**Антоніна Кічук**

**(Ізмаїл, Україна)**

**ВПЛИВ ЕКОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ НА ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ’Я ОСОБИСТОСТІ**

Незаперечним є і вченими, і практиками той факт, що, інвестуючи у здоровʼя сучасної людини – тим самим докладаються зусилля в екологічність дозвілля та екологічність способу життя.

Натомість фахівці-екологи бʼють на сполох, адже ж порушення екології природного середовища є вагомим чинником тривожних симптомів сучасної цивілізації. Вчені єдині у визнанні, що глобалізований характер сучасної екологічної кризи вже загрожує біологічному існуванню сучасної людини (С. Дарябо, Дж. Мейсі, В.Хелс, В.Ясвін та ін.).

Фахівці характеризують сучасне буття особистості як «екологічний дефіцит», оскільки технократична цивілізація має руйнівний вплив на природу, отож, конституційне право людини на екологічну небезпеку, на безпечне для життя і здоровʼя довкілля доведені численними статистичними даними. Навіть не конкретизуючи їх, по новому доцільно оцінювати актуальність думки Л.Батонн про таке: «Станеться одне з двох, або люди зроблять так, що у повітрі стане менше диму, або дим зробить так, що на Землі стане менше людей».

Слід зауважити, що суто екологічні чинники життєдіяльності сучасної людини складають предметне поле екології, як біологічної науки. Загострення екологічної проблематики чи не найлаконічно віддзеркалює вислів, який прикрашає споруду найважливішої і найвпливовішої в світі установи – Організації Обʼєднанних Націй; йдеться про таку кенійську говірку: «Бережіть Землю, ми отримали ії в спадок від батьків і дідусів. Ми взяли ії в борг у наших дітей».

Аналіз наукових праць дослідників сучасних екологічних проблем засвідчує, що нині вже склалась розгалуджена галузь екології, яку презентують різнопланові наукові напрямки, де всебічно вивчаються такі базові екологічні явища, як-от: стан природного довкілля; процеси, що відбуваються в ньому; механізми, які забезпечують управління характером екологічних взємозвʼязків. Маємо підстави констатувати, що йдеться аутекологію, демекологію, синекологію, біогеоценологію, біосферологію. Вчені єдині у визнанні імперативом сприйняття сучасною пересічною людиною природи не як «середовища, де кожний окремий природній обʼєкт не має самостійної цінності»; важливим уважається усвідомлення кожною особистітстю на рівні переконань істини, що світ природи має естетичну, реабілітаційну, прсихотерапивничну, психофізиологічну функції, а також ˗ задоволення потреби в компетентності самореалізації та функції спілкування, де природа і людина постають як партнери спілкування. [6].

Нині вже склалась екопсихологія ˗ наука, яка опікується здебільшого психологічним здоровʼям особистості, вивчаючи її екологічне благополуччя. Принагідно зазначимо, що, наприклад предметом вивчення санології є здоровʼя людини в контексті принципів її організації як цілісної системи, що має певні рівні (нижній ˗ сонантичний, середній ˗ психічний, верхній ˗ духовний та останній рівень ˗ надсвідомість, тобто ірраціональна творча сфера). Вважається, що механізмами саногенезу доцільно розцінювати ті автоматичні механізми самоорганізації людини, які й забезпечують процеси і формування, і збереження, і закріплення здоровʼя. Отож, йдеться про гомеостатичні, адаптаційні, регенеративні, тобто, ті, що підвладні самій людині і про які В. Вернадський зауважував, деталізуючи звʼязокенергетичності біосистеми та її життєдіяльності.

Вивчення і узагальнення наукового фонду (В.Гушук, О. Мамешина, А. Нижник, М. Шугай та ін.), засвідчує про вже наявний в екологічній психології доробок щодо екологічної складової психологічного здоровʼя людини. Так, дослідники дійшли згоди щодо екологічного простору життєдіяльності людини впродовж життєвого шляху: такий простір людина не лише сама формує ( будує або руйнує), а й відчуває на собі його вплив. До того ж уже оцінено й доцільність використання штучних і природних екологічних чинників для лікування психічних захворювань людини та поліпшення її працездатності [5]. У цьому ж аспекті привертає увагу так званий «синдром чорнобильця», що зʼявився у відомий сумнозвісний період вітчизняної історії. Натомість, він і нині виступає одним із чинників, які специфічним чином урегульовують поведінку та соціальну взаємодію людини, адже ж ідеться про патогенну дію на психічне її здоровʼя екологічного неблагополуччя [3].

У вищеокресленній площині актуалізується якісно новий вимір здоровʼя ˗ соціокультурного феномену як явища людського життя, асучасної людини як субʼєкта соціально значущої дії, насамперед, по відношенню до природного довкілля, тобто йдеться про духовно-екологічний параметр здоровʼя особистості нової генерації. У цьому звʼязку видається актуальним екологічний дискурс здоровʼя особистості юнацького віку. Тут важливими постають такі, на наш погляд, маркери: опора на власний психологічний ресурс, здатність до повноцінної реалізації себе як частини природи, готовність до віднаходження причин, що породжують нешанобливе ставлення людської цивілізації до природного довкілля, підготовленість до вияву зусиль щодо захисту середовища існування.

Зазначене актуалізує принаймні два аспекти порушеної проблеми. По-перше, на перший план виходить особистісно-смисловий конструкт, який віддзеркалює смислові прагнення особистості, тобто психологічне здоровʼя; цей феномен учені здебільногоповʼязують із здатністю індивіда будувати адекватні способи реалізації смислових прагнень ( В.Слободчиков, О. Шувалов та ін.). А відтак посилюється значення саме студентського етапу особистісно-професійного зростання, періоду пізньої юності особистості. По-друге, роль освіти як фактора випереджального розвитку у студенства ціннісного ставлення до екологічно-орієнтованого способу життя. У цьому ракурсі важко переоцінити вагу усвідомлення молодою людиною ( на рівні переконань)нищезазнанченихістин:

1. Земля є унікальною і активною планетою Сонячної системи, де поки існує життя. Натомість атмосфера є його передумовою, адже ж йдеться про захисну, регулювальну функції, зумовлення складних екогенних процесів, функцію носія тепла, вологи та кладязь газів;
2. обізнанність у основних техногенних забруднювачах природного серидовища (техноекологія), тобто механічних, хімічних, фізичних, біологічних, матеріальних, енергетичних;
3. опанування правил та законів социології своєрідності формальної і неформальної екологічної освіти, компетентне врахування правових засад природокористування (зокрема, законів природокористування за М. Реймерсом);
4. здоровʼя людини є інтегральним показником її екологічної ніші; принциповозачущою є обізнанність у векторах впливу на здоровʼя – базову категорію медичної екології – абіетичнихгеофічних, едафічних, гідрологічних та антропогенних факторів.

Слід взяти до уваги ще й таке: сучасні науковці, осмислюючи проблематику «вищої інноваційності» у будьякій сфері сучасного наукового знання, акцентують на термінології «ноо» у сенсі «нешкідливості для біосфери і людини». [2, с. 31]. Йдеться, навіть про зародження нових наукових галузей (на кшталт – ноохімії, ноокогнітології тощо).

Отже, освіта постає важливим і поки недостатньо оціненим сучасним вітчизняним сціумом ресурсом розвитку психологічного здоровʼя студентської молоді, чинником конструктивного набуття нею досвіду єкологічно-орієнтованого способу життя. Як засвідчують аналізи наукових джерел валеологічного спрямування у пошуках підходів до набуття особистітю високого рівня адаптивності до змін у природному довкіллі, суттєвим слід уважати опору на встановлені принципи валеології, а саме: розуміння, що фізичне здоровʼя залежить від енергетичної інтелектуальної та духовної сфер людини; цілісність та гармонійність з природою та космосом – запорука здорової людини; хвороба виступає, як сигнал до трансформації; про здоровʼя варто дбати, будучі здоровим, збагачуючи «внутрішні життєві динамічні сили»; здоровʼя – досяжна кожною людиною цінність.

У працях деяких зарубіжних дослідників «N. Bogerd, S. CoosjeDijkstra, J. Maas, J. Seidell) висвітлюються певні результати проведених емпіричних досліджень, спрямованих на вивчення ролі екологічного чинника психологічного здоровʼя студентів. Зокрема, встановлена ними позитивна кореляція між екологічно виваженою побудовою університетського простору й зниженням стресу, унормуванням емоційного стану та підвищенням когнітивних можливостей студентства; встановлено зокрема безпосередній позитивний вплив на голандських студентів природного ланшавту на їх психологічне здоровʼя [1].

З метою цілеспрямованого розвитку у студентів екологічної свідомості – важливого аспекта, з одного боку, екологічно орієнтованого способу життя, а, з іншого - забезпечення психологічного супроводу процесу розвитку їхнього здоровʼя у психологічній сфері, нами використовувались комунікативні практики; саме на дієвості такого підходу ї орієнтирує творчій досвід сучасної вищої школи [4]. Саморефлексія досвіду у цьому плані засвідчує результативність одноосібних (панельна дискусія, лекція з елементами бесіди), двобічних: ( кейс-стаді, мнтод «рівний – рівному») та тренінгових комунікативних практик.

Так у нашому досвіді особливо результативною виявилась вправа «Екологічний кодекс мешканців планети Земля» ( складання здійснюється методом «мозкового штурму»). Зокрема: крок перший –презентуючи проблему, модератор стимулює студентів до висловлювання власних ідей; крок другий –внаслідок колективного обговорення, текст найбільш конструктивних ідей фіксується на дошці; крок третій надається оцінка висловленим пропозиціям; положення, в залежності від вагомості, оформлюється у виді кодексу ( від лат. «книга»), де контекстними постають відповідні вимоги (приймаються до уваги будь-які ідеї; не допускається критика висловлень інших; можна повторювати вже запропоновані положення, але заохочується їх розгорнута аргументація).

Перспективи подальших наукових розвідок лежать у полщині поглиблення наукових уявлень про емоційну складову психологічного здоровʼя особистості у період пізньої юності з урахуванням ресурсів впливу екологічного чинника.

**Література:**

**1.** Van Den Bogerd, N., CoosjeDijkestra, S., Seidell, J.C., Vaas, J. Creenery in the University Environment: Students preference and Perceived restoration Likelihood. Volume 13, Issue 2, Februare 2018.

2. Корсак К., Корсак Ю. Нооглосарій -2- ноонаука для майбутнього без колапсів //Вища школа. – 2019. - №2. – С. 31-53.

3. Льовочкіна А.М. Екологічна психологія у постчорнобильску епоху: навчальний посібник. – К.: Свічадо, 2003. – С. 142-148.

4. Святенко Ю.О. Тренінг особистісного зростання: Навч.-мет. Посіб. – К.: Вид. Дім «Слово», 2017. – 112с.

5. Хохлов Л.К. Психологическоездоровьенаселения и современные экологические, социокультурные влияния / Л.К.Хохлов, А.А.Шипов, В.И.Горохов //Педагогический Вестник. – 1997. - №4. – С.14-18.

6. Ясвин В.А. Психология отношения к природе. – М.: Смысл, 2000. – 456с.