическим загрязнением среды это не отмечается. Однако, важно учесть, что именно в районах с химическим загрязнением наиболее приближенные к предприятиям и экологически загрязненные районы являются и более неблагополучными в социальном плане. В школах, расположенных в непосредственной близости к предприятиям, значительно больше учащихся из неполных и малообеспеченных семей, т.к. более обеспеченные семьи стараются переезжать в районы, удаленные от предприятий. Анализ школьной документации, результаты которого представлены в таблице № 14, показывает, что в группах с высоким и выше среднего уровнем экологического стресса значительно больше старшеклассников из неполных, малообеспеченных и неблагополучных

семей, чем в группах со средним и ниже среднего уровнем. В зонах химического загрязнения это различие выражено сильнее, т.к. в районах с наибольшим уровнем экологического загрязнения, вблизи предприятий, больше доля малообеспеченных, неблагополучных семей; обеспеченные

Таблица № 14

Процентное соотношение видов семей в группах учащихся с различным уровнем экологического стресса (ЭС)

| Виды семей | Удельный вес видов семей в группе ЗТ | Удельный вес видов семей в группах учащихся с различным уровнем ЭС | | | |
|--|--------------------------------------|--|--------------------|--------------------------|--------------------|
| | | Ниже среднего уровень ЭС | Средний уровень ЭС | Выше среднего уровень ЭС | Высокий уровень ЭС |
| В экспериментальной группе в целом: | | | | | |
| Неполные | 30,2 % | 5,00 % | 25,6 % | 37,1 | 43,8 % |
| Малообеспеченные | 28,9 % | 10,00 % | 22,6 % | 35,1 % | 47,9 % |
| Неблагополучные | 13,2 % | 5,00 % | 10,1 % | 16,5 % | 14,6 % |
| В подгруппе Э-1 (ТЗР): | | | | | |
| Неполные | 28,7 % | 0 % | 21,7 % | 32,9 % | 47,6 % |
| Малообеспеченные | 33,5 % | 10 % | 26,7 % | 36,8 % | 57,1 % |
| Неблагополучные | 14,9 % | 10 % | 15 % | 19,7 % | 14,3 % |
| В подгруппе Э-2 (Карабаш) | | | | | |
| Неполные | 30,5 % | 0 % | 23,1 % | 40,5 % | 46,1 % |
| Малообеспеченные | 34,1 % | 12,5 % | 30,8 % | 37,5 % | 53,8 % |
| Неблагополучные | 13,4 % | 6,3 % | 7,7 % | 17,5 % | 15,4 % |
| В подгруппе Э-3 (Златоуст) | | | | | |
| Неполные | 35,5 % | 18,2 % | 27,8 % | 45,9 % | 50 % |
| Малообеспеченные | 32,2 % | 9,1 % | 25 % | 43,2 % | 33,3 % |
| Неблагополучные | 12,2 % | 9,1 % | 11,1 % | 13,5 % | 16,7 % |
| В подгруппе Э-4 (Магнитогорск) | | | | | |
| Неполные | 23,6 % | 24,5 % | 30,1 % | 32,4 % | 20 % |
| Малообеспеченные | 18,1 % | 6,6 % | 11,3 % | 32,4 % | 20 % |
| Неблагополучные | 8,1 % | 6,6 % | 5,6 % | 10,8 % | 0 % |
| В подгруппе Э-5 (Челябинск) | | | | | |
| Неполные | 34,6 % | 16,7 % | 28,6 % | 44 % | 16,7 % |
| Малообеспеченные | 26,9 % | 16,7 % | 23,8 % | 32 % | 16,7 % |
| Неблагополучные | 16,3 % | 0 % | 16,7 % | 20 % | 0 % |

семьи стараются переехать в более отдаленный и чистый район. Однако, средние значения показателя «Отношение к семье» в группах с различным уровнем экологического стресса статистически значимо не различаются в зонах химического загрязнения.

Чтобы интерпретировать это, вспомним, что в регрессионной модели показатель «Отношение к семье» оказывается переменной, которая вносит наибольший позитивный вклад в показатели успешной адаптации и наибольший отрицательный вклад в показатели дезадаптивных тенденций. Таким образом, позитивное отношение к семье является наиболее важным протективным фактором, позволяющим личности противостоять стрессам и успешно адаптироваться в обществе. Отсутствие различий по данному показателю между группами с различным уровнем экологического стресса в зонах химического загрязнения можно расценивать как проявление защитных, компенсаторных тенденций.

В группе «относительно чистые территории» различие по показателю «Отношение к семье» было выявлено между группами с уровнем экологического стресса выше среднего и ниже среднего, при этом в группе выше среднего отмечено более низкое значение данного показателя (см. Приложение № 5). Таким образом, в группе «загрязненные территории» выявлена тенденция к компенсаторному повышению показателя «Отношение к семье» у старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса. В группе «относительно чистые территории» эта тенденция отсутствует.

Что касается **отношения к населению поселка, города**, то, опираясь на контент-анализ сочинения «Мой город», мы выявили три типа отношения у старшеклассников группы «загрязненные территории». Первый тип состоит в негативной оценке не только экологических, но и социальных факторов среды («по правде говоря, в нашем городе нет ничего хорошего, экология плохая, ни работать, ни отдыхать негде, люди серые, общаться не с кем»).

Второй тип состоит в чрезвычайно высокой оценке («город у нас очень грязный, дышать тяжело, зато люди все очень хорошие, замечательные»). Третий тип представляют собой средние, более реалистичные оценки («люди у нас нормальные, как везде, много хороших людей»).

Первые два типа отношения распространены у старшеклассников с высоким и выше среднего уровнем экологического стресса значительно больше, чем у старшеклассников со средним и ниже среднего уровнем. У последних гораздо больше представлены средние, более реалистичные оценки (см. таблицу № 15). Выявленные различия статистически значимы (критерий хи-квадрат, $df=2$, $p < 0,01$).

Таблица № 15

Процентное соотношение старшеклассников с различными оценками характеристик социальной среды в группах с различным уровнем экологического стресса (ЭС) на загрязненных территориях

| Характеристики социальной среды | Значение критерия хи-квадрат | Уровневые оценки | Удельный вес старшеклассников с различными уровневymi оценками в группах с различным уровнем ЭС | |
|-----------------------------------|------------------------------|------------------|---|------------------------------------|
| | | | Ниже среднего и средний уровень ЭС | Выше среднего и высокий уровень ЭС |
| Состояние экономического развития | 9,25 | Высокий уровень | 15,38 % | 15,05 % |
| | | Средний уровень | 50,77 % | 39,13 % |
| | | Низкий уровень | 33,84 % | 45,81 % |
| Социальные связи | 37,54 | Высокий уровень | 28,84 % | 40,81 % |
| | | Средний уровень | 59,23 % | 34,11 % |
| | | Низкий уровень | 11,92 % | 25,08 % |
| Учреждения культуры и досуга | 9,51 | Высокий уровень | 14,23 % | 16,72 % |
| | | Средний уровень | 58,46 % | 43,47 % |
| | | Низкий уровень | 27,31 % | 39,78 % |

Возникновение **первого типа отношения** можно объяснить с позиций гуманистической психологии как снижение принятия других людей у человека с низким уровнем самопринятия, тенденцией оценивать как себя, так и других, о чем мы уже говорили выше.

Второй вариант интерпретации может быть связан с возникновением генерализованной негативной оценки среды, в которой живет и адаптируется личность. Если использовать введенное О. Н. Яницким [177] понятие «индивидуальной экологической структуры», включающей как физические, так и социальные, культурные, духовные элементы, то можно сказать, что один из вариантов адаптации при высоком и выше среднего уровне экологического стресса состоит в том, что индивидуальная экологическая структура получает в целом негативную эмоциональную окрашенность. Негативная оценка распространяется уже не только на экологические, но и на социальные, культурные ее компоненты.

Предположение о том, что переживание негативных экологических факторов может влиять на формирование «генерализованной тенденции жаловаться», уже было высказано в литературе (Winnike, Neuf, 1996). Вместе с тем, по мнению авторов, само наличие этой тенденции может обуславливать более сильную реакцию на негативные экологические факторы.

В определенной степени можно сказать, что восприятие среды как опасной, негативной может быть распространено с физических элементов на социальные. Ведь, как уже говорилось выше, среда, в которой функционирует личность, является сложным и в тоже время целостным образованием. Однако, связь между негативной оценкой физической и социальной среды, разумеется, не прямая. Она опосредована ощущением себя жертвой обстоятельств, формированием внешнего локуса контроля, «генерализованной тенденции жаловаться».

Второй тип отношения к населению города (поселка) при высоком и выше среднего уровне экологического стресса состоит в завышении положительных характеристик социальной среды в противовес негативным экологическим факторам («У нас действительно грязный город, но где еще вы найдете таких людей!»). На наш взгляд, это преувеличение позитивных характеристик социальной среды носит компенсаторный характер, оно помогает личности обрести необходимую для успешной социально-психологической адаптации позитивную оценку среды своей жизнедеятельности, позитивную социальную идентичность.

Таким образом, есть два типа эмоционального отношения к населению города (поселка), более выраженные у старшеклассников с высоким и выше среднего уровнем экологического стресса. Первый тип – занижение характеристик социальной среды, генерализация отрицательного отношения к внешней среде, как физической, так и социальной. Второй тип – компенсаторное завышение характеристик социальной среды по отношению к среде физической.

Третья группа показателей социально-психологической адаптации, на которые влияет экологический стресс, связана с отношением учащихся к будущему, к своей жизненной перспективе. К числу этих показателей можно отнести следующие:

- «Отношение к будущему» (методика «Незаконченные предложения»),
- «Планы на будущее» (стандартизированное интервью «Мои планы на будущее»),
- смысловые ориентации (методика Д.А. Леонтьева).
- «Интернальность» (показатель методики К. Роджерса и Р. Даймонда),

Если соотнести эти показатели с параметрами жизненной перспективы, предложенными Е. И. Головаха, то первый показатель – «Отношение к будущему» – характеризует **оптимистичность** жизненной перспективы, второй – «Планы на будущее» – ее **дифференцированность** [33, с. 18].

Третий показатель – смысложизненные ориентации – характеризует осмысленность жизни, т.е. степень и устойчивость направленности жизнедеятельности субъекта на определенный смысл [71, с.293], и, наконец, четвертый показатель – «Интернальность» – степень ответственности, которую личность возлагает на себя все происходящее и, в том числе, за свое будущее.

Результаты исследования показывают, что показатель экологического стресса вносит отрицательный вклад в показатели «Отношение к будущему» и СЖО, причем не только в группе «загрязненные территории», но и в группе «относительно чистые территории». Абсолютная величина бета-коэффициента показателя экологического стресса наиболее велика именно для показателей «Отношение к будущему» и смысложизненные ориентации. Таким образом, жизненная перспектива старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса является менее оптимистичной, а жизнь личности в меньшей степени соотносится со смыслообразующими мотивами, установками и ценностями. На наш взгляд, эти особенности жизненной перспективы старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса связаны с особенностями самосознания, с более низкой самооценкой и уровнем самопринятия.

Что же касается дифференцированности жизненной перспективы, то анализ интервью «Мои планы на будущее», результаты которого представлены в таблице № 16, показывает, что у значительной части старшеклассников с повышенными значениями показателя экологического стресса более, чем у остальных, выражена тенденция к тщательному планированию своего будущего на ближайшие годы. Выявленные различия статистически значимы (значение критерия хи-квадрат – 19,22; $df=2$; $p<0,01$).

Этот факт можно объяснить с разных позиций. Во-первых, тщательное планирование будущего у учащихся с меньшими значениями оптимистичности жизненной перспективы, вероятно, связано со

**Сформированность планов на будущее у старшеклассников с
различным уровнем экологического стресса (ЭС)
в группе «загрязненные территории»**

| Уровни сформированности планов на будущее | Удельный вес старшеклассников с различным уровнем сформированности планов на будущее в группах с различным уровнем ЭС | |
|---|---|------------------------------------|
| | Ниже среднего и средний уровень ЭС | Выше среднего и высокий уровень ЭС |
| Высокий уровень | 21,2 % | 32,1 % |
| Средний уровень | 62,7 % | 44,5 % |
| Низкий уровень | 16,1 % | 23,4 % |

стремлением избежать ожидаемого провала и носит адаптивный характер. Во-вторых, тщательное планирование будущего может быть связано с желанием поступить в вуз, уехать из загрязненной зоны. Это согласуется с результатами, полученными И. З. Кезиковой, которая обнаружила у старшеклассников, проживающих на территориях, загрязненных радиацией после аварии на ЧАЭС, более развитую любознательность, познавательную мотивацию, что автор связывает со стремлением этих старшеклассников поступить благодаря своим знаниям в вуз, «вырваться из круга жертв» (Кезикова, 2001).

Вместе с тем, представленные в таблице № 16 данные показывают, что и противоположная тенденция – нежелание думать о своем будущем, планировать его – также в большей степени характерна для старшеклассников с высоким и выше среднего уровнем экологического стресса, чем для всех остальных. Это можно объяснить стремлением старшеклассников, испытывающих сомнения в своей успешности, избежать, «отодвинуть на будущее» столкновение с информацией, вызывающей тревогу.

Наконец, показатель «Интернальность» также относится к тем, на которые показатель экологического стресса влияет в наибольшей степени. Это, на наш взгляд, вполне объяснимо. Негативные экологические факторы и их последствия лишь в очень небольшой степени могут контролироваться не только со стороны отдельной личности, но и со стороны групп людей, государственных органов. Попытки участия общественных организаций в контроле состояния экологической ситуации чаще всего натываются на сопротивление чиновников. Низкий уровень жизни большей части населения в зонах экологического неблагополучия не позволяет сменить место жительства, купить квартиру в другом населенном пункте, получить второе образование и сменить работу. Таким образом, травмирующая информация о негативных экологических факторах без реальной возможности что-либо изменить не только вызывает серьезный стресс, но и способствует потере чувства ответственности за все происходящее в их жизни, формирует «комплекс жертвы».

Таким образом, экологический стресс оказывает отрицательное влияние на жизненную перспективу старшеклассников в зонах экологического неблагополучия, снижая ее оптимистичность, уменьшая соотнесенность жизни личности со смыслообразующими мотивами, установками ценностями, а также ответственность личности за реализацию поставленных целей.

Итак, основная особенность процесса социально-психологической адаптации старшеклассников в зонах экологического неблагополучия состоит в том, что этот процесс происходит при повышенном (примерно у половины старшеклассников) уровне экологического стресса. Это накладывает свой отпечаток на отношение личности к себе, к другим и к своему будущему.

В относительно благоприятных экологических условиях повышенный уровень переживания экологического стресса влияет лишь на некоторые

показатели социально-психологической адаптации, относящиеся, в основном, к жизненной перспективе – «Отношение к будущему», смысложизненные ориентации.

Важным, на наш взгляд, является и то, что в группах с различной интенсивностью экологического стресса преобладают разные **типы реагирования на экологическую угрозу**. В группах со средним и ниже среднего уровнем в структуре субъективных реакций, составляющих экологический стресс, наиболее выражены информационные потребности, усилия к защите и политические требования (адаптивный тип реагирования на экологическую угрозу). В группах с высоким и выше среднего уровнем выявлен дезадаптивный тип реагирования, при котором наиболее выраженными являются эмоциональная обеспокоенность и реактивно-психотическая тенденция (см. рис. № 1, с.115).

Это можно объяснить следующим образом. Экологический стресс, как мы уже отмечали выше, может выполнять ряд позитивных функций: мобилизация усилий личности на защиту от действия негативных экологических факторов, мобилизация групп людей на активность, направленную на улучшение экологической ситуации в регионе. Однако экологический стресс выполняет свои функции только при среднем уровне интенсивности, связанном с адаптивным типом реагирования на экологическую угрозу. При высокой интенсивности он, как и любой стресс, превращается в фактор, затрудняющий адаптацию, снижающий качество жизни.

Многими социологами отмечено нежелание населения загрязненных территорий знакомиться с информацией об экологическом загрязнении, о деятельности «зеленых» организаций, участвовать в их акциях [140, с.92]. Традиционно это объясняют политической незрелостью населения, низким уровнем развития экологического сознания, тогда как, на наш взгляд, это связано, в первую очередь, с высокой стрессогенностью информации

относительно экологического загрязнения и проявлением защитных тенденций.

Мы проанализировали влияние ряда **факторов** на показатель экологического стресса, используя для этого регрессионную модель. Было выявлено, что наибольшее влияние на показатель экологического стресса оказывают такие переменные, как удовлетворенность условиями жизни, «Успеваемость», а также темпераментные и некоторые личностные переменные.

Показатель удовлетворенности условиями жизни вносит наибольший и отрицательный вклад в показатель экологического стресса. Если же проанализировать показатели корреляции отдельных оценок тех или иных социальных условий, из которых складывается этот показатель, с показателем экологического стресса, то наиболее сильные корреляционные связи обнаружены с оценками таких социальных условий, как «Деньги» и «Досуг, развлечения». Это позволяет предположить, что высокий уровень жизни, возможность полноценно восстанавливать здоровье, проводить досуг, иметь возможность получить платное образование играет для старшеклассников в зонах экологического неблагополучия роль буфера, снижающего уровень переживания экологического стресса. Не случайно наименьший удельный вес старшеклассников с повышенными значениями показателя экологического стресса был обнаружен в подгруппе ЗТ-4 (Магнитогорск), где среднее значение показателя удовлетворенности условиями жизни наибольшее.

Влияние характеристик темперамента на показатель экологического стресса вполне прогнозируемо. По мнению многих отечественных и зарубежных ученых (Strelay, 1995; Кочергина, 2000; Данилова, 1992; Вяткин, 1981) темперамент определяет реагирование организма на действие различных стрессоров. В нашем исследовании в результате использования регрессионной модели было выявлено влияние на уровень переживания

экологического стресса таких характеристик темперамента, как экстраверсия и ригидность. При этом экстраверсия отрицательно связана с показателем экологического стресса, а ригидность – положительно. Таким образом, наиболее сильно действие неблагоприятных экологических факторов переживают интровертированные и склонные к ригидным реакциям индивиды.

Среди личностных особенностей наибольшее влияние на показатель экологического стресса оказывают такие переменные, как O+, M+, F+, L+, Q2+, C-, MD-, I+. Опираясь на исследования А. Н. Капустиной, можно интерпретировать эти факторы, как относящиеся к двум блокам характеристик личности – эмоциональным и коммуникативным. Факторы O+, L+, M+, I+, MD-, C- образуют симптомокомплекс, характеризующий высокую чувствительность, интуитивность, впечатлительность, определенное недовольство собой, гибкость и пластичность эмоциональных переживаний и направленность на свой внутренний мир; этот фактор второго порядка был назван А. Н. Капустиной «фактором чувствительности». Факторы F+ и Q2+ относятся к коммуникативным характеристикам личности и характеризуют неконформность, экспрессивность, эмоциональную яркость общения. По мнению А. Н. Капустиной, эти факторы относятся к такому фактору второго порядка в блоке коммуникативных качеств, как «независимость–покорность» (Капустина, 2001). Итак, наиболее сильно действие неблагоприятных экологических факторов переживают юноши и девушки, характеризующиеся высокой чувствительностью и независимостью в поведении.

Отметим также, что показатель «Успеваемость» также влияет на уровень переживания экологического стресса, причем связан с ним положительно (бета-коэффициент равен 0,088). Таким образом, учащиеся с более высокой успеваемостью в большей степени переживают экологический стресс.

Мы уже отмечали влияние гендерного фактора, который не был учтен в регрессионной модели из-за невозможности выразить его в метрической шкале. Среди старшеклассников группы «загрязненные территории», у которых были выявлены повышенные значения показателя экологического стресса, 66,89 % составляют девушки, а среди тех, у кого показатель экологического стресса ниже среднего, напротив, большую часть (68,33 %) составляют юноши. Это согласуется с имеющимися в литературе данными о большей выраженности реакций на негативные экологические факторы у женщин [5; 22; 35; 160]. Некоторые авторы объясняют это повышенной стрессированностью женщин как социальной группы, возникающей вследствие физической и ролевой перегрузки [5, с. 10]. Однако результаты нашего исследования ставят под сомнение этот подход к интерпретации данного явления. Девушки 15-16 лет еще не испытывают физической и ролевой перегрузки, однако, уже демонстрируют более выраженные реакции на негативные экологические факторы. На наш взгляд, это можно связать с тем, что вследствие распространенных в обществе гендерных стереотипов женщины в большей степени склонны тревожиться и беспокоиться, а мужчины в большей степени склонны к отрицанию опасности. У женщин более высокий уровень воспринимаемого стресса, больше выражены симптомы посттравматического стрессового расстройства в случаях экстремальных ситуаций (Weekes, MacLean, Buger, 2005; Zivotofsky, Voslowsky, 2005). По имеющимся в литературе данным, уже девочки-подростки чаще мальчиков демонстрируют депрессивные и тревожные реакции на действие экстремальных ситуаций (Compas, Hammen, 1994).

Возможно также, что девушки в этом возрасте больше, чем юноши, осознают себя в будущей родительской роли, больше думают о здоровье будущих детей. Не случайно, страх рождения в будущем больных детей является одним из самых выраженных в подгруппах ЗТ-1(ТЗР) и ЗТ-2 (Карабаш).

Отметим, что показатель «Отношение к семье» не влияет статистически значимо на показатель экологического стресса, хотя вносит наибольший вклад практически во все показатели социально-психологической адаптации как в группе «загрязненные территории» в целом, так и в каждой из ее подгрупп. Это позволяет предположить, что позитивное отношение к своей семье, хотя и не снижает переживание экологического стресса, но является важным ресурсом, позволяющим личности успешно адаптироваться в социуме, поддерживающим ее самооценку и уровень самопринятия несмотря на действие стресса. Это вполне согласуется с представлением о семье как о первичной группе, в которой происходит первичная социализация ребенка, формируются его представление о себе и стратегии адаптации в обществе (Wallerstaine, 1988). Кроме того, семья является важнейшим источником социальной поддержки (Холмогорова, 2003; Wheaton, 1982; Brogh, O'Driscoll, Kollith, 2005).

Можно сгруппировать факторы, влияющие на интенсивность экологического стресса и характер его воздействия на социально-психологическую адаптацию старшеклассников:

1. демографические (пол),
2. индивидуальные (темпераментные и личностные особенности, академическая успешность),
3. групповые (оценка семьи, удовлетворенность условиями жизни),
4. ситуационные (количество публикаций в прессе об экологической ситуации в данном населенном пункте).

Соотношение влияния этих факторов различно в разных зонах экологического неблагополучия и зависит от специфики социальной и экологической ситуации. В подгруппах ЗТ-2 (Карабаш, зона экологического бедствия) и ЗТ-3 (Златоуст, зона наиболее сильного социального кризиса) отмечается влияние наименьшего количества индивидуальных переменных на интенсивность экологического стресса, а наибольший вклад в показатель

экологического стресса вносит показатель удовлетворенности условиями жизни.

Теперь обратимся к возможным подходам к объяснению выявленных нами особенностей социально-психологической адаптации.

Первый подход исходит из представления о стрессе как о факторе, влияющем на психическую и социально-психологическую адаптацию индивида. Стресс может в таком случае рассматриваться как процесс, разворачивающийся вследствие несоответствия действия стрессора оцениваемым адаптационным возможностям личности, который при определенных условиях может вызвать истощение ресурсов адаптации (Селье, 1982; Александровский, 1993; Березин, 1888; Панин, 1983; Gleser, Green, Winget, 1981 и др.). При таком подходе любой стресс может рассматриваться как самостоятельно действующий на личность или как дополнительный стресс, присоединяющийся к уже имеющимся, что усиливает риск дезадаптации. Подобный подход был использован психиатрами D. Brown и E. Fromm в предложенной ими «модели накопленных рисков»; а в исследовании Т. М. McIntyre и М. Venture он был использован при объяснении этиологии военной травмы, хотя с некоторой корректировкой – введением личностных и социально-демографических переменных (семья, ценности), ограничивающих кумулятивное воздействие стрессов (McIntyre, Venture, 2003).

При таком подходе экологический стресс также может рассматриваться как фактор, составляющий дополнительную нагрузку на адаптационные механизмы, истощающий адаптационные возможности личности. Учитывая, что экологический стресс более выражен у женщин, малообеспеченных людей, т.е. наиболее стрессированных категорий населения [5], можно предположить, что он является дополнительным стрессом, усиливающим кумулятивное воздействие стрессов.

Результаты нашего исследования могут быть интерпретированы с позиций такого подхода. Действительно, старшеклассники с высоким и выше среднего уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия статистически значимо отличаются от остальных по ряду показателей социально-психологической адаптации, связанных с отношением к себе, к другим, к своему будущему.

В качестве фактора, снижающего интенсивность экологического стресса, выступает удовлетворенность условиями жизни, т.е. переменная, отражающая интенсивность стрессов социального окружения. Высокий уровень жизни, возможность полноценно восстанавливать здоровье, проводить досуг, иметь возможность получить платное образование снижают выраженность социального стресса. Именно поэтому удовлетворенность условиями жизни играет для старшеклассников в зонах экологического неблагополучия роль буфера, снижающего интенсивность переживания экологического стресса. Не случайно наименьший удельный вес старшеклассников с повышенными значениями показателя экологического стресса был обнаружен в подгруппе ЗТ-4 (Магнитогорск), где среднее значение показателя удовлетворенности условиями жизни наибольшее среди всех подгрупп «загрязненные территории». Это, в целом, подтверждает мысль о том, что экологический стресс можно рассматривать как дополнительный стресс, присоединяющийся к другим видам социального стресса.

С этим согласуется и то, что фактором, не влияющим на интенсивность экологического стресса, но противостоящим его влиянию на показатели адаптации, является позитивная оценка семьи, т.е. переменная, отражающая уровень социальной поддержки микросреды, играющей протективную роль в процессе адаптации к любому стрессу.

Такие переменные, как «Количество публикаций» и «Успеваемость» связаны с информированностью личности об экологической угрозе, т.е.

степенью ее взаимодействия со стрессорами, вызывающими экологический стресс. Хорошо успевающие учащиеся больше читают и имеют возможность познакомиться с информацией об экологическом неблагополучии, а наличие публикаций в прессе по поводу экологического неблагополучия создает возможность для такого ознакомления.

Тот факт, что темпераментные переменные, и в первую очередь, экстраверсия и ригидность, вносят существенный вклад в интенсивность экологического стресса и его влияние на показатели адаптации тоже говорит об адекватности «модели накопленных рисков» для интерпретации выявленных нами различий. По мнению большинства исследователей, темперамент является промежуточной переменной, определяющей силу и характер реагирования на стрессовые воздействия (Н. Н. Данилова, Б. А. Вяткин, J. Strelau).

Второй подход к объяснению выявленных нами различий в социально-психологической адаптации между группами, различающимися по уровню экологического стресса, исходит из представления о сопротивляемости человека по отношению к действию неблагоприятных факторов. Сопротивляемость понимается в современной психологической литературе как способность развиваться нормально несмотря на критические события, тяжелые условия жизни (Nettles, Pleck, 1994 и др.).

Одни субъекты могут развиваться нормально в той среде, в которой другие имеют трудности адаптации. Возвращаясь к экологическому стрессу, мы можем предположить, что люди, обладающие определенными особенностями (темпераментными, личностными, социальными) не обладают достаточной сопротивляемостью и склонны давать отрицательные оценки и выраженные реакции на любые внешние воздействия. Именно поэтому они замечают неблагоприятные факторы окружающей среды и переживают их присутствие, возможность угрозы для здоровья, т.е. ощущают экологический стресс.

Результаты нашего исследования могут быть интерпретированы и с позиций этого подхода. Мы уже отмечали, что наиболее сильно действие неблагоприятных экологических факторов переживают интровертированные и склонные к ригидным реакциям индивиды. Среди личностных факторов наибольшее влияние на показатель экологического стресса оказывают такие переменные, как O+, M+, C-, F+, L+, Q2+, I+, т. е. наиболее сильно действие неблагоприятных экологических факторов переживают юноши и девушки, характеризующиеся высокой чувствительностью, интровертированностью и независимостью в поведении. Возможно, что эти черты делают их восприимчивыми к любому негативному фактору среды, а это, в свою очередь, затрудняет процесс социально-психологической адаптации.

Отрицательная связь между показателем экологического стресса удовлетворенностью условиями жизни также может быть интерпретирована как склонность определенных индивидов жаловаться, быть недовольными как социальными, так и экологическими условиями жизни.

Однако против последнего довода могут быть выдвинуты следующие соображения. Высокий и выше среднего уровни экологического стресса были выявлены у достаточно большой доли старшеклассников, проживающих в условиях экологического неблагополучия, от 38,1 % (Магнитогорск) до 64,7% (Карабаш), так что это трудно объяснить только повышенной чувствительностью и недостаточной сопротивляемостью.

Наконец, тенденция жаловаться и быть недовольным проявляется далеко не ко всем компонентам среды у старшеклассников с высоким и выше среднего уровнями экологического стресса. Так, по отношению к семье, социальному окружению на уровне города, поселка именно у этих старшеклассников более, чем у других, выражена тенденция к завышению позитивных характеристик социальной среды.

Скорее всего, оба подхода не столько противоречат друг другу, сколько дополняют друг друга. Мы рассматриваем экологический стресс как фактор, составляющий дополнительную нагрузку на адаптационные ресурсы личности и влияющий на социально-психологическую адаптацию старшеклассников, т.е. используем «модель накопленных рисков». Но, подобно Т. М. McIntyre и М. Venture [210] мы используем эту модель с некоторой корректировкой – введением индивидуальных и социально-демографических переменных, влияющих на сопротивляемость личности по отношению к экологическому стрессу.

Итак, результаты эмпирического исследования позволяют сделать следующие выводы:

- учащиеся старших классов, проживающие в зонах экологического неблагополучия, переживают экологический стресс. Около половины старшеклассников в условиях экологического неблагополучия переживают экологический стресс на повышенном уровне (высокий и выше среднего уровень).
- экологический стресс в зонах экологического неблагополучия является важным фактором, влияющим на социально-психологическую адаптацию старшеклассников. Это влияние касается их отношения к себе, к другим, к своему будущему.
- в зонах экологического неблагополучия переживание экологического стресса на повышенном уровне снижает самооценку и уровень самопринятия старшеклассников.
- у старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия выявлены негативные установки по отношению к одноклассникам.
- для старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия характерно компенсаторное завышение оценки семьи. Кроме того, они чаще дают как низкие, так

высокие оценки населению своего города или поселка, чем учащиеся со средним и ниже среднего уровнем экологического стресса.

- переживание старшеклассниками экологического стресса на повышенном уровне снижает оптимистичность их жизненной перспективы, ответственность за свое будущее, соотнесенность жизни со смыслообразующими мотивами, установками, ценностями.
- наблюдается два типа реагирования старшеклассников на экологическую угрозу. У испытуемых со средним и ниже среднего уровнем экологического стресса наиболее выражены потребность в получении информации об экологической ситуации, стремление к защите от действия негативных экологических факторов, готовность к политическим акциям (адаптивный тип реагирования). У испытуемых с высоким и выше среднего уровнем наиболее выраженными являются эмоциональная обеспокоенность и реактивно-психотическая тенденция (дезадаптивный тип реагирования).
- экологический стресс выполняет ряд позитивных функций, но при высокой интенсивности он становится фактором, составляющим дополнительную нагрузку на адаптивные ресурсы личности и препятствующим успешной социально-психологической адаптации.
- выявлены факторы, влияющие на интенсивность экологического стресса и характер его воздействия на социально-психологическую адаптацию старшеклассников: демографические (пол), индивидуальные (темпераментные и личностные особенности, академическая успешность), групповые (оценка семьи, удовлетворенность условиями жизни), ситуационные (количество публикаций в прессе об экологической ситуации в данном населенном пункте).
- соотношение влияния этих факторов различно в разных зонах экологического неблагополучия и зависит от особенностей социально-экономической и экологической ситуации в населенном пункте.

3.3. Методы оказания психологической помощи старшеклассникам в зонах экологического неблагополучия (на примере работы Центра социально-психологической адаптации старшеклассников)

Анализ имеющихся в литературе данных говорит о том, что проживание в кризисных экологических условиях оказывает неблагоприятное влияние на психическую и социально-психологическую адаптацию человека. Результаты проведенного нами исследования показывают, что переживание старшеклассниками экологического стресса на уровне высоком и выше среднего приводит к негативным изменениям отношения к себе, к другим, к своему будущему. Все вышесказанное делает актуальной разработку различных моделей организации и способов оказания психологической помощи населению, проживающему в кризисных экологических условиях, особенно подросткам и юношеству.

Такие модели были созданы на территориях, подвергшихся радиационному загрязнению вследствие аварии на Чернобыльской АЭС.

Одна из таких моделей апробирована в Брянской области, где была создана Служба психолого-педагогической помощи детям и подросткам, включающая как областной центр социально-психологической службы, так и территориальные подразделения. Важнейшим звеном является школьная психологическая служба. Приоритетными направлениями в работе службы являются: изучение и формирование социально-психологического статуса личности ребенка и взрослого человека; исследование причин отклонений в развитии несовершеннолетних; определение путей реабилитации и ресоциализации; подготовка подростков и юношества к самостоятельной жизни, решению личностных проблем. Служба создана на государственных началах, как единая, вневедомственная структура (Ткаченко, 1997).

Другой вариант разработан в Калужской области, где был создан Областной реабилитационный Центр, являющийся образовательным

учреждением для детей-сирот или оставшихся без попечения, но ставящий перед собой задачи реабилитации, связанные с тем, что контингент детей является повышенно уязвимым вследствие проживания в зонах радиационного поражения. Рассматривая реабилитацию как создание оптимальных условий развития детей и подростков с учетом их повышенной физической и психической уязвимости в связи с проживанием на территориях, загрязненных радиацией, сотрудники Центра видят свои задачи в психологической, педагогической, медицинской и социальной реабилитации детей и подростков. Для этого используются щадящий режим обучения, специальная организация питания, досуговой деятельности, а также психокоррекционная, лечебно-оздоровительная работа. Главным средством психологической реабилитации является создание поддерживающей среды, в которой воспитанник чувствует свою значимость, личностную активность. В тренинговой работе основной акцент делается на развитие межличностных отношений, выработку конструктивных способов взаимодействия посредством ролевых игр (Храбров, 1999).

В программе психотерапевтической реабилитации детей и подростков, пострадавших вследствие аварии на ЧАЭС, предложенной С. А. Игумновым, в качестве главного средства реабилитации рассматривается формирование активного, проблемно-разрешающего поведения у детей, подростков и членов их семей. Для этого используются различные варианты психотерапевтического тренинга (тренинг разрешения проблем, тренинг коммуникативных навыков), семейная психотерапия. Для детей и подростков с клинически выраженными психическими и поведенческими расстройствами организуются специфические коррекционные мероприятия (Игумнов, 2001).

В предлагаемом нами варианте психологической помощи учащимся, проживающим в условиях экологического неблагополучия, организационной основой является Центр социально-психологической адаптации

старшеклассников, работающий непосредственно в школе. Деятельность Центра строится на основе изучения экологического стресса, исследования его связей с показателями социально-психологической адаптации, выявления индивидуальных трудностей адаптации, организации соответствующей психолого-педагогической помощи.

Этот вариант оказания психологической помощи юношеству был апробирован в 2006-2007 гг. в двух средних общеобразовательных школах, расположенных на экологически неблагоприятных территориях. Первая из них – МОУ «Муслюмовская средняя общеобразовательная школа» – находится в селе Муслюмово, в зоне наибольшего радиационного загрязнения на Южном Урале. Вторая – МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 33 г. Челябинска» – расположена в пределах 2 км от Челябинского металлургического комбината. Таким образом, работа Центра была апробирована нами как в зоне радиационного, так и в зоне химического загрязнения.

Кроме того, мы выбрали школы, учащиеся которых находятся в различной социальной ситуации. В селе Муслюмово в 2007-2008 гг. производится плановое переселение жителей из долины реки Течи в село Новомуслюмово или в любой другой населенный пункт по желанию жителей, для чего каждой семье была предоставлена возможность получения денежной компенсации. Перспектива переезда, разрыва сложившихся социальных связей, трудности решения жилищной проблемы создали достаточно высокий социальный стресс в дополнение к экологическому. Наконец, после того, как последствия деятельности ПО «Маяк» в 1950-е гг. и аварии 1957 г. стали достоянием гласности, экологическая ситуация в селе в течение ряда лет была предметом активного обсуждения в прессе, которое часто велось без достаточной корректности и соблюдения чувства меры. Все это, а также низкий уровень жизни, высокая безработица, привели к

возникновению достаточно высокого уровня социальной напряженности в селе, что было выявлено в ходе социологических исследований [25, с.11].

В МОУ СОШ № 33 г. Челябинска старшеклассники находятся в более стабильной социальной ситуации. Большинство родителей учащихся работают на ЧМК, стабильно работающем предприятии с высоким относительно среднего по городу уровнем заработной платы. Однако, как и во всех зонах с химическим загрязнением среды, на территории, расположенной в непосредственной близости от предприятия, уровень жизни невелик, т.к. наиболее обеспеченные семьи стараются переезжать подальше от источника загрязнения. Удельный вес родителей с высшим образованием также невелик. Количество неблагополучных семей, напротив, больше, чем в среднем по району.

Цель деятельности Центра социально-психологической адаптации в этих школах – повышение адаптивного потенциала юношей и девушек, проживающих в условиях экологического неблагополучия, и особенно тех, кто переживает экологический и социальный стресс на уровне высокий и выше среднего, оказание им содействия в процессе социально-психологической адаптации.

Теоретической основой деятельности Центра социально-психологической адаптации старшеклассников явились развитые в первой главе теоретические представления о социально-психологической адаптации, об адаптивном потенциале личности.

Опираясь на работы отечественных исследователей (А. А. Реан, Н. Н. Мельникова, Н. С. Хрусталева), мы рассматривали социально-психологическую адаптацию как процесс активного взаимодействия личности и социальной среды, возникающий вследствие несогласованности их ценностей, установок, целей, в ходе которого могут достигаться как цели, связанные с достижением приспособленности личности к социальной среде, так и цели, связанные с самореализацией личности в данной социальной

среде и ее активным воздействием на среду. Мы учитывали, что в ходе социально-психологической адаптации происходят разноуровневые изменения личности, начиная от стереотипов поведения до самосознания личности (Е. К. Завьялова, А. А. Налчаджян, Л. И. Анцыферова, Т. Б. Карцева и др.). Поставив в качестве цели развитие **адаптивного потенциала** личности, мы вслед за Е. К. Завьяловой, К. А. Абульхановой-Славской включали в него как врожденные, так и приобретенные качества, весь арсенал форм поведения, имеющихся в прошлом опыте, а также способность осознания своего личностного ресурса и создания на этой основе целостной линии поведения и жизненного сценария в целом.

Проблема повышения адаптивного потенциала личности к действию стресса в психологической литературе пока далека от своего разрешения.

В литературе анализируются различные теоретические и практические подходы к оказанию психологической помощи людям, переживающим или пережившим стресс (военный стресс, стресс пребывания в экстремальных ситуациях, стресс на работе). D. S. Paulson к числу таких подходов относит психиатрический, психодинамический, бихевиорально-когнитивный подходы, а также социальное научение и системную семейную терапию (Paulson, 2003).

В литературе отмечаются также такие практические подходы как расширение сети социальной поддержки, создание условий для приобретения личностью опыта успешного разрешения проблемных ситуаций и развития уверенности в своей самоэффективности (Bandura, 2005), участие в тренингах управления стрессом, уверенности и личностного роста (Stefansdottin, Sutherland, 2005; Nickel et al., 2005).

Получение индивидом опыта позитивного разрешения проблемных ситуаций, позитивные оценки со стороны значимого окружения, развитие мотивации, связанной с переживанием успеха, ведут к усилению у индивида убеждения в своей самоэффективности (Bandura, 2005), а это, в свою

очередь, делает его более устойчивым к действию большинства стрессоров (Jerusalem, Mittag, 2005). В отечественной педагогике и психологии также давно известна роль «ситуаций успеха» для развития позитивной самооценки, формирования учебной мотивации даже у слабоуспевающих школьников, высокострессированных и дезадаптированных в ситуациях школьного взаимодействия [121].

Возможности использования тренинговой работы для повышения ресурсов адаптации у людей, испытывающих или испытывавших стресс, является достаточно спорным. Высказано мнение о том, что социально-психологический тренинг позволяет развить у участников лишь коммуникативные умения и навыки (Петровская, 1982). Это, разумеется, важный ресурс социально-психологической адаптации, однако, существуют данные о том, что с помощью тренинговой работы можно развить и другие компоненты адаптивного потенциала личности. Так, в исследовании, проведенном S. I. Stefansdottin и V. J. Sutherland, «тренинг управления стрессом» позволил существенно снизить уровень воспринимаемого стресса и повысить удовлетворенность деятельностью у работников образования [228, p.318]. Тренинг включал диагностику и анализ особенностей личности, коммуникативных стилей, стратегий копинга, преимущественно используемых участниками, обучение их осознанному использованию в наиболее типичных стрессовых ситуациях, возникающих в преподавательской деятельности и общении с коллегами и администрацией.

Подобный подход был реализован и С. Nickel et all в работе с агрессивными подростками, испытывавшими высокий уровень социального стресса. В тренинговой работе были использованы такие методы, как обучение мышечной релаксации, обучение контролю гнева и импульсивного поведения. В результате был снижен уровень инструментальной агрессии, уменьшилось количество агрессивных реакций в поведении [231].

В отечественной психологии с подростками, оказавшимися в экстремальных ситуациях, в том числе экологических, использовались такие формы работы как социально-психологический тренинг, групповая и индивидуальная психотерапия (Храбров, 1999), тренинг принятия решений, направленный на развитие проблемно-ориентированных стратегий копинга (Игумнов, 2001), занятия по развитию когнитивных функций и консультативная работа с подростками (Ткаченко, 1997), корректировка учебных планов и использование особого охранительного режима (Храбров, 1999).

В предлагаемом нами варианте целью деятельности Центра социально-психологической адаптации старшеклассников явилось повышение адаптивного потенциала юношей и девушек, проживающих в условиях экологического неблагополучия, и особенно тех, кто переживает экологический стресс на уровне высокий и выше среднего, оказание им содействия в процессе социально-психологической адаптации.

Исходя из этого, были определены следующие **задачи Центра:**

1. Изучение уровня переживания учащимися экологического стресса, особенностей их социально-психологической адаптации, выявление индивидуальных трудностей и ресурсов социально-психологической адаптации.
2. Развитие ресурсов социально-психологической адаптации:
 - развитие дифференцированности, когнитивной оснащенности образа «Я», позитивной и дифференцированной самооценки,
 - содействие самоопределению личности в социальной среде (принятию прошлого, планированию будущего, осознанию себя как члена различных групп),
 - развитие коммуникативных навыков, осознание и использование механизмов понимания партнера по общению,
 - обучение различным стратегиям поведения в трудных, стрессовых

ситуациях.

3. Формирование реалистического представления об экологической ситуации в месте проживания и способах защиты от действия негативных экологических факторов:

- предоставление учащимся достоверной информации об экологической ситуации в месте их проживания,
- обучение конкретным способам защиты от экологической опасности,
- преодоление специфических страхов, травмирующих представлений, связанных с проживанием в загрязненной среде.

Для решения этих задач были определены следующие **направления в работе Центра:** диагностическая, консультативная, тренинговая, просветительская работа.

Диагностическая работа включала в себя изучение уровня экологического стресса, индивидуальных особенностей социально-психологической адаптации у старшеклассников. Особенно важным являлось выявление не только трудностей, но и ресурсов социально-психологической адаптации. В работе Центра ребята участвовали добровольно. В общей сложности в работе приняли участие 35 учащихся из МОУ № 33 города Челябинска и 26 учащихся из Муслюмовской средней школы.

В основе **тренинговой работы**, направленной на повышение адаптивного потенциала учащихся, развитие самосознания и самоопределения в социальной среде, лежал тренинг личностного роста. Такой выбор обусловлен тем, что одной из главных задач этого вида тренинга является достижение более глубокого уровня самопонимания и самопринятия (Прутченков, 1995). Это представлялось нам особенно важным, т.к. в результате проведенного нами исследования было выявлено, что одной из главных особенностей адаптации у ребят с повышенными значениями экологического стресса является более низкий уровень

самопринятия, заниженная самооценка. Это связано и с такими тенденциями, как понижение принятия других, интернальности.

В тренинговой группе происходит постоянное самопознание личности посредством восприятия себя через соотнесение себя с другим, через восприятие себя другими, через результаты собственной деятельности, через наблюдение собственных внутренних состояний. Человек учится понимать и принимать себя таким, каким он есть сегодня [111, с. 5-6].

Кроме того, мы включили в программу групповой работы элементы тренинга развития самосознания, разработанного екатеринбургскими исследователями (Гаджиева, 1998). Это позволило более глубоко сосредоточиться на темах, связанных с принятием образа «Я», повышением его когнитивной сложности, развитием дифференцированной самооценки, что является одной из важных сторон успешной адаптации.

Мы также включили в программу тренинга занятия, посвященные анализу поведения участников в трудных, стрессовых ситуациях, требующих интенсивной адаптации. При этом мы анализировали различные стратегии копинга – ориентированные как на решение проблемы, так и на изменение собственных реакций.

Большее внимание, чем в обычном тренинге личностного роста, мы уделили и планированию учащимися своего жизненного пути, своего будущего в заключительной части тренинга. Это связано с тем, что в ходе нашего исследования у ребят с повышенными значениями экологического стресса были выявлены более низкая оценка своего будущего и большая тревога по поводу его планирования.

Консультативная работа с учащимися была направлена на решение проблем, связанных со страхами, неуверенностью, негативными эмоциями, связанными с взаимодействием со сверстниками, педагогами, родителями.

Особенно отметим работу, связанную с преодолением **специфических страхов**, связанных с экологическим загрязнением. Особенно актуальна была

эта работа в Муслимовской средней школе, где у двух девушек был выявлен страх неизлечимых заболеваний (рак), у трех – страх рождения в будущем больных детей, и у двух – страх, связанный с визуальными образами радиации и загрязненной радиацией планете. Из этих семи девушек шесть связывали начало возникновения страха с теми ситуациями, когда они впервые узнали о возможных рисках проживания на загрязненных радиацией территориях от родителей. Работа с этими страхами осуществлялась в когнитивной парадигме, с использованием таких методов, как систематическая десенсибилизация, когнитивное моделирование, ослабление травмирующего инцидента, выявление и изменение ограничивающих убеждений.

В консультативной работе с учащимися также обсуждались проблемы, связанные с выбором профессии, с анализом жизненных целей.

Консультативная работа с педагогами и родителями была направлена на оказание им содействия в оптимизации воспитания с учетом выявленных особенностей социально-психологической адаптации старшеклассников. В консультативной работе с педагогами обсуждались вопросы, связанные с методами развития у учащихся уверенности в себе, формирования дифференцированной и позитивной самооценки. Психологическое консультирование родителей было направлено на повышение потенциала семьи как источника социальной поддержки для старшеклассников, оптимизацию взаимоотношений между родителями и детьми, способам формирования уверенности и позитивной самооценки у старшеклассников.

Третье направление – **просветительская работа** – включало работу с педагогами и учащимися. Проведение семинаров для педагогов, посвященных способам создания ситуаций успеха, использованию позитивных прогнозов, обучению учащихся дифференцированному

самоанализу сделанного явилось важной частью работы, направленной на развитие самопринятия у учащихся и снижение защитных тенденций.

В просветительской работе с учащимися решались задачи предоставления достоверной информации об экологическом загрязнении, обучения эффективным способам самозащиты. Эти задачи решались в ходе просветительских бесед, проводимых совместно с медицинскими работниками.

Отметим, что эти беседы проводились в середине учебного года, и только после того, как учащиеся сами выражали интерес к обсуждению проблем экологии. В обеих школах, где была апробирована работа Центра, участники тренинговой работы предложили обсуждение экологической ситуации в числе тех «трудных» ситуаций, с которыми приходится сталкиваться учащимся и которые обсуждались в ходе тренинга.

Известно, что информирование населения загрязненных территорий об экологической ситуации в районе проживания затрудняется недоверием населения информации, поступающей из самых различных источников, нежеланием знакомиться с этой информацией. На наш взгляд, информирование должно основываться, в первую очередь, на принципах психологической безопасности личности, которые активно изучаются в современной психологии (Баева, 2007).

Наш опыт работы показывает, что работа по информированию учащейся молодежи станет более эффективной, если:

- информированию будет предшествовать установление длительного контакта с лицом, предоставляющим информацию или приглашающим соответствующего специалиста,
- предоставление информации будет ориентировано в первую очередь на формирование адаптивного типа реагирования на негативные экологические факторы, включающего усилия к защите, информационные потребности, политические требования.

- информированию будет сопутствовать психологическое сопровождение, включающее работу, направленную на развитие у учащихся самопринятия, позитивной самооценки, стратегий совладания с трудными ситуациями.

Для того чтобы оценить результативность работы Центров социально-психологической адаптации, была проведена повторная диагностика социально-психологической адаптации старшеклассников, принимавших участие в этой работе и составивших экспериментальную группу (35 человек в МОУ № 33 и 26 человек в МОУ «Муслимовская СОШ»). Для этого были использованы «Опросник экологического стресса», методика К. Роджерса и Р. Даймонда, тест смысложизненных ориентаций, интервью «Мои планы на будущее», методика М. Куна «Кто Я?». Повторная диагностика была проведена спустя 6 недель после окончания работы, в конце июня 2007 г.

Контрольную группу составили старшеклассники из г. Карабаша и поселка Кунашак, где аналогичное исследование было проведено в начале и в конце 2005-2006 учебного года.

Результаты исследования экологического стресса у старшеклассников в начале и конце учебного года представлены в таблице № 17. Представленные в ней данные показывают, что в экспериментальной группе соотношение изменилось в пользу группы со средним уровнем экологического стресса, удельный вес групп с высоким и выше среднего уровнем, а также с уровнем

Таблица № 17

**Процентное соотношение групп с различным уровнем
экологического стресса по результатам начальной и итоговой
диагностики**

| Уровни ЭС | Экспериментальная группа | | Контрольная группа | |
|---------------|--------------------------|----------------------|-----------------------|----------------------|
| | Начальная диагностика | Итоговая диагностика | Начальная диагностика | Итоговая диагностика |
| Ниже среднего | 4,91% | 3,28 % | 15,15 % | 12,12 % |
| Средний | 21,31% | 44,26 % | 22,72 % | 28,78 % |
| Выше среднего | 60,67% | 47,54 % | 46,96 % | 45,45 % |
| Высокий | 13,11 | 4,91 | 15,15 | 13,63 |

ниже среднего сократился. В контрольной группе соотношение групп изменилось незначительно. Эти результаты отражены в рисунках № 2 и № 3.

Рисунок № 2

Процентное соотношение групп с различным уровнем экологического стресса по результатам начальной и итоговой диагностики (экспериментальная группа)

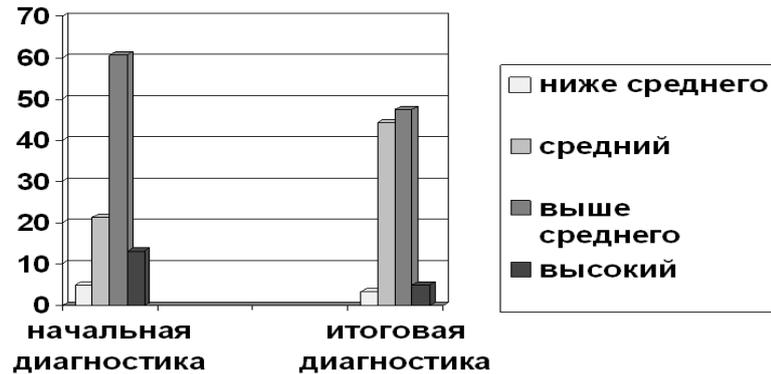
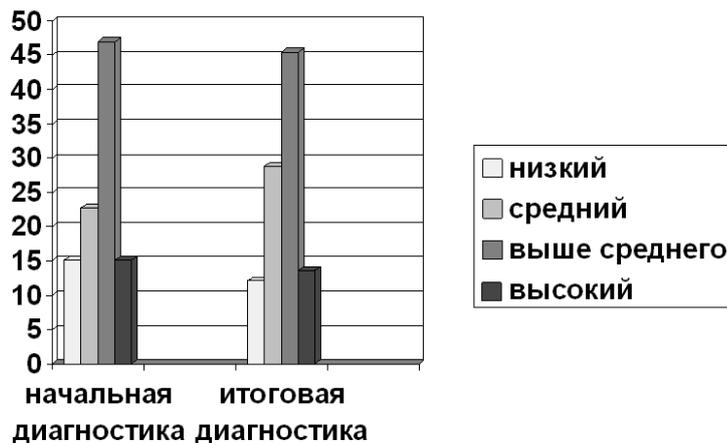


Рисунок № 3

Процентное соотношение групп с различным уровнем экологического стресса по результатам начальной и итоговой диагностики (контрольная группа)



Что же касается показателей социально-психологической адаптации, то приведенные в таблице № 18 данные показывают, что достоверные различия средних значений начальной и итоговой диагностики были выявлены по таким показателям, как «Самопринятие», «Интернальность», смысложизненные ориентации, «Эмоциональная комфортность», «Адаптивность». По показателю «Принятие других» значимых изменений не

Таблица № 18

Средние значения показателей адаптации, полученные в ходе начальной и итоговой диагностики

| Показатели адаптации | Начальная диагностика | Итоговая диагностика | t-критерий | P |
|---------------------------------|-----------------------|----------------------|------------------|-----------------|
| Экспериментальная группа | | | | |
| Адаптация | 58,60656 | 67,73770 | -3,79111* | 0,000236 |
| Самопринятие | 69,31148 | 81,29508 | -5,02785* | 0,000002 |
| Принятие других | 68,16393 | 77,21311 | -5,71990 | 0,000000 |
| Эмоциональная комфортность | 61,37705 | 73,39344 | -5,60219* | 0,000000 |
| Интернальность | 58,95082 | 76,50820 | -6,38596* | 0,000000 |
| Стремление к доминированию | 58,55738 | 73,50820 | -7,31759 | 0,000000 |
| СЖО | 88,95082 | 102,6557 | -7,08503* | 0,000000 |
| ПЛС | 85,49180 | 88,72131 | -2,21286* | 0,028799 |
| Контрольная группа | | | | |
| Адаптация | 59,88889 | 63,84127 | -2,56080* | 0,011642 |
| Самопринятие | 73,55556 | 74,47619 | -0,491915 | 0,623649 |
| Принятие других | 64,07937 | 66,06349 | -1,16724 | 0,245355 |
| Эмоциональная комфортность | 60,36508 | 65,71429 | -2,53127* | 0,012615 |
| Интернальность | 61,85714 | 64,87302 | -1,64891 | 0,101698 |
| Стремление к доминированию | 56,41270 | 57,61905 | -0,623241 | 0,534271 |
| СЖО | 83,63492 | 86,74603 | -1,71763 | 0,088360 |
| ПЛС | 76,31746 | 79,95238 | -1,03570 | 0,302360 |

Значком * и жирным шрифтом отмечены статистически значимые значения t-критерия в случае гомогенности дисперсий, проверяемой по F-критерию.

выявлено.

Таким образом, основное направление произошедших изменений связано с развитием у старшеклассников самопринятия, оптимистичной жизненной перспективы и с ростом ответственности за свою жизнь. С этим согласуется и то, что у 75,4 % старшеклассников, участвовавших в работе Центра в обеих школах, в конце учебного года был выявлен и высокий уровень сформированности планов на будущее.

В контрольной группе средние значения показателей социально-психологической адаптации изменились в меньшей степени, уровня статистической значимости достигли изменения только двух показателей – «Эмоциональная комфортность» и «Адаптация».

Таким образом, в результате проведения со старшеклассниками, переживающими экологический стресс, тренинга личностного роста, индивидуального консультирования, адекватного информирования об экологической ситуации у них возрастает уровень самопринятия, возрастает оптимистичность жизненной перспективы и сформированность планов на будущее.

Итак, работа предложенного нами варианта Центра социально-психологической адаптации старшеклассников не только способствует уменьшению доли ребят с повышенными значениями экологического стресса, но и содействует развитию самопринятия и самоопределения, успешной адаптации юношества в условиях экологического неблагополучия.

Выводы по главе 3:

1. Учащиеся старших классов, проживающие в зонах экологического неблагополучия, переживают экологический стресс. Около половины старшеклассников в условиях экологического неблагополучия переживают экологический стресс на повышенном уровне (высокий и выше среднего уровень).
2. Наблюдается два типа реагирования старшеклассников на экологическую угрозу. У испытуемых со средним и ниже среднего уровнем экологического стресса наиболее выражены потребность в получении информации об экологической ситуации, стремление к защите от действия негативных экологических факторов, готовность к политическим акциям (адаптивный тип реагирования). У испытуемых с высоким и выше среднего уровнем наиболее выраженными являются эмоциональная обеспокоенность и реактивно-психотическая тенденция (дезадаптивный тип реагирования).
3. В зонах экологического неблагополучия переживание экологического стресса на повышенном уровне снижает самооценку и уровень самопринятия старшеклассников.
4. У старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия выявлены негативные установки по отношению к одноклассникам.
5. Для старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия характерно компенсаторное завышение оценки семьи. Кроме того, они чаще дают как низкие, так высокие оценки населению своего города или поселка, чем учащиеся со средним и ниже среднего уровнем экологического стресса.
6. Переживание старшеклассниками экологического стресса на повышенном уровне снижает оптимистичность их жизненной

перспективы, ответственность за свое будущее, соотнесенность жизни со смыслообразующими мотивами, установками, ценностями.

7. Выявлены факторы, влияющие на интенсивность экологического стресса и характер его воздействия на социально-психологическую адаптацию старшеклассников: демографические (пол), индивидуальные (темпераментные и личностные особенности, академическая успешность), групповые (оценка семьи, удовлетворенность условиями жизни), ситуационные (количество публикаций в прессе об экологической ситуации в данном населенном пункте).
8. В наибольшей степени на интенсивность экологического стресса оказывает влияние **удовлетворенность условиями жизни**, снижающая интенсивность экологического стресса. Важную роль играет **гендерный фактор** – более 66 % учащихся с повышенным уровнем экологического стресса составляют девушки. **Индивидуальные факторы** – академическая успеваемость, темпераментные особенности (интроверсия, ригидность), а также некоторые личностные черты (эмоциональная нестабильность, тревожность, экспрессивность, чувствительность, мечтательность, подозрительность) способствуют более интенсивному переживанию экологического стресса. Фактором, не влияющим на интенсивность экологического стресса, но уменьшающим его влияние на результаты социально-психологической адаптации, является **позитивное отношение к микроокружению** (семье). Фактором, отрицательно влияющим на результаты социально-психологической адаптации, является **количество публикаций** относительно экологических проблем в месте проживания в местной и областной прессе. Абсолютное большинство публикаций содержит информацию о действии негативных экологических факторов, даже если при этом освещаются планируемые или проводимые природоохранные мероприятия.

9. Соотношение факторов, влияющих на интенсивность экологического стресса, различно в разных зонах экологического неблагополучия и зависит от специфики экологической и социальной ситуации. Наибольшее отрицательное влияние экологического стресса на показатели социально-психологической адаптации отмечено в подгруппе ЗТ-1(территории, загрязненные радиацией) и ЗТ-2 (г. Карабаш, зона экологического бедствия). Наименьшее влияние отмечено в подгруппах ЗТ-4 (Магнитогорск) и ЗТ-5 (Челябинск), где вклад экологического стресса в показатели адаптации значительно меньше, чем вклад таких переменных, как «Отношение к семье», удовлетворенность условиями жизни, успеваемость.
10. В относительно удовлетворительных экологических условиях экологический стресс практически не влияет на показатели социально-психологической адаптации.
11. В результате проведения со старшеклассниками, переживающими экологический стресс, тренинга личностного роста, индивидуального консультирования, адекватного информирования об экологической ситуации у них возрастает уровень самопринятия, возрастает оптимистичность жизненной перспективы и сформированность планов на будущее.

Выводы :

1. В зонах экологического неблагополучия учащиеся старших классов переживают экологический стресс, возникающий вследствие осознания человеком действия негативных экологических факторов, их возможного влияния на здоровье. Около половины старшеклассников в условиях экологического неблагополучия переживают экологический стресс на повышенном уровне (высокий и выше среднего уровень). Можно выделить два типа реагирования старшеклассников на экологическую угрозу. У ребят со средним и ниже среднего уровнем экологического стресса наиболее выражены потребность в получении информации об экологической ситуации, стремление к защите от действия негативных экологических факторов, готовность к политическим акциям (адаптивный тип реагирования). У старшеклассников с высоким и выше среднего уровнем наиболее выраженными являются эмоциональная обеспокоенность и реактивно-психотическая тенденция (дезадаптивный тип реагирования).
2. В результате использования множественного регрессионного анализа выявлено, что в зонах экологического неблагополучия переживание экологического стресса на повышенном уровне снижает самооценку и уровень самопринятия старшеклассников ($p < 0,05$).
3. У старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса выявлена более высокая распространенность негативных установок по отношению к одноклассникам (критерий хи-квадрат, $p < 0,05$). Для старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия характерно компенсаторное завышение оценки семьи (t-критерий, $p < 0,05$), а также более высокая распространенность как низких, так высоких оценок населения своего города или поселка, чем у учащихся со средним и ниже среднего уровнем экологического стресса (критерий хи-квадрат, $p < 0,05$).

4. Переживание старшеклассниками экологического стресса на повышенном уровне снижает оптимистичность их жизненной перспективы, ответственность за свое будущее, соотнесенность жизни со смыслообразующими мотивами, установками, ценностями (множественный регрессионный анализ, $p < 0,05$).

5. С помощью множественного регрессионного анализа были выявлены факторы, влияющие на интенсивность экологического стресса и характер его воздействия на социально-психологическую адаптацию старшеклассников: демографические (пол), индивидуальные (темпераментные и личностные особенности, академическая успешность), групповые (оценка семьи, удовлетворенность условиями жизни), ситуационные (количество публикаций в прессе об экологической ситуации в данном населенном пункте).

6. В результате проведения со старшеклассниками, переживающими экологический стресс, тренинга личностного роста, индивидуального консультирования, адекватного информирования об экологической ситуации у них возрастает уровень самопринятия, возрастает оптимистичность жизненной перспективы и сформированность планов на будущее.

Заключение

В последние десятилетия в отечественной и зарубежной психологии начали активно изучаться психологические аспекты реагирования человека на экологическую опасность. В исследованиях зарубежных и отечественных ученых было выявлено, что неблагоприятные экологические факторы способствуют росту напряженности процесса психической адаптации, увеличению распространенности пограничных психических расстройств.

Мы поставили цель изучить особенности социально-психологической адаптации юношества в условиях экологического неблагополучия, возникающие под влиянием психологического стресса, который обуславливается осознанием человеком действия негативных экологических факторов, их возможного влияния на здоровье. Вслед за Р. Т. Wong, мы используем для его обозначения термин «экологический стресс».

С помощью «Опросника экологического стресса», разработанного нами на основе «Опросника экологической вовлеченности» Б. Андресена, Ф.-М. Старка, Я. Гросса, было выявлено, что учащиеся старших классов, проживающие в зонах экологического неблагополучия, переживают экологический стресс. В зонах экологического неблагополучия Челябинской области доля испытуемых с высоким и выше среднего уровнем экологического стресса достигла 53,51%, а на относительно чистых территориях она составляет 25,48 %.

Наблюдается два типа реагирования старшеклассников на экологическую угрозу. У испытуемых со средним и ниже среднего уровнем экологического стресса наиболее выражены потребность в получении информации об экологической ситуации, стремление к защите от действия негативных экологических факторов, готовность к политическим акциям (адаптивный тип реагирования). У старшеклассников с высоким и выше среднего уровнем наиболее выраженными являются эмоциональная

обеспокоенность и реактивно-психотическая тенденция (дезадаптивный тип реагирования).

В зонах экологического неблагополучия переживание экологического стресса на повышенном уровне снижает самооценку и уровень самопринятия старшеклассников.

У старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия выявлены негативные установки по отношению к одноклассникам.

Для старшеклассников с повышенным уровнем экологического стресса в зонах экологического неблагополучия характерно компенсаторное завышение оценки семьи. Кроме того, они чаще дают как низкие, так высокие оценки населению своего города или поселка, чем учащиеся со средним и ниже среднего уровнем экологического стресса.

Переживание старшеклассниками экологического стресса на повышенном уровне снижает оптимистичность их жизненной перспективы, ответственность за свое будущее.

Экологический стресс выполняет ряд позитивных функций: мобилизация усилий личности на защиту от действия негативных экологических факторов, мобилизация групп людей на активность, направленную на улучшение экологической ситуации в регионе. Однако при высокой интенсивности он превращается в фактор, составляющий дополнительную нагрузку на адаптивные ресурсы личности, затрудняющий социально-психологическую адаптацию.

Выявлены факторы, влияющие на интенсивность экологического стресса и характер его воздействия на социально-психологическую адаптацию старшеклассников: демографические (пол), индивидуальные (темпераментные и личностные особенности, академическая успешность), групповые (оценка семьи, удовлетворенность условиями жизни),

ситуационные (количество публикаций в прессе об экологической ситуации в данном населенном пункте).

В наибольшей степени на интенсивность экологического стресса оказывает влияние удовлетворенность условиями жизни, снижающая интенсивность экологического стресса. Важную роль играет гендерный фактор – около 66 % учащихся с повышенным уровнем экологического стресса составляют девушки. Индивидуальные факторы (интроверсия, ригидность, а также некоторые личностные черты – эмоциональная нестабильность, тревожность, экспрессивность, чувствительность, мечтательность, подозрительность) способствуют более интенсивному переживанию экологического стресса. Фактором, не влияющим на интенсивность экологического стресса, но уменьшающим его влияние на результаты социально-психологической адаптации, является позитивное отношение к микроокружению (семье). Фактором, отрицательно влияющим на результаты социально-психологической адаптации, является количество публикаций, содержащих информацию относительно экологических проблем в месте проживания в местной и областной прессе.

В результате проведения со старшеклассниками, переживающими экологический стресс, тренинга личностного роста, индивидуального консультирования, адекватного информирования об экологической ситуации у них возрастает уровень самопринятия, возрастает оптимистичность жизненной перспективы и сформированность планов на будущее. Работа предложенного нами варианта Центра социально-психологической адаптации старшеклассников не только способствует уменьшению доли ребят с повышенными значениями экологического стресса, но и содействует развитию самопринятия и самоопределения, успешной адаптации юношества в условиях экологического неблагополучия.

Библиографический список

1. Абабков, В. А. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии [Текст] / В. А. Абабков, М. Перре. – СПб.: Речь, 2004. – 166 с. – ISBN 5-9268-0267-9.
2. Абульханова-Славская, К. А. Стратегия жизни [Текст] / К. А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 299 с. – ISBN 5-244-00380-1.
3. Агаджанян, Н. А. Адаптация и резервы организма [Текст] / Н. А. Агаджанян. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
4. Александровский, Ю. А. Пограничные психические расстройства [Текст]: (Руководство для врачей) / Ю. А. Александровский. – М.: Медицина, 1993. – 398 с. – ISBN 5-225-01230-2.
5. Андресен, Б. Социальный стресс, личность и экотравмирующие переживания: эмпирическое исследование ближайших реакций на Чернобыльскую аварию в Гамбурге [Текст] / Б. Андресен, Ф.-М. Старк, Я. Гросс // Социальная и клиническая психиатрия. – 1995. – Т.5. – Вып. 2. – С. 6-14.
6. Анохин, П. К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем // Анохин, П. К. Принципы системной организации функций. – М.: Наука, 1973. – С.5-61.
7. Анцыферова, Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита [Текст] / Л. И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994. – Т.15. – № 1. – С.3-18.
8. Ахвердова, О. А. Личностно-характерологический континуум современного подростка [Текст] : дис...д-ра психол. наук : 19.00.01 / О. А. Ахвердова. – Ставрополь, 1998. – 328 с.
9. Бабанский, Ю. К. Оптимизация процесса обучения (Аспект предупреждения неуспеваемости школьников [Текст] // Ю. К.Бабанский. Избр. пед. тр. – М.: Педагогика, 1989. –С.192-248. –ISBN 5-7155-0174.

10. Баева, И. А. Психология экстремальной ситуации как раздел психологии безопасности [Текст] / И. А. Баева // Травматизм, психологическая безопасность, сопротивляемость и культура: материалы Международной конференции (г. Челябинск, 26-28 апреля 2007 г.) : в 2-х ч. – Ч.1 / ред. В. В. Латюшин. – Челябинск: Изд-во ЧГПУ, 2007. – ISBN 5-85716-656-1. – С.119-121.
11. Батаршев, А. В. Психология индивидуальных различий: От темперамента – к характеру и личности [Текст] / А. В. Батаршев. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 256 с. – ISBN 5-691-00504-9.
12. Беличева, С. А. Основы превентивной психологии [Текст] / С. А. Беличева. – М.: РИЦ консорциума «Социальное здоровье России», 1994. – 198 с. – ISBN 5-86383-008-5.
13. Бергер, П. Социальное конструирование реальности: Трактат по социологии знания [Текст] / П. Бергер, Т. Лукман. – М.: Academia-Центр: Медиум, 1995. – 323 с. – ISBN 5-85691-036-2.
14. Березин, Ф. Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека [Текст] / Ф. Б. Березин. – Л.: Наука, 1988. – 267 с. – ISBN 5-02-025-742-7.
15. Богомолова, Н. Н. Контент-анализ [Текст] : спецпрактикум по социальной психологии / Н. Н. Богомолова, Т. Г. Стефаненко. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1992. – 63 с.
16. Бодров, В. А. Информационный стресс [Текст] : учеб. пособие для вузов / В. А. Бодров. – М.: ПЕРСЭ, 2000. – 352 с. – ISBN 5-9292-0010-6.
17. Боев, В. М. Антропогенное загрязнение окружающей среды и состояние здоровья населения Восточного Оренбуржья [Текст] / В. М. Боев, М. Н. Воляпик. – Екатеринбург: УрО РАН, 1995. – 127 с. – ISBN 5-7691-0569-0.
18. Боев, И. В. Нервно-психические расстройства, обусловленные действием сложных химических неорганических композиций [Текст] / И. В. Боев, В. В. Уваров // Организационные и клинические вопросы пограничной

- психиатрии: сб. науч. трудов / ред. Ю. А. Александровский. – М.: ВНИИОИСП, 1990. – С.128-134.
- 19.Божович, Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] / Л. И. Божович; АН СССР. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
- 20.Буева, Л. П. Социальная среда и сознание личности [Текст] / Л. П. Буева. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1968. – 268 с.
- 21.Вишаренко, В. С. Экологические проблемы городов и здоровье человека [Текст] / В. С. Вишаренко, Н. А. Толоконцев. – Л.: Знание, 1982. – 32 с.
- 22.Власова, Т. В. Особенности ценностных ориентаций лиц, проживающих в регионах, пострадавших от аварии на Чернобыльской АЭС (возрастной аспект) [Текст] : автореф. канд. дисс. / Т. В. Власова. – М., 1995. – 18 с.
- 23.Влияние малых доз радиации на нервно-психическое здоровье детей [Текст] (методические и предварительные данные) / Л. А. Ермолина [и др.] // Социальная и клиническая психиатрия. –1994. – Т.4. – Вып. 1. – С.37-43.
- 24.Влияние облучения радионуклеидами йода внутриутробно и в возрасте от 0 до 1,5 лет на интеллектуальное развитие детей, пострадавших от аварии на ЧАЭС [Текст] / С. В. Базыльчик [и др.] // Социальная и клиническая психиатрия. – 2005. – Т.15. – Вып. 1. – 14-18.
- 25.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. –ISBN 5-9772-0016-1.
- 26.Врожденные пороки развития у детей и загрязнение окружающей среды [Текст] / Б. Я. Резник [и др.] // Педиатрия. – 1991. – № 12. – С.37-40.

27. Вяткин, Б. А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях [Текст] / Б. А. Вяткин. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 112 с.
28. Гаджиева, Н. М. Основы самосовершенствования: Тренинг самосознания [Текст] / Н. М. Гаджиева, Н. Н. Никитина, Н. В. Кислинская. – Екатеринбург: Деловая книга, 1998. – 144 с. – ISBN 5-88687-045-8.
29. Гайдук, Ф. М. Комплексная оценка психического здоровья детей, подвергшихся воздействию радионуклеидов в пренатальном периоде вследствие Чернобыльской катастрофы [Текст] / Ф. М. Гайдук, С. А. Игумнов, В. Б. Шалькевич // Социальная и клиническая психиатрия. – 1994. – Т.4. – Вып. 1. – С.44-49.
30. Галеева, М. Р. Социально-психологическое состояние жителей территорий радиоактивного загрязнения вследствие аварии на ПО «Маяк» [Текст] / М. Р. Галеева // Опыт преодоления последствий техногенных аварий и развитие атомных технологий: Материалы научно-практической конференции, посвященной 50-летию аварии на ПО «Маяк» (Челябинск, 25-26 сентября 2007 года) / гл. ред. С. Г. Зырянов. – Челябинск: Челябинский институт ФГОУ ВПО «Уральская академия государственной службы», 2007. – С.194-196. – ISBN 978-5-9772-0061-5.
31. Ганжа, С. Ю. Социально-психологическая адаптация школьников с нарушениями соматического и нервно-психического здоровья [Текст]: дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / С. Ю. Ганжа. – Пятигорск, 2000. – 223 с.
32. Гинзбург, М.Р. Психологическое содержание личностного самоопределения [Текст] / М. Р. Гинзбург // Вопросы психологии. – 1994. – № 3. – С. 43-52.
33. Головаха, Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи [Текст] / Киев: Наукова думка, 1988. – 142 с. – ISBN 5-12-000010-X.

34. 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] : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Т. В. Голушко. – М., 1998. – 173 с.
35. Гурвич, И. Н. Социальная психология здоровья [Текст] / И. Н. Гурвич; Рос. АН, Ин-т социологии – С.-Петерб. фил. и др. – СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 1999. – 1023 с. – ISBN 5-288-02260-7.
36. Гуревич, М. А. Социальное самочувствие и адаптация населения крупного промышленного региона в период перехода к рыночным отношениям (на примере Челябинской области) [Текст] / М. А. Гуревич; Рос. акад. наук, Урал. отд-ие, Ин-т экономики. – Екатеринбург: [б.и.], 2001. – 281 с. – ISBN 5-7691-0884-3.
37. Данилова, Н. Н. Психофизиологическая диагностика функциональных состояний [Текст]: учеб. пособие / Н. Н. Данилова. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1992.- 192 с. – ISBN 5-211-02150-9.
38. Дейнека, О. С. Психологические проблемы адаптации личности к рыночным условиям [Текст] / О. С. Дейнека // Вестн. С.-Петерб. ун-та. – Сер. 6. – 1997. – Вып. 4. – С.80-96.
39. Дербенев, Д. П. Социальная адаптация подростков / Д. П. Дербенев // Социологический журнал.– 1997.– № 1 / 2. – С.142-147.
40. Дерябо, С. Д. Экологическая педагогика и психология [Текст] /С. Д. Дерябо, В. А. Ясвин. – Ростов н/Д.: Феникс, 1996.– 480 с. – ISBN 5-85880-117-X.
41. Диагностика и коррекция социальной дезадаптации подростков [Текст]: (пособие для психологов, педагогов, психосоциальных и социальных работников) / ред. С. А. Беличева.– М.: Консорциум «Социальное здоровье России», 1999. – 183 с. –ISBN 5-86383-129-4.

42. Дичев, Т. Г. Проблема адаптации и здоровье человека (Методологические и социальные аспекты) [Текст] / Т. Г. Дичев, К. Е. Тарасов. – М.: Медицина, 1976. – 184 с.
43. Дмитриев, И. В. Социально-психологическая адаптация офицеров, уволенных в запас, к условиям гражданской среды [Текст] : дисс.... канд. психол. наук : 19.00.05 / И. В. Дмитриев. – М., 1999. – 192 с.
44. Жмыриков, А. Н. Диагностика социально-психологической адаптированности личности в новых условиях деятельности и общения [Текст] : автореферат канд. дис./ А. Н. Жмыриков. – Л., 1989. – 15 с.
45. Зависимость нарушения обмена веществ и состояния здоровья населения Челябинской области от техногенного загрязнения окружающей среды [Текст] / Т. Н. Соболевская [и др.] // Современные проблемы экологического краеведения: тезисы научной конференции / ред. В. В. Латышин. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 1996. – С. 62-64.
46. Завьялова, Е. К. Социально-психологическая адаптация женщин в современных условиях (профессионально-личностный аспект) [Текст] : дисс.. доктора. психол. наук : 19.00.07 / Е.К. Завьялова.– СПб., 1998. – 294 с.
47. Звиняцковский, Я. И. Системный анализ влияния окружающей среды на здоровье населения [Текст] / Я. И. Звиняцковский, О. В. Бердин // Адаптационные возможности человека в условиях больших городов: сб. науч. работ [Материалы симпоз., 26-28 ноября 1986 г.] /отв. ред. С.И. Теплов. – Л.: ЗИН, 1988. – С.87-89.
48. Зотова, О. И. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности [Текст] / О. И. Зотова, И. К. Кряжева // Психологические механизмы регуляции социального поведения. – М.: Наука, 1979. – С.219-233.

- 49.Иванова, В. А. Массовая тревожность россиян как препятствие интеграции общества [Текст] / В. А. Иванова, В. Н. Шубкин // СОЦИС. – 2005.- № 2. – С.22-28.
- 50.Иванова, И. В., Казаченок, Н. Н. Экологическое состояние земельных ресурсов Челябинской области [Текст] / И. В. Иванова, Н.Н. Казаченок // Современные проблемы экологического краеведения: тезисы научной конференции / ред. В. В. Латышин. –Челябинск, Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 1996. – С.8-9.
- 51.Иванова, Н. Л. Структура социальной идентичности личности: проблема анализа [Текст] / Н. Л. Иванова // Психологический журнал. – 2004. – Т. 25.- № 1. – С. 52-60.
- 52.Игумнов, С. А. Основы психотерапии детей и подростков [Текст]: Справочное пособие / С. А. Игумнов. – М.: Издательство Института Психотерапии, 2001. – 176 с. – ISBN 5-89939-043-3.
- 53.Ильинских, Н. Н. Содержание в организме радионуклидов и уровень цитогенетически измененных клеток в крови у людей, длительно проживающих в зоне влияния НПО «Маяк» в Челябинской области [Текст] / Н. Н. Ильинских // Современные подходы к оценке техногенного воздействия на здоровье населения Урала : сб статей. /Челяб. обл. общ.-просвет. орг. «Движение за ядерную безопасность», Челяб. гос. мед. акад. – Челябинск: Челябинский дом печати, 1998. – С. 41-43. – ISBN 5-8718.
- 54.Казначеев, В. П. Очерки теории и практики экологии человека [Текст] / В. П. Казначеев. – М.: Наука, 1983. – 260 с.
- 55.Капустина, А. Н. Многофакторная личностная методика Р. Кеттелла [Текст] / А. Н. Капустина.– СПб.: Речь, 2001. – 112 с. – ISBN 5-9268-0068-4.
- 56.Карцева, Т.Б. Личностные изменения в ситуациях жизненных перемен [Текст] / Т.Б. Карцева // Психологический журнал. – 1988.– Т.9.– № 5. – С.120-128.

- 57.Кезикова, И. З. Сравнительный анализ инициативности и любознательности старшеклассников из чистых и зараженных радиацией районов [Текст]: дис...канд. психол. наук : 19.00.01 / И. З. Кезикова. - М., 2001. – 166 с.
- 58.Кобрянова, И. В. Психодиагностика конституционально-типологической личностной изменчивости подростков в условиях хронического воздействия неблагоприятных эколого-химических факторов неорганического происхождения [Текст] : дис.... канд. психол. наук :19.00.01 / И. В. Кобрянова.- Ставрополь, 2002. – 196 с.
- 59.Козлов, В. Н. Радиационные проблемы и формирование экологических движений на территории Челябинской области [Текст]: учеб. пособие для вузов / В. Н. Козлов, Д. Г. Пазий, Г. В. Сачко.– Челябинск: Изд-во Челяб. гос. ун-та, 1997. – 56 с. – ISBN 5-230-19991-1.
- 60.Кокс, Т. Стресс [Текст]: [пер. с англ.] / Т. Кокс.– М.: Медицина,1981. –216 с.
- 61.Комплексный доклад «О санитарно-эпидемиологической обстановке в Челябинской области в 1999 году [Текст] / Центр госсанэпиднадзора в Челябинской области. – Челябинск, 2000. – 110 с.
- 62.Комплексный доклад о состоянии окружающей природной среды Челябинской области в 2001 году [Текст] / Челябинск, 2002. –174 с.
- 63.Кон, И. С. В поисках себя: Личность и ее самосознание [Текст] / И. С. Кон. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.
- 64.Копчак, А. В. Оценка здоровья населения города как показатель качества городской среды [Текст] / А. В. Копчак, В. В. Копчак // Адаптационные возможности человека в условиях больших городов: сб. науч. работ: [материалы симпоз., 26-28 ноября 1986 г.] / отв. ред. С. И. Теплов. – Л.: ЗИН, 1988. – С.81-83.
- 65.Коробейников, И. А. Нарушения развития и социальная адаптация [Текст] / И. А. Коробейников. – М.: Per Se, 2002. – 192 с. – ISBN 5-9292-0068-8.

66. Костюкова, Л. В. Психологическое реагирование на действие экстремальных факторов при нервно-психической неустойчивости [Текст]: дис.... канд. психол. наук : 19.00.04 / Л. В. Костюкова.- СПб., 1997. – 157 с.
67. Кочергина, А. В. Психофизиологическая и психологическая дифференциальная диагностика посттравматических стрессовых расстройств (на примере жертв терроризма – Буденновск, 1995) [Текст] : дис....канд. психол. наук : 19.00.02 / А. В. Кочергина. – Ставрополь, 2000. – 166 с.
68. Кошель, И. В. Состояние здоровья детей, подвергшихся воздействию малых доз радиации через один год после аварии на Чернобыльской АЭС [Текст] / И. В. Кошель, А. Г. Румянцев // Педиатрия. – 1991. – № 12. – С.13-16.
69. Куликов, Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики [Текст]: Учебное пособие / Л. В. Куликов. – СПб.: Питер, 2004.- 464 с. – ISBN 5-94723363-0.
70. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования [Текст] : [пер. с англ.] / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс. Медицинские, индустриальные и военные последствия стресса / ред. Л. Леви. –Л.: Медицина, Ленинград. отд-ие, 1970. – С. 178-208.
71. Леонтьев, Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности [Текст] / Д. А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2007. – ISBN 978-5-89357-237-7.
72. Леонтьев, Д. А. Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО) [Текст] / Д. А. Леонтьев. – М., 1992.
73. Логановский, К. Н. Остеоалгический синдром у пострадавших в результате Чернобыльской катастрофы [Текст] / К. Н. Логановский // Социальная и клиническая психиатрия. – 2001. – Т.11. – Вып. 3. – С.18-25.

74. Логановский, К. Н. Характеристика психических расстройств у пострадавших в результате Чернобыльской катастрофы в свете Международной классификации болезней 10-го пересмотра [Текст] / К. Н. Логановский, А. И. Нягу // Социальная и клиническая психиатрия. – 1995. – Т.5. – Вып.2. – С.15-23.
75. Магомед-Эминов, М. Ш. Новые аспекты психотерапии посттравматического стресса: Методические рекомендации [Текст] / М. Ш. Магомед-Эминов, А.Т. Филатов, Г. И. Кадук, О. Г. Квасова. – 2-е изд., исправл.– М.: АНО УМО «Инсайт», 2004. –112 с. –ISBN 5-357-00005-0.
76. Мазур, Е. С. Смысловая регуляция негативных переживаний у пострадавших при землетрясении в Армении [Текст] / Е. С. Мазур, В. Б. Гельфанд, П. В. Качалов // Психологический журнал.– 1992. – Т.13. – № 2. – С.54-65.
77. Макаренко, Н. В. Состояние психофизиологических функций ликвидаторов через 6 лет после аварии на Чернобыльской АЭС [Текст] / Н. В. Макаренко, В. И. Вороновская, А. Б. Спринь // Физиология человека. – 1996. – Т.22. – № 4. – С. 79-85.
78. МакМаллин, Р. Практикум по когнитивной терапии [Текст] / Р. МакМаллин; пер.с англ. Т. Саушкиной. – СПб.: Речь, 2001. – 560 с. ISBN 5-9268-0036-6.
79. Мальцева, Л. П. Экологическая информированность и экологическое образование [Текст] / Л. П. Мальцева // Уральский регион как социум: Материалы XI Уральских социологических чтений. – Челябинск, 1998. – С.302-306.
80. Маркарян, Э. С. Человеческое общество как особый тип организации [Текст] / Э. С. Маркарян // Вопросы философии. – 1971.– № 10. – С.64-76.
81. Маслоу, А. Г. Мотивация и личность [Текст] : [пер. с англ.] / А. Г. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1999.– 479 с. – ISBN 5-807-10016-6.

82. Меерсон, Ф. З. Адаптация, стресс и профилактика [Текст] / Ф. З. Меерсон. – М.: Наука, 1981. – 278 с.
83. Мелер-Леймкюллер, А. М. Стресс в обществе и расстройства, связанные со стрессом, в аспекте гендерных различий [Текст] / А. М. Мелер-Леймкюллер // Социальная и клиническая психиатрия. – 2004. – Т. 14. – Вып 4. – С.5-11.
84. Мельникова, Н. Н. Стратегии поведения в процессе социально-психологической адаптации [Текст] : дисс.... канд. психол. наук : 19.00.05 / Н. Н. Мельникова. – СПб., 1999. – 194 с.
85. Милославова, И. А. Адаптация как социально-психологическое явление [Текст] / И. А. Милославова // Социальная психология и философия. – Л.: Наука, 1973. – Вып. 2. – С.111-120.
86. Миско, Е. А. Особенности жизненной перспективы у ветеранов войны в Афганистане и ликвидаторов аварии на ЧАЭС [Текст] / Е. А. Миско, Н. В. Тарабрина // Психологический журнал. – 2004 – Т.25. – № 3. – С.44-42.
87. 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.
88. Модификация обменных процессов у детей из районов, пострадавших в результате аварии на Чернобыльской АЭС [Текст] / Э. А. Юрьева [и др.] // Педиатрия. – 1991. № 12. – С.29-30.
89. Мудрик, А. В. Социализация человека [Текст]: учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издат. Центр «Академия», 2004. – 304 с. – ISBN 5-7695-3170-3.
90. Налчаджян, А. А. Социально-психическая адаптация личности: (Формы, механизмы и стратегии) [Текст] / А. А. Налчаджян. – Ереван: Изд-во АН АрмССР, 1988. – 263 с.

91. Никишина, В. Б. Психодиагностика в системе социальной работы [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В. Б. Никишина, Т. Д. Василенко. – М: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. – 208 с. – ISBN 5-305-00114-5.
92. Новиков, Г. В. Мониторинг загрязнения атмосферного воздуха и заболеваемости населения в Ленинграде и некоторые методические вопросы решения этих проблем [Текст] / Г. В. Новиков [и др.] // Адаптационные возможности человека в условиях больших городов: сб. научных работ: [материалы симпоз. 26-28 ноября 1986 г.] / отв. ред. С. И. Теплов. – Л.: ЗИН, 1988. – С. 74-76.
93. Овчинникова, Г. Г. Социально-психологическая адаптация как фактор становления Я-концепции подростков [Текст] : дисс.... канд. психол. наук : 19.00.05 / Г. Г. Овчинникова. – М., 1997. – 136 с.
94. Отдаленные последствия лучевого воздействия на нервную систему [Текст] / Н. Б. Холодова [и др.] // Журнал неврологии и психиатрии им. С. С. Корсакова. – 1996. – Т.96. – № 5. – С.29-30.
95. Офицеркина, Н. С. Социально-психологическая адаптация молодежи в рыночной экономике [Текст] : дисс.... канд. психол. наук : 19.00.05 / Н. С. Офицеркина. – М., 1997. – 137 с.
96. Охрана окружающей среды и здоровье человека [Текст]: материалы 1-й областной научно-практической конференции. – Челябинск, 1989. – 73 с.
97. Оценка риска для здоровья населения в системе управления экологической безопасностью [Текст]: учебно-методическое пособие / ред. А.Г. Уральшин. – Челябинск, 2001. – 58 с.
98. Падун, М. А. Когнитивно-личностные аспекты переживания посттравматического стресса [Текст] / М. А. Падун, Н. В. Тарабрина // Психологический журнал. – 2004. – Т.25. – № 5. – С.5-15.
99. Пазий, Д. Г. Социально-психологическое состояние населения радиоактивно загрязненного региона как объект управления [Текст] / Д. Г.

- Пазий // Уральский регион как социум: Материалы XI Уральских социологических чтений. – Челябинск, 1998. – С.309-312.
100. Панин, Л. Е. Биохимические механизмы стресса [Текст] / Л. Е. Панин. – Новосибирск: Наука, Сиб. отд., 1983. – 232 с.
101. Панова, Е. М. Особенности показателей физического развития детей первого года жизни, проживающих в Кунашакском районе, и влияние на них комплекса социально-биологических факторов внешней среды [Текст] / Е. М. Панова // Современные подходы к оценке техногенного воздействия на здоровье населения Урала: сб статей. – Челябинск: Челябинский Дом печати, 1998. – С.95-96.
102. Панченко, О. А. Психические расстройства у участников ликвидации последствий аварии на Чернобыльской АЭС [Текст] / О. А. Панченко, С. И. Табачников, И. И. Кутько // Журнал неврологии и психиатрии им. Корсакова. – 1996. – Т.96. – № 5. – С.34-37.
103. Парыгин, Б. Д. Социальная психология [Текст] : учеб. пособие / Б. Д. Парыгин.- СПб.: СПбГУП, 2003. – 616 с. –ISBN 5-7621-02-50-5.
104. Петровская, Л. А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга [Текст] / Л. А. Петровская. – М.: Изд-во Моск. гос. ун-та, 1982. – 168 с.
105. Петрушенко, Л. А. Единство системности, организованности и самодвижения [Текст]: (О влиянии философии на формирование теории систем) / Л. А. Петрушенко. – М.: Мысль, 1975. – 286 с.
106. Пономаренко, В. М. Состояние здоровья детей до 14 лет, проживающих в зоне длительного поставарийного воздействия малых доз ионизирующего излучения [Текст] / В. М. Пономаренко // Врачебное дело. – 1995. - № 5-6. – С.12-15.
107. Практикум по психодиагностике. Прикладная психодиагностика [Текст] / В. В. Столин [и др.]. – М.: Изд-во Моск. гос. ун-та, 1992. – 116 с.- ISBN 5-211-028-50-3.

108. Прихожан, А. М. Применение методов прямого оценивания в работе школьного психолога [Текст] / А.М. Прихожан // Научно-методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психологических методик. – М.: 1988. – С.110-118.
109. Протасов, В. Ф. Экология, здоровье и охрана окружающей среды в России [Текст]: учебное и справочное пособие / В.Ф. Протасов. – 3-е изд. – М.: Финансы и статистика, 2001. – 672 с. - ISBN 5-279-02462-7.
110. Прутченков, А. С. Трудное восхождение к себе [Текст]: методические разработки и сценарии занятий социально-психологических тренингов / А. С. Прутченков. – М.: Российское педагогическое агентство, 1995. – 140 с. ISBN 5-086825-010-9.
111. Психическое здоровье подростков, проживающих в экологически неблагоприятном регионе Восточного Забайкалья [Текст] / Н. В. Говорин [и др.] // Социальная и клиническая психиатрия. – 2003. – Т.13.- Вып. 2. - С.16-19.
112. Психогении в экстремальных условиях [Текст] / Александровский Ю. А. [и др.], – М.: Медицина, 1991. – 96 с.- ISBN 5-225-00437-7.
113. Психология здоровья [Текст] / Г. С. Никифоров, В. А. Ананьев, И. Н. Гурвич и др.; ред. Г. С. Никифоров. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2000.- 496 с. – ISBN 5-288-02128-7.
114. Пухова, Т. И. Образ радиации в рисунках школьников, проживающих на загрязненных территориях [Текст] / Т. И. Пухова // Вопросы психологии. – 1993. - № 1 . – С.40-46.
115. Райгородский, Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: Учебное пособие [Текст] / Д. Я. Райгородский. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2000. – 672 с. – ISBN 5-89570-005-5.
116. Распространенность и особенности структуры нервно-психической патологии у детей в зоне экологического неблагополучия Забайкалья

- [Текст] / Н. В. Говорин [и др.] // Социальная и клиническая психиатрия. – 2003. – Т.13. - № 1.- 22-26.
117. Распространенность психических расстройств среди населения, вовлеченного в экологическую катастрофу / Г. М. Румянцева [и др.] // Социальная и клиническая психиатрия. – Социальная и клиническая психиатрия. – 1994. – Т.4. – Вып. 4. – С.31-37.
118. Распространенность сердечно-сосудистых заболеваний в детской популяции школьного возраста с учетом экологической обстановки воздушной среды [Текст] / С. Е. Лебедькова [и др.] // Педиатрия. – 1991. - № 12. – С.41-44.
119. Расстройства восприятия у участников ликвидации последствий катастрофы на Чернобыльской атомной электростанции [Текст] / С. В. Литвинцев [и др.] // Социальная и клиническая психиатрия. – 2001. – Т.11. – Вып. 2. – С.24-30.
120. Реан, А. А. К проблеме социальной адаптации личности [Текст] / А. А. Реан // Вестник С.-Петербур. ун-та. – Сер.6.– 1995. – Вып. 3. - № 20. – С.74-79.
121. Реан, А. А. Социальная педагогическая психология [Текст] / А. А. Реан, Я. Л. Коломинский. – СПб.: ЗАО «Издательство “Питер”», 1999. – 416 с. ISBN 5-88782-424-7.
122. Резонанс: Радиоактивное загрязнение территории Челябинской области [Текст]: мед. информ. / Ин-т биофизики Мин-ва здравоохранения; ред. Л.А. Булдаков. - Челябинск: Южно-уральское кн. изд-во, 1992. – 64 с.
123. Решетников, М. Н. Психическая травма [Текст] / М. М. Решетников. – СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 2006. – 322 с. – ISBN 5-88787-088-9.
124. Рогачева, Т.В. Экстремальная радиационная ситуация как катализатор личностных саморазрушительных тенденций [Текст] /Т.В. Рогачева // Травматизм, психологическая безопасность, сопротивляемость и

- культура: материалы Международной конференции (г. Челябинск, 26-28 апреля 2007 г.) : в 2-х ч. – Ч.1 / ред. В.В. Латюшин. – Челябинск: Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 2007. – ISBN 5-85716-656-1. – С.189-191.
125. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека [Текст] / К. Роджерс; пер. с англ. М.М. Исениной. – М.: Прогресс: Универс, 1994. – 480 с.– ISBN 5-01-004150-2.
126. Роджерс, К. Искусство консультирования и психотерапии [Текст] / К. Роджерс; пер. с англ. О. Кондрашевой, Р. Кучкаровой. – М.: Апрель-Пресс: Эксмо, 2002. – 976 с. – ISBN 5-699-01513-2.
127. Роджерс, К. Клиентоцентрированная терапия [Текст] / К. Роджерс; пер. с англ. В. В. Лях.– М.: Рефл-бук:Ваклер, 1997. – 320 с. – ISBN 5-87983-027-6.
128. Розум, С. И. Психология социализации и социальной адаптации человека [Текст] / С. И. Розум. - СПб.: Речь, 2006. – 365 с. – ISBN 5-9268-0420-5.
129. Ромм, М. В. Адаптация личности в социуме: Теоретико-методологический аспект [Текст] / М. В. Ромм. – Новосибирск: Наука : Сибирская издательская фирма РАН, 2002.- 275 с. – ISBN 5-02-031862-0.
130. Ромек, В. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях [Текст] / В. Г. Ромек, В. А. Конторович, Е. И. Крукович. – СПб.: Речь, 2004. – 256 с. – ISBN 5-9268-0247-4.
131. Рубинштейн, С. Л. Бытие и сознание. О месте психического во всеобщей взаимосвязи явлений материального мира [Текст]/ С. Л. Рубинштейн; АН СССР. Ин-т философии. – М.,1957. – 328 с.
132. Руденский, Е. В. Концептуальные основы психологии адаптирующейся личности. Введение в психологическую теорию социального функционирования личности [Текст] / Е. В. Руденский. – Новосибирск: Институт психологии личности, 1997. – 205 с.

133. Русанова, Н. Н. Оценка состояния здоровья детского населения, проживающего на загрязненных радионуклеидами территориях уральского региона [Текст] / Н. Н. Русанова, Д. К. Волосников // Современные подходы к оценке техногенного воздействия на здоровье населения Урала : сб. статей. – Челябинск: Челябинский дом печати, 1998. – С. 62-64.
134. Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности [Текст] / ред. В.А. Ядов. – Л.: Наука, 1979. – с.
135. Селье, Г. Стресс без дистресса / Г. Селье; пер. с англ. ред. Е. М. Крепс; предисл. Ю. М. Саарма. – М.: Прогресс, 1982. – 124 с.
136. Ситаров, В. А. Социальная экология [Текст]: учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / В. А. Ситаров, В. В. Пустовойтов. – М.: Академия, 2000. – 287 с.–ISBN 5-7695-0320-3.
137. Соколова, Е. Т. Особенности личности при пограничных расстройствах и соматических заболеваниях [Текст]: учеб. пособие / Е. Т. Соколова, В. В. Николаева. - М.: SvR-Аргус, 1995. – 359 с. – ISBN 5-86949-017-0.
138. Соколова, Е. Т. Самосознание и самооценка при аномалиях личности [Текст] / Е. Т. Соколова. – М.: Изд-во Моск. гос. ун-та, 1989.- 215 с.–ISBN 5-211-00231-8.
139. Сосунова, И. А. Социально-экологическая напряженность: методология и методика оценки [Текст] / И. А. Сосунова // СОЦИС. – 2005.- № 7. – С.94-104.
140. Социально-экологические проблемы: научно-теоретический поиск и направления исследований [Текст] : (материалы «круглого стола») / И.А. Сосунова [и др.] // СОЦИС. – 2005. - № 3.- С.88-95.
141. Социально-экономическое положение городов и районов Челябинской области [Текст]: статист. сб.- В 2-х ч. - Ч. 1 / Челябинскстат.- Челябинск: [б.и.], 2006. – 154 с.

142. Столин, В. В. Самосознание личности [Текст] / В. В. Столин.- М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 284 с.
143. Судаков, К. В. Эмоциональный стресс в современной жизни [Текст] / К. В. Судаков, Е. А. Юматов. – М.: НПО «Сюзмединформ», 1991. – 83 с.
144. Сухов, А. Н. Социальная психология безопасности [Текст]: учебное пособие для студентов высш. учеб. заведений / А. Н. Сухов. – М.: Изд. центр «Академия», - 2002. – 256 с. –ISBN 5-7695-1832-4.
145. Сухотина, Н. К. Психическое здоровье детей, проживающих в регионах с различным уровнем антропогенного загрязнения [Текст] Сообщение 1. / Н. К. Сухотина // Социальная и клиническая психиатрия. – 2001. – Т.11. – Вып. 2. – С.19-23.
146. Сухотина, Н. К. Психическое здоровье детей, проживающих в регионах с различным уровнем антропогенного загрязнения [Текст]. Сообщение 2. / Н. К. Сухотина // Социальная и клиническая психиатрия. – 2002. – Т.12. – Вып. 3. – С.38-45.
147. Сухотина, Н. К. Психическое здоровье детей, проживающих в регионах с различным уровнем антропогенного загрязнения [Текст]. Сообщение 3 / Н. К. Сухотина // Социальная и клиническая психиатрия. – 2002. – Т.12. – Вып. 4. – С.5-9.
148. Талалаева, Г. В. Современные подходы к прогнозированию адаптационных процессов у работников рискоопасных производств [Текст] / Г. В. Талалаева // Тезисы межотраслевой научно-практической конференции «Снежинск и наука» / ред. В. М. Сковпень. – Снежинск: Изд-во СФТИ, 2000. – С.359-360. –ISBN 5-93151-003-6.
149. Тарабрина, Н. В. Основные итоги и перспективные направления исследований посттравматического стресса [Текст] / Н. В. Тарабрина // Психологический журнал. – 2003. – Т.24. - № 4. – С.5-18.

150. Тарабрина, Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса [Текст] / Н.В. Тарабрина. – СПб.: Питер, 2001. –272 с. –ISBN 5-272-00399-3.
151. Тараторина, Г. Ф. Действие тяжелых металлов на биологические системы [Текст] / Г. Ф. Тараторина // Современные проблемы экологического краеведения: тезисы научной конференции. –Челябинск, Изд-во Челяб. гос. пед. ун-та, 1996 - С.6-7.
152. Теплова, С. Н. Обоснование системы иммунологического мониторинга населения Южного Урала [Текст] / С. Н. Теплова // Современные подходы к оценке техногенного воздействия на здоровье населения Урала: сб. статей. – Челябинск: Челябинский дом печати, 1998. – С. 65-71.
153. Ткаченко, А. С. Теория и практика психолого-педагогической помощи детям и подросткам в посткатастрофических условиях [Текст] : дисс...доктора пед. наук /А. С. Ткаченко. – Брянск, 1997. – 359 с.
154. Торубарова , Д. А. Показатели периферической крови детей, облученных в результате аварии на Чернобыльской АЭС [Текст] / Д. А. Торубарова, Г. И. Ковалев // Педиатрия. – 1991. - № 12. – С.21-26.
155. Украинцев, Б. С. Особенности самоуправляемых систем [Текст] / Б. С. Украинцев. – М.: Знание, 1970. –47 с.
156. Ушакова, Э. И. Об уровнях формирования стрессоров и стрессов [Текст] / Э. И. Ушакова, Г. К. Ушаков, И. И. Илипаев // Эмоциональный стресс и пограничные нервно-психические расстройства: сб. статей / ред. Г.К. Ушаков, Б.Д. Карвасарский. – Л.: Ленингр. н.-и. психоневрол. ин-т, 1977. – С.5-20.
157. Фомин, Н.А. Адаптация: общебиологические и психофизиологические основы [Текст] / Н.А. Фомин. - М.: Теория и практика физической культуры, 2003. – 383 с. –ISBN 5-93512-015-1.

158. Фрейд, З. Введение в психоанализ [Текст]: лекции : [пер.с нем.] / З. Фрейд; комментарии М.Г. Ярошевского. – М.: Наука, 1989 – 455 с. – ISBN 5-02-013357-4.
159. Фрейд, З. По ту сторону принципа удовольствия [Текст] // Психология бессознательного : сб. произведений : [пер. с нем.] / З. Фрейд; сост., науч. ред., М.Г. Ярошевский. –2-е изд.– М.: Просвещение, 1989. – ISBN 5-09-001616-X.
160. Хавенаар, Й. М. Проблемы психического здоровья в Чернобыльской зоне [Текст] / Й. М. Хавенаар, Г. М. Румянцева, Я. ван ден Бут // Социальная и клиническая психиатрия. – Социальная и клиническая психиатрия. – 1993. – Т.3 – Вып.1. – С.11-16.
161. Холмогорова, А. Б. Социальная поддержка как предмет научного изучения и ее нарушения у больных с расстройствами аффективного спектра [Текст] / А. Б. Холмогорова, Н. Г. Гаранян, Г. А. Петрова // Социальная и клиническая психиатрия. – 2003. – Т.13. – Вып.2. – С.15-23.
162. Хомская, Е. Д. Анализ последствий Чернобыльской катастрофы с позиции экологической нейропсихологии [Текст] / Е. Д. Хомская // Психологический журнал. - 1997.– Т.18. - № 6. – С.84-92.
163. Хомская, Е. Д. Некоторые итоги нейропсихологического изучения лиц, участвовавших в ликвидации аварии на ЧАЭС [Текст] / Е. Д. Хомская // Социальная и клиническая психиатрия. – 1995. – Т.5. - Вып. 4. – С.6-10.
164. Хорни, К. Невротическая личность нашего времени [Текст]; Самоанализ / К. Хорни; пер.с англ. В. В. Старовойтова. – М.: Айрис-Пресс, 2004. – 463 с. – ISBN 5-8112-0911-8.
165. Хоружая, Т. А. Оценка экологической опасности [Текст] / Т. А. Хоружая. – М.: Книга-сервис, 2002. – 208 с.– ISBN 594909-026-8.
166. Храбров, А. В. Особенности психолого-педагогической реабилитации детей из радиационно-зараженных районов Калужской области [Текст] : дисс...канд. психол. наук: 19.00.07 / А. В. Храбров. – М., 1999. –144 с.

167. Хрусталева, Н. С. Психология эмиграции (социально-психологические и личностные проблемы) [Текст] : дисс.... доктора психол. наук : 19.00.05 / Н. С. Хрусталева. – М., 2002. – 332 с.
168. Челябинская область: Ликвидация последствий радиационных аварий [Текст] / ред. А. В. Аклеев. – Челябинск: Южно-Уральское книжное издательство, 2006. – 344 с. ISBN 5-7688-0954-6.
169. Шагун, Г. Н. Исследование экологического сознания детей и подростков [Текст] / Г. Н. Шагун, В. И Павлов, П. Е. Рыженков // Психологический журнал. – 1994. – Т.15. - № 1. – С.41-49.
170. Шамарин, В. М. Оценка уровня психосоциального стресса и его последствий у участников ликвидации аварии на Чернобыльской АЭС [Текст] / В. М. Шамарин, Е. А. Мартынчик, Д. Б. Анискин // Социальная и клиническая психиатрия. – 2003. – Т.13. – Вып.2. – С.
171. Шевченко, В. А. Цитогенетические последствия воздействия ионизирующих излучений на популяции человека [Текст] / В. А. Шевченко, Г. П. Снигирева // Современные подходы к оценке техногенного воздействия на здоровье населения Урала: сб. статей. – Челябинск: Челябинский Дом печати, 1998. – С.33-40.
172. Шмелева, И. А. Психология экологического сознания [Текст] / И. А. Шмелева. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та. – 204 с.– ISBN 978-5-288-04244-5.
173. Шубик, В. М. Экологические факторы большого города и иммунитет [Текст] / В. М. Шубик, Н. Я. Левин // Адаптационные возможности человека в условиях больших городов: сб. научных работ: [материалы симпоз., 26-28 ноября 1986 г.] / отв. ред. С.И. Теплов. – Л.: ЗИН, 1988. – С. 77-80.
174. Эмоциональный стресс в условиях нормы и патологии человека [Текст] / Ю. М. Губачев [и др.] – Л.: Медицина, 1976. – 224 с.

175. Эпидемиология лейкоза и тромбоцитогенетической пурпуры в детской популяции Челябинской области [Текст] / Н. Н. Русанова [и др.] // Современные подходы к оценке техногенного воздействия на здоровье населения Урала: сб статей. – Челябинск: Челябинский Дом печати, 1998. – С.79-81.
176. Эффективная терапия посттравматического расстройства / Э. Б. Фoa, Т. М. Кин, М. Дж. Фридман. – М.: Когито-Центр, 2005. – 467 с. –ISBN 5-89353-155-8.
177. Яницкий, О. Н. Научно-технический прогресс, человеческий фактор и воспроизводящие функции городской среды [Текст] / О. Н. Яницкий // Проблемы качества городской среды = Problems of urban environmental quality: сб. науч. трудов / отв. ред. Г. М. Лаппо, Т. В. Бочкарева. – М.: Наука, 1989. – С.9-28. – ISBN 5-02-003440-1.
178. Assanangkornchay, S. The flooding in Hat Yai: predictors of adverse emotional responses to a natural disaster [Text] / S. Assanangkornchay, S. Tangboonngam, J. G. Edwards // Stress and health. – 2004. – Vol. 20, N 2. – P.81-89.
179. Bandura, A., Walters, R.H. Social learning and personality development [Text] / A. Bandura, R.H. Walters. – N.-Y.: Holt, Rinehart and Winston, 1964. – 329 p.
180. Bandura, A. Exercise of personal and collective efficacy in changing societies [Text] / A. Bandura // Self-efficacy in changing societies [Based on the proc. of the Third Ann. Conf. held Nov.4-6,1993]. – Cambridge: Cambridge University Press, 1995. – P. 1–45.–ISBN 0-521-47467-1.
181. Bell, R. Evaluating the mediating effects on social support upon life events and depressive symptoms [Text] / R. Bell, R. J. Le, J. Stefenson // Journal of community psychology. – 1982. –Vol.10, N.4. – P.312-324.

182. Berglund, B. The psychology of response to ecological agents [Text] / B. Berglund, J. R. F. Soames // *Environment International: A Journal of science, technology, health, monitoring and policy*. – 1996. – Vol. 22, N 1.- P.1-2.
183. Biggam, F. H. Coping with the occupational stressors of police work: a study of Scottish officers [Text] / F. H. Biggam, G. P. Kevin, R. R. Macdonald // *Stress Medicine*. – 1997. – Vol.13, N 2. – P. 109-115.
184. Brogh, P. The ability of family friendly organizational resources to predict work-family conflict and job and family satisfaction [Text] / P. Brogh, M. P. O’Driscoll, T. Kollith // *Stress and health*. – 2005.– Vol.21, N 4. – P. 223-234.
185. Bronfenbrenner, U. The ecology of human development: Experiments by nature and design / U. Bronfenbrenner. – Cambridge (Massachusetts), L.: Harvard univ. press, 1979. –330 p.– ISBN 0-674-22456-6.
186. Children’s respiratory morbidity prevalence to air pollution in four Chinese cities [Text] / J. Zhang [et all] // *Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences*. – 2002. – Vol. 110, N 9.- P.961-967.
187. Cogen, A. J. Lung cancer and air pollution [Text] / A. J. Cogen, C. A. Pope // *Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences*. – 1995. – Vol. 103, Supplement 8.– P.219-224.
188. Compas, B. E. Child and adolescents depression: covariation and comorbidity in development [Text] / B. E. Compas, C. L. Hammen // *Stress, risk, and resilience in children and adolescents: Processes, mechanisms, and interventions* / R. J. Haggerty [et all]. – Cambridge : University Press, 1994. – P.225-267. – ISBN 0521-44146-3.
189. Crocer, J. Social stigma and the self: meanings, situations, and self-esteem [Text] / J. Crocer, D. Quinn // *Social psychology of stigma* / ed. by T.F. Heatherton [et all]. – N.-Y., L.: The Guilford Press, 2000. – P. 153-183. – ISBN 1-57230-573-8.

190. Croog, S. H. The family as a source of stress [Text] / S. N. Croog // Social stress /S. Levin, N.A. Scotch.- Chicago: Aldine Publishing Company, 1973. – P.19-53.
191. Derec, R. Emotional control, coping strategies and adaptive behavior [Text] / R. Derec // Stress and emotions: Anxiety, anger, and curiosity. – 1995. – Vol. 15.– P. 255-264.
192. Developmental neurotoxicity of chlorpyrifos: What is vulnerable period? [Text] / P. Qiao [et all] // Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences. – 2002. – Vol. 110, N 12. – P.1097-1103.
193. Dohrenwend, B. S. Class and race as status-related sources of stress [Text] / B. S. Dohrewend, B. P. Dohrewend // Social stress / S. Levin, N. A. Scotch.– Chicago: Aldine Publishing Company, 1973. – P.111-132.
194. Effects of perinatal expousure to PSBs and Dioxins on play behavior in Dutch children of school age [Text] / J. I. Hestien [et all] // Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences. – 2002. – Vol. 110, N 10.– P.593-598.
195. Environmental pollutants and disease in American children: Estimates of morbidity, mortality, and costs for lead asthma, cancer, and developmental disabilities [Text] / P. Landrigan [et all] // Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences. – 2002. – Vol. 110, N 7. – P.721-728.
196. Fisher, S. Stress, life change, context, and risk of desease [Text] / S. Fisher // Stress and emotions: Anxiety, anger, and curiosity. – 1995. – Vol.15.– P. 13-32.
197. Gleser, G. C. Prolonged psychological effects of disaster: A study of Buffalo Cruk [Text] / G. C. Gleser, B. L. Green, C. Winget. – N.-Y.: Academic Press, 1981. – 178 p.– ISBN 0-12-286260-0.

198. Gross, S. D. Economic gains resulting from reduction in children exposure to lead in the United States / S. D. Gross, T. D. Matte, J. Schwartz // Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences. – 2002. – Vol. 110, N 6. – P.563-569.
199. Hagihara, A. Social support at work as a buffer of work stress-strain relationship [Text] / A. Hagihara, K. Tarumy, A. S. Miller // Stress medicine. – 1998.– Vol. 14.- N 2. – P. 75-82.
200. Interpersonal coping networks and mental health problems among four race-ethnic groups [Text] / G. Warheit [et all] // Journal of community psychology. – 1982. –Vol.10, N.4. – P.312-324.
201. Jerusalem, M. Self-efficacy in stressful life transitions [Text] / M. Jerusalem, W. Mittag // Self-efficacy in changing societies.- Cambridge: Cambridge University Press, 1995. – P. 177-201. .–ISBN 0-521-47467-1.
202. Kaplan, H. Perspectives on psychosocial stress [Text] / H. Kaplan // Psychosocial stress. Perspectives on structures, theory, life-course, and methods /Howard B. Raplan. – San-Diego etc.: Academic press, 1996. – P. 3-28. – ISBN 0-12-397565-4.
203. Kaplan, H. Reciprocal relationships between life events and psychological distress [Text] / H. Kaplan, K. R. Damphous // Stress medicine. – 1997.– Vol. 13. – P. 75-90.
204. Kirkcaldy, B. D. Health and emigration: subjective evaluation of health status and physical symptoms in Russian-speaking migrants [Text] / B. D. Kirkcaldy, R. G. Siefen, U.Witting // Stress and health. – 2005. – Vol.21, N 5. – P.295-309.
205. Langinvainio, H. Children under stress [Text] / H. Langinvainio // Stress and sychosomatics: Proceedings of the symposium 19-20 September,1985, Hanasaary, Espoo. – Helsinki: Psychiatria Fennica Supplementum, 1986.– P.247-252.

206. Lazarus, R. S. Cognitive and coping processes in emotion [Text] // Stress and coping. An anthology / ed. by A. Menat, R. S. Lazarus. – N-Y.: Columbia University Press, 1977. –P.146-158. –ISBN 0-231-04013-X.
207. Lee, W. J. Mortality from lung cancer in workers exposed to sulfur dioxide in the pulp and paper industry [Text] / W. J. Lee // Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences. – 2002. – Vol. 110, N 6. – P.991-993.
208. MacLean, D. E. Unraveling complexity: strategy to refine concepts, measures, and research designs in the study of life events and mental health [Text] / D. E. MacLean, B. G. Link // Stress and mental health. Contemporary issues and prospect for the future / ed. by W. R. Arison, I. H. Gotlib. – N.Y., L.: Plenum Press, 1994. –P.15-42. – ISBN 0-306-44687-1.
209. Mandler, G. Mind and body: Psychology of emotions and stress [Text] / G. Mandler. – N.-Y., L.: Norton and co, 1984. – 330p. –ISBN 0-393-95346-7.
210. McIntyre, T.M. Children of war: Psychological sequelae of war trauma in Angolan adolescents [Text] / T.M. McIntyre, M. Venture // The psychological impact of war trauma on civilians. An international perspective / ed. by S. Krippner.– L. : Praeger Publishers, 2003. – P.111-122. –ISBN 0-275-97202-X.
211. Menninger, K. Regulatory device of Ego under major stress [Text] / K. Menninger // Stress and coping. An anthology / ed. by A. Menat, R. S. Lazarus. – N-Y.: Columbia University Press, 1977. –ISBN 0-231-04013-X. – P. 159-173.
212. Needleman, H. L. Behavior toxicology [Text] / H.L. Needleman // Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences. – 1995. – Vol. 103, Supplement 8.- P.77-79.
213. Nelson, D. Stress and health: A positive direction [Text] / D. Nelson, C. Coper // Stress and health. – 2005. – Vol. 21, N 2. – P.73-75.
214. Nettles, S. M. Risk, resilience, and development: The multiple ecologies of black adolescents in the United States [Text] / S.M. Nettles, J.H. Pleck // Stress,

- risk, and resilience in children and adolescents: Processes, mechanisms, and interventions / R. J. Haggerty [et all]. – Cambridge : University Press, 1994. – P.147-181. – ISBN 0521-44146-3.
215. Paulson, D. S. War and refugee suffering [Text] / D. S. Paulson // The psychological impact of war trauma on civilians. An international perspective / ed. by S. Krippner.– L. : Praeger Publishers, 2003. – P.111-122. –ISBN 0-275-97202-X.
216. Relationship between a traumatic life events and alteration in stress response [Text] / Irutsu T. [et all] // Stress and Health. – 2004.- Vol. 20, N 2. – P. 81-89.
217. Rodier, P. M. Developing brain as a target of toxicity [Text] / P. M. Rodier // Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences. – 1995.– Vol. 103, Supplement 6. – P.73-76.
218. Ross, A. O. Psychological disorders of children: A behavioral approach to theory, research and therapy [Text] / A. O. Ross. –2d ed.– N.-Y.: McGraw-Hill, 1980.–362 p. – ISBN 0-04053883-2.
219. 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, N 1. – P. 53-60.
220. Schwarzer, R. Changing risk behaviors and adopting health behaviors: The role of self-efficacy beliefs [Text] / R. Schwarzer, R. Fuch // Self-efficacy in changing societies.– Cambridge: Cambridge University Press, 1995.– P. 259-288. .–ISBN 0-521-47467-1.
221. Seligman, M. Helplessness. On depression, development, and death [Text] / M. Seligman. – San-Francisco, W. H. Freeman and company, 1975. – 250 p. – ISBN 0-7167-0751-9.
222. September 11-th related stress and trauma in New-Yorkers [Text] / J.P. Friedberg [et all] // Stress and health. Journal of the International Society for the investigation of stress. – 2005.– Vol. 21, N 1. – P.33-44.

223. Seymour, L. A psychological approach to the ontogeny of coping [Text] / L. Seymour // Stress, coping, and development in children /N. Garmezy, M. Rutter. – Baltimore: The Johns Hopkins Press, 1988. – P. 107-131. –ISBN 0-8018-3651-4.
224. Shaffer, M. Life after stress [Text] / M. Shaffer. – N-Y.: Plenum Press, 1982. - 273 c. –ISBN 0-306-40869-4.
225. Sheldon, B. Cognitive-behavioral Therapy: Research, practice, and philosophy [Text] / B. Sheldon. – L., N-Y.: Tavistock, 1995. .–274 p. –ISBN 0-422-77060-4.
226. Simister, J. Thermal stress in the USA : Effects violence and employee behavior [Text] // Stress and health. – 2005. – Vol. 21. – N 1. - P.3-15.
227. Siu, O. A study of occupational stress, job satisfaction, and quitting intention in Hong Kong firms: the role of locus control and organizational commitment [Text] / Siu O., Cooper C. L. // Stress Medicine.– 1998. –Vol. 14, N 1.– P.55-56.
228. Stefansdottin, S. I. Preference awareness education as stress management training for academic staff [Text] / S. I. Stefansdottin, V. J. Sutherland // Stress and health. – 2005. –Vol. 21, N 5. – P.310-318.
229. Steven, G. Neurobehavioral effects of developmental methylmercury exposure [Text] / G. Steven, G.W. Kimberly // Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences. – 1995. – Vol. 103, Supplement 8.– P.135-142.
230. Strelau, J. Temperament and stress: temperament as a moderator of stressors, emotional states, and coping, and costs [Text] / J. Strelau // Stress and emotions: Anxiety, anger, and curiosity. – 1995.– Vol. 15.– P. 215-254.
231. Stressed aggressive adolescents benefit from progressive muscle relaxation: A random, prospective, controlled trial [Text] / C. Nickel [et all] // Stress and health. – 2005. – Vol. 21. – N 3. – P.169-175.

232. Tilson, H. A. The concern of developmental neurotoxicology: is it justified and what is being done about it? [Text] / H. A. Tilson // Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences. – 1995. – Vol. 103, Supplement 8.– P.147-151.
233. Tsaousis, I. Exploring the relationship of emotional intelligence with physical and psychological health functioning [Text] / I. Tsaousis, I. Nicolaou // Stress and health. – 2005. – Vol. 21, N 2. – P.77-86.
234. Turner, R. J. Psychological resources and stress process [Text] / R. J. Turner, P. Rosswell // Stress and mental health. Contemporary issues and prospect for the future /W. R. Arison, I. H. Gotlib. – N.Y., L.: Plenum Press, 1994.–P.171-212. – ISBN 0-306-44687-1.
235. Tyler, P. Stress and well-being in health-care staff: the role of negative affectivity, and perceptions of job demand [Text] / P. Tyler, D. Cushway // Stress Medicine. –1998. – Vol.14, N 2. – P.99-107.
236. Wallerstaine, J. S. Children of divorce: stress and developmental tasks [Text] / J. S. Wallerstaine // Stress, coping, and development in children /N. Garnezy, M. Rutter. – Baltimore: The Johns Hopkings Press, 1988. – P.265-301. – ISBN 0-8018-3651-4.
237. Wcislo, E. Indicator-based assessment of environmental hazards and health effects in the industrial cities of Upper Silesia, Poland [Text] / E. Wcislo, T. Dutkiewicz, J. Konczalik // Environmental health perspectives. Journal of the National Institute of Environmental health sciences. – 2002. – Vol. 110, N 11. – P.1133-1140.
238. Weekes, N. Sex, stress and health: Does stress predict health symptoms differently for the two sexes [Text] / N. Weekes, J. MacLean, D. Bugar // Stress and health. – 2005. – Vol.21, N 3. – P.147-156.
239. Wheaton, B. A comparison of the moderating effects of personal coping resources on the impact of exposure to stress in two groups [Text] / B. Wheaton // Journal of community psychology. - 1982. - Vol.10. – N 4. – P. 293-311.

240. 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. – N 1.– P. 73-81.
241. 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.
242. Zivotofsky, A. Z. Gender differences in coping with major external stress [Text] / A. Z. Zivotofsky, M. Voslowsky // Stress and health. – 2005. – Vol.21. – N 1. – P.27-31.

Опросник экологического стресса

Инструкция: Просим Вас внимательно прочитать утверждения, касающиеся экологической ситуации в Вашем городе, регионе. Если Вы согласны с утверждением, поставьте знак «+» рядом с его номером в бланке ответов, если не согласны, то поставьте знак «-».

1. Я стараюсь получить максимальное количество информации относительно экологической ситуации в нашем городе (поселке).
2. Я хочу сделать что-то конкретное, чтобы уменьшить действие экологического загрязнения.
3. Меня серьезно беспокоит состояние окружающей среды в нашем городе (поселке).
4. Государство должно положить конец бесконтрольному загрязнению окружающей среды.
5. Весь мой организм чувствует загрязненность окружающей среды.
6. Я испытываю повышенный интерес к научным исследованиям в области охраны человека и природы от негативных экологических факторов.
7. Уделяю большое внимание режиму проветривания в доме, чтобы уменьшить действие экологического загрязнения.
8. Испытываю ощущение сильной тревоги по поводу состояния окружающей среды.
9. Готов протестовать против загрязнения окружающей среды.
10. У меня есть специфические жалобы на физическое и психическое состояние, связанные с состоянием окружающей среды.
11. Хотелось бы купить книгу о воздействии экологического загрязнения.
12. Стараюсь прогуливаться по таким местам, чтобы действие экологического загрязнения на здоровье было минимальным.
13. У меня бывают нарушения сна в связи с экологическими проблемами.
14. Граждане должны объединяться и бороться за внедрение очистных сооружений.
15. У меня бывают странные ощущения слабости.

16. Смотрю все передачи относительно загрязнения окружающей среды.
17. Считаю обязательным пользоваться фильтром для очистки воды.
18. У меня бывает потеря эмоциональной уравновешенности в связи с экологической ситуацией.
19. Готов протестовать против использования экологически вредных технологий.
20. У меня бывают странные ощущения, связанные с экологическим загрязнением в нашем городе (поселке).
21. Всегда читаю все сообщения в прессе об экологическом состоянии в нашем городе (поселке).
22. Стараюсь использовать только экологически чистые продукты.
23. Я испытываю беспокойство за свое здоровье в связи с состоянием окружающей среды.
24. Государство должно предпринять суровые меры против предприятий, загрязняющих окружающую среду.
25. У меня бывают странные недомогания.
26. Внимательно отношусь к изучению тех предметов в школе, в которых говорится об экологии.
27. Стараюсь использовать в пищу только те грибы, овощи, которые выращены в экологически чистой местности.
28. Испытываю беспокойство в связи с экологической ситуацией в нашем городе (поселке).
29. Руководство предприятий, загрязняющих окружающую среду, должно выделять средства на внедрение очистных сооружений.
30. У меня бывают странные периоды учащенного сердцебиения.
31. Хотелось бы побывать на серьезной лекции о состоянии окружающей среды в нашем городе (поселке).
32. Стараюсь сделать что-то конкретное, чтобы уменьшить воздействие негативных экологических факторов.
33. Я серьезно беспокоюсь по поводу состояния природы в окрестностях нашего города (поселка).
34. Я считаю, что государство должно содействовать внедрению экологически чистых технологий.

35. Экологическая катастрофа – это божье наказание.
36. Хочу познакомиться с достоверной информацией о влиянии экологического загрязнения на здоровье.
37. Я регулярно слежу за состоянием своего здоровья.
38. Испытываю тревогу, когда думаю об экологических проблемах нашего города (поселка).
39. Я считаю, что должна проводиться общественная экспертиза деятельности предприятий, на которых имеются вредные производства.
40. У меня бывает предчувствие грядущей катастрофы.

Таблица для перевода сырых баллов в стандартные оценки (стены)

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|-----|-----|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 0-3 | 4-7 | 8-11 | 12-15 | 16-20 | 20-23 | 24-27 | 28-31 | 32-35 | 36-40 |

Основные шкалы:

1. Эмоциональная обеспокоенность: чувство тревоги, беспокойства в связи с экологической угрозой и рефлексивные процессы, связанные с этим беспокойством (утверждения № 3, 8, 11, 16, 21, 28, 33, 38).
2. Информационные потребности : интерес к информации относительно экологической ситуации, а также поведение, ориентированное на поиск такой информации (утверждения № 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36).
3. Усилия к защите: все аспекты избегания действия вредных экологических факторов, защиты себя и своих близких (утверждения № 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37).
4. Политические требования: все аспекты политических суждений и намерений, касающихся борьбы против экологически вредных технологий (утверждения № 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39).
5. Реактивно-психотическая тенденция: проявления перцептивных aberrаций, магического мышления, необычных телесных ощущений (утверждения № 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40).

Кодировочная инструкция контент-анализа сочинения

«Мой город (поселок)»

Испытуемым предлагается написать сочинение об их населенном пункте, например: «Карабаш: природа, город, люди» или «Муслимово: природа, село, люди».

Задача контент-анализа этих документов – выявление уровня экологического стресса, а также тех характеристик индивидуальной экологической структуры индивида, которые влияют на них.

Качественные категории. Под экологическим стрессом понимается особый вид стресса, который обуславливается воздействием экстремальных условий окружающей среды, ожиданием такого воздействия или его последствий.

Индикаторами экологического стресса в тексте являются:

А. Упоминания признаков загрязнения окружающей среды, воспринимаемых с помощью органов чувств:

A1–зрения (почерневшие листья, дым, черный снег, осадок загрязнения на одежде и т.д.) ,

A2 – обоняния (запах на улице и в помещениях).

В. Упоминания негативных эмоций, связанных с окружающей средой:

B1–страха («я боюсь», «мне иногда бывает жутко» и т.д.),

B2 – раздражения, гнева («жить тут можно только в противогазе», «поселить бы сюда самих начальников из министерства»)

B3 – тоски, жалости к себе и другим («никогда нам, видно, не суждено жить в чистом месте», «детишек жалко, болеют»).

B4 – отрицание беспокойства по поводу экологической угрозы («хоть и пишут, что у нас тут вредно, но мне здесь очень нравится»).

С. Упоминания о плохом самочувствии, низком качестве здоровья в связи с загрязнением окружающей среды.

C1 – о своем плохом самочувствии («трудно дышать», «голова все время болит, когда ветер с комбината» и т.д.),

C2 – о плохом самочувствии других людей («детешек жалко, болеют», «мама у меня все время кашляет»).

D. Упоминания о возможных последствиях проживания в загрязненной зоне в будущем:

D1 – для своего здоровья и успешности,

D2 – для здоровья и успешности близких,

D3 – для здоровья и успешности своих будущих детей.

Количественные единицы контент-анализа

Единицы контекста – каждое упоминание указанных выше индикаторов. Упоминание рассматривается как элемент содержания, состоящий из слова, словосочетания, предложения, посвященного признакам экологического стресса.

Частота упоминаний подсчитывается как терминологическая, т.е. подсчитываются все упоминания появления индикаторов экологического стресса.

Объем материала, посвященного переживанию экологического стресса, фиксируется в количестве знаков текста. Фиксируется абсолютный объем текста, посвященного переживанию экологического стресса, и удельный его вес в общем объеме сочинения.

Форма рабочей фиксации частоты и объема упоминания категории экологического стресса

| Индикаторы | Число упоминаний | Объем упоминаний | Удельный вес текста (в %), посвященного переживанию экологического стресса |
|------------|------------------|------------------|--|
| A1 | | | |
| A2 | | | |

| | | | |
|-----------|--|--|--|
| A (всего) | | | |
| B1 | | | |
| B2 | | | |
| B3 | | | |
| B4 | | | |
| B (всего) | | | |
| C1 | | | |
| C2 | | | |
| C (всего) | | | |
| D1 | | | |
| D2 | | | |
| D3 | | | |
| D | | | |

К числу характеристик индивидуальной экологической структуры, которые могут быть связаны с уровнем переживания экологического стресса, относятся оценки:

1. Природы, ландшафта (кроме степени загрязненности):
2. Состояния экономического развития.
3. Социальных связей (взаимоотношений между людьми).
4. Учреждений культуры и досуга, возможности заниматься любимым делом.

По каждой из этих характеристик оценки разводятся по трем уровням, с помощью примерных высказываний:

| Характеристики | Уровни | Примерные высказывания |
|-------------------|---------|--|
| Природа, ландшафт | Высокий | «Природа у нас чудесная, кругом горы, леса...», «У нас настоящая уральская природа, к нам со всей страны туристы приезжают...» |
| | Средний | «Природа у нас ничего, нормальная, жить можно» |
| | Низкий | «Природы у нас нет, до нее еще добраться надо, вокруг города одни отвалы» «Одни косогоры, а не город, только вверх да вниз карабкаться» |

| | | |
|--|---------|---|
| Состояние экономического развития | Высокий | «Жить у нас можно, главное, работа есть; пока комбинат работает, проживем» «Город развивается, строится, человек с головой и руками всегда устроится» |
| | Средний | «Жизнь у нас как везде в России, туговато, конечно, но что делать» «Город у нас не самый экономически развитый, но все-таки появляются магазины, банки, кафе» |
| | Низкий | «Город у нас нищий, работы нет, зарплаты ниже, чем везде» «Жалко смотреть, как все разваливается» |
| Социальные связи | Высокий | «Город у нас небогатый, но зато люди замечательные, таких нигде не найдешь» «У нас ведь все друг друга знают, друг другу помогают, не то что в городе» |
| | Средний | «Люди у нас как везде, есть и хорошие, есть и плохие» «Люди у нас неплохие, хотя, конечно, бывают разные» |
| | Низкий | «Люди у нас серые, поговорить не с кем» «Люди у нас безразличные ко всему, равнодушные» |
| Учреждения культуры и досуга, возможность заниматься любимым делом | Высокий | «Город у нас большой, есть куда сходить, где провести время» «У нас до города недалеко, и в театр, и в кино можно без проблем добраться» «У нас в селе большой Дом культуры, и кружки, и студии есть, с концертами выступаем» |
| | Средний | «У нас, конечно, город маленький, маловато мест, куда можно с ребятами сходить, но все-таки открыли недавно молодежный клуб, там и дискотека по вечерам, и кружки разные» «В нашем городе особенных развлечений нет, но все-таки свой театр, гастролы из Москвы и Питера бывают» |
| | Низкий | «У нас некуда молодежи сходить, вот и стоят ребята по подъездам, пиво пьют» |

Стандартизированное интервью «Мои планы на будущее»

Инструкция: «Просим Вас ответить на предложенные вопросы. Выберите подходящий вариант ответа и запишите его номер в бланке для ответов рядом с номером вопроса. Если ни один вариант не подходит, сформулируйте свой ответ в свободной форме».

Текст интервью:

1. Решили ли Вы, куда хотите пойти учиться после окончания школы?
 1. пока не знаю
 2. выбираю между несколькими возможными профессиями
 3. выбираю между одной-двумя возможными профессиями
 4. решил, кем хочу быть, но выбираю между учебными заведениями, где можно получить эту специальность
 5. точно знаю, в какое учебное заведение и на какую специальность пойду учиться
2. Осуществляете ли Вы подготовку к поступлению в учебное заведение?
 1. нет, пока не думал(а) об этом
 2. иногда думаю о том, по каким предметам надо готовиться серьезнее
 3. выбрал(а) те предметы, которые нужны для поступления и по которым хочу осуществлять усиленную подготовку
 4. иногда дополнительно занимаюсь по предметам, которые нужны для поступления в учебное заведение
 5. регулярно занимаюсь дополнительно по тем предметам, которые нужны для поступления в учебное заведение
3. Планируете ли Вы какие-то шаги на случай, если не поступите сразу в учебное заведение?
 1. не знаю пока
 2. в общих чертах представляю
 3. есть подходящие варианты
 4. точно продумал(а), чем буду заниматься
4. Планируете ли Вы свою жизнь после окончания учебного заведения?

1. пока нет
2. в общих чертах представляю
3. есть подходящие варианты, где и кем работать, где жить
4. довольно отчетливо представляю, где и кем буду работать, где буду жить

Обработка результатов: полученные ответы на каждый вопрос относятся к определенному уровню. Обобщенная оценка сформированности планов на будущее дается на основе преобладающего уровня оценок на все четыре вопроса.

Высокий уровень:

Вопрос № 1 – ответы 4, 5.

Вопрос № 2 – ответ 5.

Вопрос № 3 – ответы 3, 4.

Вопрос № 4 – ответы 3, 4.

Средний уровень:

Вопрос № 1 – ответ 3.

Вопрос № 2 – ответы 3, 4.

Вопрос № 3 – ответ 2.

Вопрос № 4 – ответ 2.

Низкий уровень:

Вопрос № 1 – ответы 1, 2.

Вопрос № 2 – ответы 1, 2.

Вопрос № 3 – ответ 1.

Вопрос № 4 – ответ 1.

**Различия показателей социально-психологической адаптации в группах
с разным уровнем экологического стресса
(группа «загрязненные территории»)**

Группы с различным уровнем экологического стресса обозначены следующим образом:

- 5 – группа с высоким уровнем экологического стресса,
- 4 – группа с уровнем экологического стресса выше среднего,
- 3 – группа со средним уровнем экологического стресса,
- 2 – группа с уровнем экологического стресса ниже среднего.

Значком * и жирным шрифтом выделены статистически значимые значения t-критерия в случае гомогенности дисперсий, проверяемой с помощью F-критерия Фишера.

Значком ** выделены средние значения по основным шкалам методики К. Роджерса и Р. Даймонда, которые выходят за пределы зоны неопределенности.

| Показатели адаптации | Сравниваемые группы | Среднее значение в первой группе сравнения | Среднее значение во второй группе сравнения | Значение t-критер. | Значение p |
|----------------------|---------------------|--|---|--------------------|-----------------|
| Адаптивность | 3 и 4 | 135,8550 | 125,7131 | 5,305454* | 0,000000 |
| | 3 и 5 | 135,8550 | 113,5625 | 6,839595* | 0,000000 |
| | 3 и 2 | 135,8550 | 136,7333 | -0,301032 | 0,763632 |
| | 2 и 4 | 125,7131 | 136,7333 | -3,68776* | 0,000267 |
| | 2 и 5 | 113,5625 | 136,7333 | -5,39422* | 0,000000 |
| Деадаптивность | 3 и 4 | 78,09000 | 88,05578 | -4,98731* | 0,000001 |
| | 3 и 5 | 78,09000 | 86,97917 | -2,67915* | 0,007879 |
| | 3 и 2 | 78,09000 | 58,3666** | 6,841693* | 0,000000 |
| | 2 и 4 | 88,05578 | 58,3666 | 9,876486 | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 86,97917 | 58,3666** | 7,560430* | 0,000000 |
| Принятие себя | 3 и 4 | 46,4750 | 42,66534 | 6,140388 | 0,000000 |
| | 3 и 5 | 46,4750** | 37,62500 | 7,556667* | 0,000000 |
| | 3 и 2 | 46,47500 | 47,0500 | -0,524140 | 0,600631 |
| | 2 и 4 | 42,66534 | 47,0500 | -4,79404 | 0,000003 |
| | 2 и 5 | 37,62500 | 47,0500 | -6,29319* | 0,000000 |
| Непринятие себя | 3 и 4 | 13,4250** | 15,84462 | -4,57885* | 0,000006 |
| | 3 и 5 | 13,4250** | 19,89583 | -7,55191* | 0,000000 |
| | 3 и 2 | 13,4250 | 10,7667 | 3,550404 | 0,000457 |
| | 2 и 4 | 15,84462 | 10,7667** | 6,702117* | 0,000000 |

| | | | | | |
|--------------------------|-------|-----------------|------------------|------------------|-----------------|
| | 2 и 5 | 19,89583 | 10,7667** | 12,03964* | 0,000000 |
| Принятие других | 3 и 4 | 25,1800 | 24,2470 | 2,452604 | 0,014562 |
| | 3 и 5 | 25,1800 | 22,62500 | 3,325011 | 0,001019 |
| | 3 и 2 | 25,1800** | 24,9167** | 0,382627 | 0,702311 |
| | 2 и 4 | 24,2470** | 24,9167** | -1,12294 | 0,262337 |
| | 2 и 5 | 22,62500 | 24,9167** | -1,99984* | 0,048076 |
| Непринятие других | 3 и 4 | 15,94500 | 16,76892 | -1,66468 | 0,096675 |
| | 3 и 5 | 15,94500 | 18,50000 | -2,77503* | 0,005944 |
| | 3 и 2 | 15,94500 | 10,0500** | 7,145202 | 0,000000 |
| | 2 и 4 | 16,76892 | 10,0500** | 10,27080* | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 18,50000 | 10,0500** | 9,507454* | 0,000000 |
| Эмоциональный комфорт | 3 и 4 | 23,91000 | 22,01594 | 4,084239* | 0,000052 |
| | 3 и 5 | 23,91000 | 20,31250 | 4,812758* | 0,000003 |
| | 3 и 2 | 23,91000 | 27,31667 | -4,79465* | 0,000003 |
| | 2 и 4 | 22,01594 | 27,31667 | -7,17494* | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 20,31250 | 27,31667 | -7,11499* | 0,000000 |
| Эмоциональный дискомфорт | 3 и 4 | 15,99000 | 17,59761 | -2,51413* | 0,012281 |
| | 3 и 5 | 15,99000 | 18,64583 | -2,45010* | 0,014979 |
| | 3 и 2 | 15,99000 | 6,7667** | 9,694340 | 0,000000 |
| | 2 и 4 | 17,59761 | 6,7667** | 12,34115 | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 15,99000 | 17,59761 | -2,51413* | 0,012281 |
| Внутренний контроль | 3 и 4 | 52,0900** | 52,5577** | -0,529712 | 0,596573 |
| | 3 и 5 | 52,0900** | 51,72967 | 0,224592 | 0,822483 |
| | 3 и 2 | 52,0900** | 54,6333** | -1,86058 | 0,063941 |
| | 2 и 4 | 52,5577** | 54,6333** | -1,58072 | 0,114964 |
| | 2 и 5 | 52,5577** | 54,6333** | -1,44578 | 0,151188 |
| Внеш. контроль | 3 и 4 | 21,28000 | 24,49801 | -4,12180 | 0,000045 |
| | 3 и 5 | 21,28000 | 25,41667 | -2,96449* | 0,003330 |
| | 3 и 2 | 21,28000 | 15,6167** | 4,641148 | 0,000006 |
| | 2 и 4 | 24,49801 | 15,6167** | 8,541655 | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 25,41667 | 15,6167** | 7,986752 | 0,000000 |
| Доминирование | 3 и 4 | 11,21000 | 10,66932 | 1,844837 | 0,065720 |
| | 3 и 5 | 11,21000 | 11,06250 | 0,275177 | 0,783411 |
| | 3 и 2 | 11,21000 | 11,48333 | -0,574212 | 0,566325 |
| | 2 и 4 | 10,66932 | 11,48333 | -2,06703* | 0,039564 |
| | 2 и 5 | 11,06250 | 11,48333 | -0,809578 | 0,419996 |
| Ведомость | 3 и 4 | 17,68000 | 17,89243 | -0,434182 | 0,664365 |
| | 3 и 5 | 17,68000 | 15,68750 | 2,373667 | 0,018381 |
| | 3 и 2 | 17,68000 | 18,20000 | -0,638209 | 0,523904 |

| | | | | | |
|---|--------|-----------------|-----------------|------------------|-----------------|
| | 2 и 4 | 17,89243 | 18,20000 | -0,419756 | 0,674955 |
| | 2 и 5 | 15,68750 | 18,20000 | -2,53354 | 0,012755 |
| Адаптация | 3 и 4 | 63,50500 | 59,07968 | 5,632131* | 0,000000 |
| | 3 и 5 | 63,50500 | 56,18750 | 5,819242* | 0,000000 |
| | 3 и 2 | 63,50500 | 70,08333 | -6,03068 | 0,000000 |
| . | 2 и 4 | 59,07968 | 70,08333 | -9,38745 | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 56,18750 | 70,08333 | -10,7061 | 0,000000 |
| Самопринятие | 3 и 4 | 77,74500 | 73,13546 | 5,007855* | 0,000001 |
| | 3 и 5 | 77,74500 | 64,85417 | 8,227606* | 0,000000 |
| | 3 и 2 | 77,74500 | 81,58333 | -2,92375 | 0,003766 |
| | 2 и 4 | 73,13546 | 81,58333 | -6,57709 | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 64,85417 | 81,58333 | -11,7616 | 0,000000 |
| Принятие других (интегр. показатель) | 3 и 4 | 65,03000 | 62,92032 | 2,398799 | 0,016856 |
| | 3 и 5 | 65,03000 | 58,81250 | 3,504859* | 0,000543 |
| | 3 и 2 | 65,03000 | 74,90000 | -6,13150* | 0,000000 |
| | 2 и 4 | 62,92032 | 74,90000 | -9,88158 | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 58,81250 | 74,90000 | -7,41576* | 0,000000 |
| Эмоциональная комфортность | 3 и 4 | 61,40500 | 58,97211 | 2,073898* | 0,038658 |
| | 3 и 5 | 61,40500 | 55,93750 | 2,809228 | 0,005365 |
| | 3 и 2 | 61,40500 | 80,95000 | -11,3400 | 0,000000 |
| | 2 и 4 | 58,97211 | 80,95000 | -13,3185 | 0,00 |
| | 2 и 5 | 55,93750 | 80,95000 | -14,8312* | 0,000000 |
| Интернальность | 3 и 4 | 64,35500 | 60,25100 | 4,161455* | 0,000038 |
| | 3 и 5 | 64,35500 | 58,87500 | 3,161042* | 0,001769 |
| | 3 и 2 | 64,35500 | 71,33333 | -4,51139 | 0,000010 |
| | 2 и 4 | 60,25100 | 71,33333 | -8,03933* | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 58,87500 | 71,33333 | -7,20704* | 0,000000 |
| Стремление к доминированию | 3 и 4 | 57,74500 | 54,76892 | 2,519563 | 0,012096 |
| | 3 и 5 | 57,74500 | 58,00000 | -0,119273 | 0,905156 |
| | 3 и 2 | 57,74500 | 57,53333 | 0,107063 | 0,914822 |
| | 2 и 4 | 54,76892 | 57,53333 | -1,76276 | 0,078930 |
| | +2 и 5 | 58,00000 | 57,53333 | 0,241020 | 0,810005 |
| Самооценка | 3 и 4 | 64,88372 | 62,80132 | 1,404618 | 0,161251 |
| | 3 и 5 | 64,88372 | 61,46667 | 2,021554 | 0,044542 |
| | 3 и 2 | 64,88372 | 76,42697 | -6,75212 | 0,000000 |
| | 2 и 4 | 62,80132 | 76,42697 | -7,77600 | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 61,76000 | 76,42697 | -7,45268 | 0,000000 |
| Отношение к семье | 3 и 4 | 3,605000 | 3,881673 | -4,40464* | 0,000013 |
| | 3 и 5 | 3,605000 | 3,725000 | -1,05739 | 0,291373 |

| | | | | | |
|--|-------|-----------------|-----------------|------------------|-----------------|
| | 3 и 2 | 3,605000 | 4,150000 | -5,69257 | 0,000000 |
| | 2 и 4 | 3,881673 | 4,150000 | -3,13544 | 0,001881 |
| | 2 и 5 | 3,725000 | 4,150000 | -3,81719 | 0,000227 |
| Отношение к будущему | 3 и 4 | 4,222481 | 3,848344 | 6,250959 | 0,000000 |
| | 3 и 5 | 4,222481 | 3,344000 | 10,87018 | 0,00 |
| | 3 и 2 | 4,222481 | 4,368539 | -3,44765* | 0,000680 |
| | 2 и 4 | 3,848344 | 4,368539 | -7,59194 | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 3,344000 | 4,368539 | -11,1315 | 0,000000 |
| Отношение к учителям | 3 и 4 | 3,745000 | 3,973307 | -4,10135* | 0,000049 |
| | 3 и 5 | 3,745000 | 4,083333 | -3,56638 | 0,000435 |
| | 3 и 2 | 3,745000 | 4,230000 | -5,59612 | 0,000000 |
| | 2 и 4 | 3,973307 | 4,230000 | -3,33216 | 0,000966 |
| | 2 и 5 | 4,083333 | 4,230000 | -1,75986 | 0,081316 |
| Отношение к одноклассникам | 3 и 4 | 4,195000 | 3,856574 | 7,248928 | 0,000000 |
| | 3 и 5 | 4,195000 | 3,872917 | 5,560471 | 0,000000 |
| | 3 и 2 | 4,195000 | 4,393333 | -4,36958* | 0,000018 |
| | 2 и 4 | 3,856574 | 4,393333 | -6,83077 | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 3,872917 | 4,393333 | -7,04786 | 0,000000 |
| Успеваемость | 3 и 4 | 3,709500 | 3,804382 | -2,37157 | 0,018134 |
| | 3 и 5 | 3,709500 | 3,895833 | -2,59148 | 0,010128 |
| | 3 и 2 | 3,709500 | 3,781667 | -1,13076 | 0,259205 |
| | 2 и 4 | 3,804382 | 3,781667 | 0,430223 | 0,667333 |
| | 2 и 5 | 3,895833 | 3,781667 | 1,834380 | 0,069402 |
| СЖО | 3 и 4 | 94,12000 | 84,42231 | 8,727787* | 0,000000 |
| | 3 и 5 | 94,12000 | 78,12500 | 9,564736 | 0,000000 |
| | 3 и 2 | 94,12000 | 96,08333 | -1,23624 | 0,217493 |
| | 2 и 4 | 84,42231 | 96,08333 | -6,72528* | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 78,12500 | 96,08333 | -9,58920* | 0,000000 |
| Показатель продуктивных личностных смыслов по методике М. Куна | 3 и 4 | 89,45000 | 71,88845 | 8,583826 | 0,000000 |
| | 3 и 5 | 89,45000 | 71,31250 | 8,713470 | 0,000000 |
| | 3 и 2 | 89,45000 | 93,00000 | -2,63560* | 0,008907 |
| | 2 и 4 | 71,88845 | 93,00000 | -5,82317 | 0,000000 |
| | 2 и 5 | 71,31250 | 93,00000 | -6,80097 | 0,000000 |
| Социометрический статус | 3 и 4 | 0,120000 | 0,117247 | 0,535685 | 0,592444 |
| | 3 и 5 | 0,120000 | 0,115833 | 0,488791 | 0,625425 |
| | 3 и 2 | 0,120000 | 0,120667 | -0,082585 | 0,934246 |
| | 2 и 4 | 0,117247 | 0,120667 | -0,438050 | 0,661660 |
| | 2 и 5 | 0,115833 | 0,120667 | -0,476904 | 0,634413 |

**Различия показателей социально-психологической адаптации в группах
с разным уровнем экологического стресса
(группа «относительно чистые территории»)**

Группы с различным уровнем экологического стресса обозначены следующим образом:

- 4 – группа с уровнем экологического стресса выше среднего,
- 3 – группа со средним уровнем экологического стресса,
- 2 – группа с уровнем экологического стресса ниже среднего,
- 1 – группа с низким уровнем экологического стресса.

Значком * и жирным шрифтом выделены статистически значимые значения t-критерия в случае гомогенности дисперсий, проверяемой с помощью F-критерия Фишера.

Значком ** выделены средние значения по основным шкалам методики К. Роджерса и Р. Даймонда, которые выходят за пределы зоны неопределенности.

| Показатели адаптации | Сравниваемые группы | Среднее значение в первой группе сравнения | Среднее значение во второй группе сравнения | Значение t-критерия | Значение p |
|----------------------|---------------------|--|---|---------------------|-----------------|
| Адаптивность | 4 и 3 | 142,2479 | 146,6955 | -1,56470 | 0,118484 |
| | 4 и 2 | 142,2479 | 139,9239 | 0,711115 | 0,477814 |
| | 4 и 1 | 142,2479 | 136,5962 | 1,625634 | 0,105913 |
| | 3 и 1 | 146,6955 | 136,5962 | 2,548309 | 0,011298 |
| | 3 и 2 | 146,6954** | 139,9239** | 2,083402* | 0,037928 |
| Деадаптивность | 4 и 3 | 69,07692 | 67,84962 | 0,414725 | 0,678577 |
| | 4 и 2 | 69,07692 | 61,05435 | 2,051579 | 0,041470 |
| | 4 и 1 | 69,07692 | 63,40385 | 1,256307 | 0,210759 |
| | 3 и 1 | 67,84962 | 63,40385 | 1,229945 | 0,219632 |
| | 3 и 2 | 67,8496** | 61,0543** | 2,259953* | 0,024428 |
| Принятие себя | 4 и 3 | 48,50427 | 50,09398 | -1,68485 | 0,092837 |
| | 4 и 2 | 48,50427 | 48,96739 | -0,389134 | 0,697577 |
| | 4 и 1 | 48,50427 | 46,76923 | 1,349459 | 0,179016 |
| | 3 и 1 | 50,0939** | 46,7692** | 2,458290* | 0,014496 |
| | 3 и 2 | 50,09398 | 48,96739 | 1,009575 | 0,313384 |
| Непринятие себя | 4 и 3 | 11,42735 | 11,95113 | -0,665404 | 0,506195 |
| | 4 и 2 | 11,42735 | 9,815217 | 1,505143 | 0,133812 |
| | 4 и 1 | 11,42735 | 11,25000 | 0,158845 | 0,873983 |
| | 3 и 1 | 11,95113 | 11,25000 | 0,715344 | 0,474925 |
| | 3 и 2 | 11,9511** | 9,8152** | 2,487639* | 0,013316 |

| | | | | | |
|---------------------|-------|------------------|------------------|------------------|-----------------|
| Принятие других | 4 и 3 | 25,83761 | 26,18797 | -0,611165 | 0,541455 |
| | 4 и 2 | 25,83761 | 24,58696 | 1,894458 | 0,059558 |
| | 4 и 1 | 25,83761 | 23,90385 | 2,407598 | 0,017147 |
| | 3 и 1 | 26,18797 | 23,90385 | 2,692857 | 0,007462 |
| | 3 и 2 | 26,1879** | 24,5869** | 2,419344* | 0,016049 |
| Непринятие других | 4 и 3 | 14,58974 | 14,29699 | 0,523337 | 0,601044 |
| | 4 и 2 | 14,5897 | 12,8586** | 2,075296* | 0,039195 |
| | 4 и 1 | 14,58974 | 12,01923 | 2,698487 | 0,007681 |
| | 3 и 1 | 14,29699 | 12,01923 | 3,299460 | 0,001079 |
| | 3 и 2 | 14,29699 | 12,85870 | 2,431829 | 0,015515 |
| Эмоц.комфорт | 4 и 3 | 25,26496 | 26,49624 | -2,13270 | 0,033588 |
| | 4 и 2 | 25,26496 | 26,65217 | -2,05255 | 0,041374 |
| | 4 и 1 | 25,2649 | 27,00000 | -2,24943* | 0,025791 |
| | 3 и 1 | 26,49624 | 27,00000 | -0,612081 | 0,540924 |
| | 3 и 2 | 26,49624 | 26,65217 | -0,236230 | 0,813390 |
| Эмоц.дискомфорт | 4 и 3 | 14,35897 | 13,32707 | 1,314480 | 0,189475 |
| | 4 и 2 | 14,3589 | 10,9565** | 2,812666* | 0,005386 |
| | 4 и 1 | 14,35897 | 9,538462 | 3,592957 | 0,000430 |
| | 3 и 1 | 13,32707 | 9,538462 | 4,368203 | 0,000017 |
| | 3 и 2 | 13,32707 | 10,95652 | 3,007559 | 0,002821 |
| Внутренний контроль | 4 и 3 | 57,52991 | 57,53759 | -0,005824 | 0,995356 |
| | 4 и 2 | 57,52991 | 55,59783 | 1,541997 | 0,124602 |
| | 4 и 1 | 57,52991 | 54,15385 | 2,157439 | 0,032401 |
| | 3 и 1 | 57,53759 | 54,15385 | 1,867839 | 0,062710 |
| | 3 и 2 | 57,53759 | 55,59783 | 1,393945 | 0,164204 |
| Внешний контроль | 4 и 3 | 19,29060 | 15,84211 | 3,173497 | 0,001628 |
| | 4 и 2 | 19,29060 | 15,60870 | 2,671915 | 0,008142 |
| | 4 и 1 | 19,29060 | 15,55769 | 2,268803 | 0,024560 |
| | 3 и 1 | 15,84211 | 15,55769 | 0,222018 | 0,824443 |
| | 3 и 2 | 15,84211 | 15,60870 | 0,223567 | 0,823223 |
| Доминирование | 4 и 3 | 12,00000 | 12,13910 | -0,348790 | 0,727439 |
| | 4 и 2 | 12,00000 | 13,60870 | -3,68123 | 0,000296 |
| | 4 и 1 | 12,00000 | 11,32692 | 1,221491 | 0,223622 |
| | 3 и 1 | 12,13910 | 11,32692 | 1,532341 | 0,126439 |
| | 3 и 2 | 12,13910 | 13,60870 | -3,59274 | 0,000373 |
| Ведомость | 4 и 3 | 15,65812 | 14,86842 | 1,156042 | 0,248388 |
| | 4 и 2 | 15,65812 | 16,18478 | -0,662264 | 0,508539 |
| | 4 и 1 | 15,6581 | 18,1923 | -2,43600* | 0,015901 |
| | 3 и 1 | 14,8684 | 18,1923 | -3,55611* | 0,000434 |
| | 3 и 2 | 14,86842 | 16,18478 | -1,85578 | 0,064311 |
| Адаптация | 4 и 3 | 68,15385 | 68,24436 | -0,073739 | 0,941257 |

| | | | | | |
|----------------------------|-------|-----------------|-----------------|------------------|-----------------|
| | 4 и 2 | 68,15385 | 69,68478 | -0,975141 | 0,330629 |
| | 4 и 1 | 68,15385 | 68,42308 | -0,156874 | 0,875534 |
| | 3 и 1 | 68,24436 | 68,42308 | -0,119214 | 0,905181 |
| | 3 и 2 | 68,24436 | 69,68478 | -1,13119 | 0,258737 |
| Самопринятие | 4 и 3 | 81,10256 | 80,78195 | 0,238769 | 0,811413 |
| | 4 и 2 | 81,10256 | 84,27174 | -1,86590 | 0,063470 |
| | 4 и 1 | 81,10256 | 80,98077 | 0,067458 | 0,946298 |
| | 3 и 1 | 80,78195 | 80,98077 | -0,117291 | 0,906704 |
| | 3 и 2 | 80,78195 | 84,27174 | -2,41896* | 0,016066 |
| Принятие других | 4 и 3 | 67,18803 | 68,97368 | -1,43145 | 0,153122 |
| (интегр.показатель) | 4 и 2 | 67,18803 | 70,42391 | -1,91493 | 0,056880 |
| | 4 и 1 | 67,18803 | 70,96154 | -1,92417 | 0,056034 |
| | 3 и 1 | 68,97368 | 70,96154 | -1,17419 | 0,241204 |
| | 3 и 2 | 68,97368 | 70,42391 | -1,04671 | 0,295945 |
| Эмоц.комфортность | 4 и 3 | 67,23932 | 67,98496 | -0,470748 | 0,638090 |
| | 4 и 2 | 67,23932 | 73,23913 | -2,38620 | 0,017924 |
| | 4 и 1 | 67,23932 | 74,80769 | -2,82275 | 0,005340 |
| | 3 и 1 | 67,98496 | 74,80769 | -3,85759 | 0,000139 |
| | 3 и 2 | 67,98496 | 73,23913 | -3,16237 | 0,001699 |
| Интернальность | 4 и 3 | 69,37607 | 72,01504 | -1,53512 | 0,125585 |
| | 4 и 2 | 69,37607 | 72,78261 | -1,82441 | 0,069532 |
| | 4 и 1 | 69,37607 | 71,82692 | -1,10805 | 0,269435 |
| | 3 и 1 | 72,01504 | 71,82692 | 0,085885 | 0,931612 |
| | 3 и 2 | 72,01504 | 72,78261 | -0,441073 | 0,659428 |
| Стремление к доминированию | 4 и 3 | 60,17094 | 61,30451 | -0,710679 | 0,477718 |
| | 4 и 2 | 60,17094 | 63,10870 | -1,80459 | 0,072592 |
| | 4 и 1 | 60,17094 | 56,15385 | 1,754250 | 0,081222 |
| | 3 и 1 | 61,30451 | 56,15385 | 2,275507* | 0,023545 |
| | 3 и 2 | 61,30451 | 63,10870 | -1,08611 | 0,278167 |
| Самооценка | 4 и 3 | 70,68376 | 68,87594 | 1,439871 | 0,150725 |
| | 4 и 2 | 70,68376 | 70,15217 | 0,342544 | 0,732289 |
| | 4 и 1 | 70,68376 | 73,59615 | -1,64017 | 0,102853 |
| | 3 и 1 | 68,87594 | 73,59615 | -2,86654 | 0,004428 |
| | 3 и 2 | 68,87594 | 70,15217 | -0,949243 | 0,343141 |
| Отношение к семье | 4 и 3 | 3,884615 | 3,798496 | 1,319534 | 0,187783 |
| | 4 и 2 | 3,884615 | 4,063043 | -2,35485* | 0,019466 |
| | 4 и 1 | 3,884615 | 4,132692 | -2,94339 | 0,003709 |
| | 3 и 1 | 3,798496 | 4,132692 | -4,00904 | 0,000076 |
| | 3 и 2 | 3,798496 | 4,063043 | -3,86494 | 0,000132 |
| Отношение к будущему | 4 и 3 | 4,105983 | 4,360526 | -4,92853 | 0,000001 |

| | | | | | |
|----------------------------|-------|-----------------|-----------------|------------------|-----------------|
| | 4 и 2 | 4,105983 | 4,511957 | -5,89148 | 0,000000 |
| | 4 и 1 | 4,105983 | 4,523077 | -4,79033 | 0,000004 |
| | 3 и 1 | 4,360526 | 4,523077 | -3,05679 | 0,002428 |
| | 3 и 2 | 4,360526 | 4,511957 | -3,56482 | 0,000414 |
| Отношение к одноклассникам | 4 и 3 | 4,032090 | 3,889344 | 2,350930 | 0,019242 |
| | 4 и 2 | 4,032090 | 4,016667 | 0,242860 | 0,808321 |
| | 4 и 1 | 4,032090 | 3,892593 | 2,510702 | 0,012708 |
| | 3 и 1 | 3,889344 | 3,901852 | -0,203285 | 0,839031 |
| | 3 и 2 | 4,017593 | 3,901852 | 2,041697 | 0,042408 |
| Отношение к учителям | 4 и 3 | 3,804380 | 3,760729 | 0,690602 | 0,490235 |
| | 4 и 2 | 3,804380 | 4,093519 | -4,76376 | 0,000003 |
| | 4 и 1 | 3,804380 | 4,116667 | -3,74537 | 0,000243 |
| | 3 и 1 | 3,760729 | 4,116667 | -3,62060 | 0,000347 |
| | 3 и 2 | 4,093519 | 4,116667 | -0,353935 | 0,723891 |
| Успеваемость | 4 и 3 | 3,911966 | 3,895489 | 0,408468 | 0,683160 |
| | 4 и 2 | 3,911966 | 3,915217 | -0,072572 | 0,942217 |
| | 4 и 1 | 3,911966 | 3,813462 | 1,868773 | 0,063406 |
| | 3 и 1 | 3,895489 | 3,813462 | 1,506395 | 0,132965 |
| | 3 и 2 | 3,895489 | 3,915217 | -0,456492 | 0,648314 |
| СЖО | 4 и 3 | 101,6203 | 95,96581 | -3,62695* | 0,000326 |
| | 4 и 2 | 101,6203 | 104,5109 | -3,83335 | 0,000168 |
| | 4 и 1 | 101,6203 | 99,34615 | -1,23565 | 0,218325 |
| | 3 и 1 | 95,96581 | 99,34615 | 1,228119 | 0,220316 |
| | 3 и 2 | 99,34615 | 104,5109 | -1,92079 | 0,055557 |
| Показатель продук- | 4 и 3 | 86,82906 | 92,19549 | -5,72441 | 0,000000 |
| тивных | 4 и 2 | 86,82906 | 92,54348 | -3,78615 | 0,000200 |
| личностных | 4 и 1 | 86,82906 | 94,75000 | -4,44298 | 0,000016 |
| смыслов по мето- | 3 и 1 | 94,75000 | 92,19549 | -2,90457* | 0,003937 |
| дике М. Куна | 3 и 2 | 94,75000 | 92,54348 | -0,431754 | 0,666181 |
| Социометрический статус | 4 и 3 | 0,116418 | 0,115466 | 0,161248 | 0,871984 |
| | 4 и 2 | 0,116418 | 0,108302 | 1,176623 | 0,240521 |
| | 4 и 1 | 0,116418 | 0,113684 | 0,261415 | 0,794089 |
| | 3 и 1 | 0,115466 | 0,113684 | 0,185726 | 0,852792 |
| | 3 и 2 | 0,115466 | 0,108302 | 1,169256 | 0,243094 |

Шкала удовлетворенности условиями жизни

(автор – О. С. Копина) [92, с.134-141]

Инструкция: Ниже перечислены условия, которые могут влиять на Ваше самочувствие. Оцените условия своей жизни по 5-балльной системе:

- 1- очень плохие
- 2- плохие
- 3- удовлетворительные
- 4- хорошие
- 5- очень хорошие

Содержание шкалы:

| | | |
|----|---|--|
| 1 | Ваши жилищные условия | |
| 2 | Бытовые условия в районе проживания (магазины, услуги, транспорт и т.п.) | |
| 3 | Экологические условия в районе проживания (чистота воздуха, почвы, воды и т.п.) | |
| 4 | Условия Вашего труда, учебы | |
| 5 | Деньги, доход | |
| 6 | Возможности использования денег | |
| 7 | Медицинское обслуживание | |
| 8 | Возможности получения информации (радио, телевидение, печать, Интернет и т.п.) | |
| 9 | Досуг: спорт, развлечения, отдых | |
| 10 | Возможности общения с искусством | |
| 11 | Политическая ситуация в районе проживания | |
| 12 | Социальная и правовая защищенность (чувство безопасности) | |
| 13 | Свобода вероисповедания, политической активности | |

Обработка результатов: Для получения показателя по данной шкале необходимо подсчитать сумму баллов по всем 13 пунктам.

Результат ниже 32 баллов свидетельствует о низком уровне удовлетворенности условиями жизни, о низком качестве жизни и о потребности в получении психологической помощи.

При результате от 33 до 46 баллов условия жизни оцениваются испытуемым как удовлетворительные.

Результат выше 47 баллов свидетельствует о высоком уровне удовлетворенности условиями жизни и является показателем высокого качества жизни.

Если по какому-нибудь из 13 пунктов испытуемый набирает 1 или 2 балла, то представленная в данном пункте сторона жизни может рассматриваться как источник стресса, переживаемого испытуемым. Пункты шкалы, по которым испытуемый набирает 4 или 5 баллов, следует рассматривать как стороны жизни, в наибольшей степени удовлетворяющие испытуемого и являющиеся для него поддержкой.

Методика «Незаконченные предложения» (в адаптации С. Ю. Ганжа)

[31]

Инструкция: Ниже приводятся 48 неоконченных предложений. Прочитайте их и закончите, дописывая первую пришедшую Вам в голову мысль. Делайте это быстро. Если не можете сразу закончить какое-либо предложение, займитесь им позднее. Гарантируем неразглашение ваших ответов.

1. Если все против меня, то я....
2. Я самый слабый....
3. Мои друзья часто.....
4. Я хочу, чтобы у меня не было....
5. Мои близкие думают обо мне, что я...
6. Я весь трясусь, когда....
7. Думаю, что мой отец редко....
8. Я всегда хотел....
9. Будущее кажется мне....
10. Знаю, глупо, но боюсь...
11. По сравнению с большинством других семей, моя семья...
12. Моя мать и я...
13. Сделал бы все, чтобы забыть....
14. Думаю, я достаточно способен, чтобы....
15. Я мог бы быть более счастливым, если бы...
16. Надеюсь на...
17. В школе мои учителя....
18. Большинство товарищей не знает, что я боюсь...
19. Когда я захожу в школу...
20. Моя семья обращается со мной как ...
21. Я люблю отца, но...
22. Моей самой большой ошибкой было...
23. Я хотел бы, чтобы мой отец...
24. Мой самый большой недостаток заключается в том, что...
25. Моим скрытым желанием в жизни является...
26. Наступит тот день, когда...

27. Хотелось бы мне перестать бояться...
28. Больше всего люблю тех людей, которые...
29. Больше всего не люблю тех людей, которые...
30. Когда мне не везет, я...
31. Больше всего я хотел бы в жизни...
32. Когда я вырасту...
33. Люди, которые лучше меня...
34. Мои опасения не раз заставляли меня...
35. Самое плохое, что я сделал...
36. Думаю, что я самый...
37. Я горжусь тем, что я...
38. Я люблю свою мать, но...
39. Я знаю, что моя судьба...
40. Когда я отвечаю у доски...
41. Если учитель называет мою фамилию...
42. Мне обидно, когда...
43. Считаю, что в моей жизни не хватает...
44. Я мечтаю о
45. Я очень расстраиваюсь, если...
46. Самое главное для меня...
47. Я думаю, что на свете стоит жить хотя бы уже потому...
48. Я думаю, счастье – это...

Обработка результатов. Обработка результатов включает качественный и количественный анализ. При количественном анализе применялись следующие оценки:

5 баллов – максимальное, отчетливо выраженное положительное отношение к задаваемому в предложении объекту или субъекту;

4 балла – положительное отношение к задаваемому в предложении объекту или субъекту;

3 балла – нейтральный по смыслу ответ, отношение не выражено или непонятен его знак;

2 балла – отрицательное отношение к задаваемому в предложении объекту или субъекту;

1 балл – максимальное, отчетливо выраженное отрицательное отношение к задаваемому в предложении объекту или субъекту.

Далее вычисляется средний балл по предложениям, относящимся к определенным социальным объектам (к семье, к учителям, к одноклассникам, к друзьям, к будущему и т.д.).