

ПСИХОЛОГІЧНА СУТНІСТЬ ЕКОЛОГІЧНО ОРІЄНТОВАНОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ГОРОДЯНИНА

УДК 159.922.6

РУДОМІНО-ДУСЯТСЬКА О.В.
провідний науковий співробітник
лабораторії екологічної психології Ін-ту
психології імені Г.С.Костюка, м. Київ

Спосіб життя розглядається як сукупність видів життєдіяльності людини. Виділяються психологічні особливості такої життєдіяльності, яка визначає екологічну орієнтацію способу життя. Описуються феномени екологічно орієнтованого способу життя у міському мікро- та макросередовищі.

Ключові слова: *спосіб життя, психологія життєдіяльності, екологія міста.*

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СУЩНОСТЬ ЭКОЛОГИЧЕСКИ ОРИЕНТИРОВАННОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ГОРОЖАНИНА

Образ жизни рассматривается как совокупность видов жизнедеятельности человека. Выделяются психологические особенности такой жизнедеятельности, которая определяет экологическую ориентацию образа жизни. Описываются феномены экологически ориентированного образа жизни в городском микро- и макросреде.

Ключевые слова: *образ жизни, психология жизнедеятельности, экология города.*

У зв'язку з процесами урбанізації проблеми екології міст стають все більш актуальними. Місто, в його існуванні як середовища життя значних когорт населення Землі, має повноцінно забезпечувати їх біологічну і соціальну життєдіяльність.

Проблема підвищення екологічності міст, яка включає в себе поліпшення якості фізико-хімічного середовища, вирішення питання відходів, оптимізації просторових, в тому числі архітектурних характеристик середовища, і ширше міської інфраструктури в цілому, вирішується всім світовим співтовариством. Між тим, у багатьох країнах на загальному, досить складному та несприятливому, економічному тлі, вона вирішується практично за залишковим принципом. Відсутні державні стратегії підвищення екологічності міського середовища, що рано чи пізно веде до його деградації. Така ситуація є характерною і для міста Києва, у якому можна констатувати такі негативні явища як зношеність основних систем життєзабезпечення, різке підвищення щільності автомобільних потоків, зменшення кількості природно-рекреаційних зон, хижацьке ставлення забудовників до історико-культурного середовища міста тощо.

Які рішення в непростій економічній та політичній ситуації, яка склалася сьогодні в Україні, можуть бути ефективними для збереження екологічності середовища столиці? На нашу думку, величезне значення тут має активність міської громади. Ми не будемо у цій публікації торкатися психологічних аспектів діяльності фор-

мальних структур її організації, зокрема, діяльності органів міського самоуправління. Ми зосередимося на проблемі суб'єктності жителів міста, конкретизуючи мету статті, як визначення психологічного змісту побутової екологічної активності пересічного городянина. Для характеристики такої активності ми вводимо поняття екологічно-орієнтованого способу життя жителя мегаполісу.

В загальному вигляді спосіб життя визначається як організація видів життєдіяльності людини, які складають зміст її повсякденного життя і спрямовані на його підтримку та забезпечення. До видів життєдіяльності, що складають спосіб життя, найчастіше відносять виробничу, освітню, побутову, дозвільну, культурну, оздоровчу, суспільну.

Розкриваючи поняття видів життєдіяльності, важливо зазначити, що життя людини не зводиться до її біологічного існування, ми говоримо про соціальне, духовне життя, і відповідно, види життєдіяльності повинні забезпечувати цю полімодальність людського існування. Але традиційно той чи інший вид життєдіяльності розглядають як підтримуючий лише певний аспект людського буття. Якщо мова йде про духовне життя особистості, то вважається, що його забезпечує культурна та освітня життєдіяльність, якщо йдеться про соціальне життя, то його забезпечує виробнича, громадська, дозвільна. Якщо про фізичне - то побутова, оздоровча, дозвільна. На нашу думку, кожен вид життєдіяльності має культурно-історичний потенціал для забезпечення людського життя у всій його різнобарвності та повноті. Цей потенціал розкривається, якщо людина схильна цінувати кожен мить свого життя, насолоджуватися його процесом, а не тільки «окремими моментами тріумфу, досягнення мети або вищими бенкетами переживань» (З, с.56).

Будь-який вид життєдіяльності, навіть нецікава багатьом людям побутова життєдіяльність, може вносити свій вклад не тільки в забезпечення гарного самопочуття і здоров'я, але і в духовне і соціальне життя особистості. Наприклад, прибирання квартири може забезпечувати не тільки чистоту і порядок, але і бути сімейним ритуалом, експериментуванням з інноваційними технологіями, включати естетичні моменти (переставити квіти, перевісити картини і т.д.). Якщо цього не відбувається, то прибирання або приготування їжі стає або набридлою рутинною, або екзотичним дійством, яке задовольняє лише один з аспектів людського життя – чи-то підтримку здоров'я, чи соціальне визнання, чи творче самовираження. Іншими словами, кожен вид життєдіяльності має фізичний, соціальний і духовний потенціал для забезпечення життя людини у всій його повноті як власне людського буття. Відповідно до цих міркувань, вводимо поняття якості способу життя особистості як здатність ви-

дів її життєдіяльності забезпечити повноту людського життя у всіх його аспектах - фізичному, соціальному, духовному.

Життєдіяльність неможливо вивчати у відриві від середовища, від умов існування людини, групи. Особистість так чи інакше усвідомлює, змінює, використовує умови, можливості, обмеження середовища при здійсненні індивідуального способу життя. Можна припустити два варіанти такого освоєння середовища - неусвідомлене і усвідомлене. Неусвідомлене освоєння полягає в тому, що умови середовища змінюються автоматично, слідом за зміною особистістю змісту того чи іншого виду своєї життєдіяльності. Наприклад, людина змінила сферу професійних занять, її праця стала краще оплачуватися, вона змінила своє соціальне і фізичне оточення (середовище), що, в свою чергу, спричинило зміну інших видів життєдіяльності (побутової, дозвільної і т. д.).

Інший шлях освоєння середовищних умов особистістю - це усвідомлена активність, спрямована на них, коли людина хоче забезпечити високу якість способу життя, реалізувати у своєму способі життя всю його повноту. Для цього середовищні умови, обмеження, можливості виділяються як особливий об'єкт роздумів, переживань, дій. Наприклад, якщо людина хоче, щоб дозвілля збагатило фізичне, соціальне, духовне життя її та її родини, вона повинна особливо подбати про умови його проведення. Тут вже не телевізор або приїзд знаменитого скрипаля визначає, чи краще сказати, «нав'язує» зміст дозвілля, тут виникає складне завдання створення або пошуку умов для забезпечення на період дозвілля, скажімо, вихідного дня або відпустки, повного і глибокого відчуття життя. Обирається об'єкт і умови дозвілля, формується коло людей і т. д. Так саме, виробнича життєдіяльність стає джерелом відчуття повноти життя, якщо людина усвідомлено обирає професію, робоче місце, робочий пост, стежить за фізичними умовами своєї праці, навіть розмірковує про значущість для свого здоров'я маршруту і засобів прямування на роботу тощо.

Виходячи з наведених міркувань, визначимо поняття екологічно орієнтованого способу життя. Це наявність у структурі кожного виду життєдіяльності на етапах її планування і здійснення особливої зовнішньої і внутрішньої активності, спрямованої на освоєння середовищних умов життєдіяльності таким чином, який дозволяє реалізувати фізичний, соціальний, духовний потенціал життєдіяльності, забезпечити високу якість способу життя. Іншими словами, якщо людина прагне забезпечити повноту життя, високу якість способу життя, то вона всебічно освоєє умови, можливості, обмеження середовища, вступає у взаємодію з ними як індивід, особистість, індивідуальність. Це освоєння, ця активність входить до складу кожного виду життєдіяльності як засіб досягнення її гума-

ністичних цілей. З плином часу, усвідомлення цінності, значущості середовищних умов для забезпечення якісного способу життя веде до того, що створення, підтримка, захист власне людських середовищних умов само по собі стає предметом активності, входить вже як мета, а не як засіб до складу деяких видів життєдіяльності (побутової, дозвільної, суспільної), а спосіб життя в цілому набуває екологічної орієнтації. Ми називаємо такий спосіб життя екологічно орієнтованим тому, що він забезпечує особистості відчуття єдності з дійсністю, переживання своєї невідчужуваності від середовища, якою б складною така дійсність, таке середовище не були.

В чому конкретно проявляє себе екологічно орієнтований спосіб життя жителя міста? Він включає в себе орієнтацію городянина на таке фізичне і психологічне освоєння матеріальних умов міського середовища, яке забезпечить високу якість способу життя, розкриття фізичного, соціального, духовного потенціалу кожного виду життєдіяльності людини.

Для виділення феноменології екологічно орієнтованого способу життя в місті ми здійснили систематизацію об'єктів та явищ міського середовища, які у своїй сукупності складають умови життєдіяльності городянина.

В дослідженнях матеріального середовища міста в архітектурних науках воно, досить умовно розподіляється на певну кількість більш однорідних за своїми характеристиками середовищ, наприклад, - фізико-хімічне, природне, просторово-предметне, символічно-архітектурне (1).

В психології обґрунтовується критерій виділення рівнів міського середовища за характером людської активності, яка може перетворювати середовище, або пристосовувати людину до нього (2; 4). На цій підставі виділяється міське мікро- та макросередовище в залежності від того, хто виступає суб'єктом контролю та перетворення зазначених вище середовищ - окрема людина (мала група) або організація.

Всі компоненти та фактори мікросередовища може реально або потенційно перетворювати окрема людина або мала контактна група. Під потенційною можливістю перетворення середовища розуміється наявність у суб'єкта в теперішньому часі або в перспективі коштів, здібностей, знань, умінь і тому подібного для рішення такої задачі. У цьому значенні, наприклад, у кожної людини існує потенційна можливість змінити середовище в своїй квартирі: зробити перепланування приміщень, забезпечити кондиціонування повітря і очищення води за допомогою фільтрів, встановити протишумові рами, хоча далеко не завжди всі ці трансформції здійснюються реально.

До об'єктів матеріального мікросередовища міста відносяться житлові і службові приміщення, місця проведення дозвілля, надання послуг, які обслуговуються невеликими групами людей, транспортні засоби і т.п.

Іншим рівнем міського довкілля є рівень макросередовища, який виділяється на тій основі, що більшість його об'єктів і компонентів реально або потенційно здатні перетворювати великі офіційні групи - організації. Окремі люди і малі групи можуть лише так чи інакше пристосовуватися до макросередовища. Об'єктами макросередовища є міські вулиці, квартали, райони, місто загалом, інші територіальні одиниці, великі підприємства і земельні угіддя, природні ландшафти, що охороняються і контролюються спеціально створеними з цією метою організаціями. Організації як суб'єкти перетворення макросередовища покликані займатися благоустроєм і будівництвом відповідних об'єктів, вирішувати проблеми їх екологічної безпеки, їх збереження і розвитку.

Узагальнення розглянутих вище основ виділення видів та рівнів міського середовища дозволяє запропонувати наступну класифікацію об'єктів та явищ міського середовища. Вони підрозділяються на об'єкти мікро- і макросередовища, у яких, в свою чергу, виділяються фізико-хімічні, природно-предметні, символічно-архітектурні характеристики.

Здійснюючи життєдіяльність у міському мікросередовищі, людина або мала контактна група так чи інакше контролює, створює, перетворює всі характеристики мікросередовища: фізико-хімічні, природно-предметні, символічні. Екологічно орієнтований спосіб життя у мікросередовищі проявляється в тому, що у людини існує така стратегія його контролю, створення і перетворення, яка сприяє високій якості способу життя.

Контроль над фізико-хімічними характеристиками мікросередовища (освітленість, якість води, чистота і температура повітря, акустична навантаження і т. д.) при здійсненні будь-якої життєдіяльності розкриває фізичний потенціал цієї життєдіяльності. Наприклад, якщо йдеться про навчання та працю, то турбота про вказані характеристики середовища забезпечує високу розумову працездатність, яка виступає цінним фізичним аспектом цих видів життєдіяльності. Організація предметно-просторових умов мікросередовища, яка полягає, наприклад, у використанні зручних, функціональних меблів і предметів вжитку, членуванні простору, так, щоб зберігалася приватність людини тощо, сприяють успіхам у навчанні, продуктивній роботі за комп'ютером, продуктивному дозвіллі. Символічно-естетичні та природні умови мікросередовища, (дизайн інтер'єру, рослини, особистісно значущі предмети) своїм чином створюють позитивний

фон життєдіяльності, оскільки виступають маркерами процесів персоналізації середовища. Екологічна орієнтація способу життя перетворює навіть мінімальний простір квартири або офісу в простір повноцінного життя.

Психологічним наслідком екологічної орієнтації способу життя в міському мікросередовищі є задоволеність середовищем і своєю активністю у ньому. Крім того, виникає ефект психологічного присвоєння середовища, наділення його статусом «мое», і відповідно, турботи про нього та його розвитку. У процесі створення мікросередовища для забезпечення якісного способу життя, воно само по собі стає важливим об'єктом повсякденного життя, турбота про нього входить до способу життя людини.

Міське макросередовище – невід'ємна умова забезпечення життєдіяльності людини. Його фізико-хімічні характеристики безпосередньо впливають на здоров'я та працездатність. Його просторова організація та архітектурний вигляд (скупченість - розосередженість людей та транспорту, одноманітність-різноманітність забудови, естетика та історична цінність забудови тощо) є фактором успішності соціальної життєдіяльності людини через вплив на особистість, зокрема на її ідентичність як оцінку себе за шкалою «типовий, схожий на інших – унікальний, неповторний». Однак окрема людина не здатна контролювати та перетворювати макросередовище, вона може лише використовувати його наявні умови для забезпечення якісного способу життя. Саме таке освоєння складає сутність екологічно орієнтованого способу життя у міському макросередовищі.

Яскравим прикладом такого способу життя слугує поведінка жителів великих міст Південно-Східної Азії - Токіо, Гонконгу, Сеулу. При значній силі потенційних стресорів, якими є дуже висока щільність населення і пов'язане з нею несприятливе навантаження на середовище (хімічне, акустичне, візуальне), люди так використовують міські умови, що вони не тільки не викликають стресу, але сприяють якісному способу життя, повноті та насиченості життєдіяльності.

Традиційно використовуються сприятливі можливості міста для дозвілля. Масово відвідуються будь-які, навіть дуже невеличкі сади, сквери, кутки живої природи. Вони підтримуються в чудовому стані, оберігаються не тільки службовцями, але і всіма відвідувачами. Не менш активно використовується величезний культурний потенціал міст - театри, музеї, пам'ятники старовини, різні виставки і експозиції. Міське середовище, так саме як і житлове мікросередовище будинків і квартир, наповнене символами, часто недорогими і простими, але вони мають для людей духовне, символічне значення. Таким чином

умови середовища, які неможливо змінити, компенсуються увагою до умов, що сприяють повноцінній життєдіяльності.

Яскравим прикладом такого глибокого, натхненного ставлення до матеріального оточення є японський сад. При мінімальній кількості, простоті і уявній одноманітності предметів, що його заповнюють, він насичений максимальним змістом і глибиною акцентування деталей.

Підтвердженням того, що сучасні жителі південного сходу Азії не втратили традиційної для цього регіону поваги до природного і рукотворного матеріального світу, є статистика подорожей, по якій вони найбільш активно відвідують не тільки відомі курорти, але і нічим, на перший погляд, не примітні регіони. Характерно, що культивування символів, духовних і історичних цінностей свого краю стає все більш притаманним і громадянам багатьох країн Західної Європи.

Які ж внутрішні фактори прагнення людини до повноти життя і відповідно до формування екологічно орієнтованого способу життя. Ми висуваємо припущення про те, що формування такого способу життя залежить від розвиненої самоідентичності, самості людини яка змістовно характеризується як її глибинне відчуття того, що вона має право просто бути на цьому світі, має право на любов і повагу без усяких «якщо-умов». Таке відчуття закладається в дитинстві, коли дитину приймають цілісно, безумовно люблять і вводять вимоги до неї таким чином, що зберігається її відчуття «я коханий, я потрібний». Як зазначає А.Маслоу, «самість виникає, якщо задоволені основні потреби у збереженні життя, в безпеці, в любові, у повазі. Тоді людині ні від чого не потрібно захищатися, нічого вимолювати і доводити. Вона витрачає енергію не на захист, а на справді людську життєдіяльність - здоров'я, любов, добрі справи, творчість» (3, с.26). Ідентичність проявляється у прагненні до новизни, до зміни, до розширення життєдіяльності, до її розвитку, бо в зміні і розвитку породжуються і перевіряються підстави власної стійкості і цілісності.

Викладене припущення потребує більш глибокого теоретичного обґрунтування та емпіричної перевірки, однак, на нашу думку, й представлене формулювання демонструє, що екологічні проблеми не можуть бути вирішеними, якщо є не вирішеною проблема виховання людини, що має базове почуття гідності, любові та співчуття до себе, з яких починається любов та співчуття до оточуючого світу.

Література

1. Глазычев В.Л. Городская среда. Технологии развития: Настольная книга / Глазычев В.Л. – М.: Лада, 1995 – 240 с.

2. Голд Д. Психология и география: Основы поведенческой географии / Голд Д. – М.: Прогресс, 1990 – 304 с.
3. Маслоу А. Психология бытия / Маслоу А. – М.: Рефл-бук, Ваклер, 1997 – 300 с.
4. Рудоміно-Дусятська О.В. Екологічна психологія. Начальний посібник / Рудоміно-Дусятська О.В. – К. ІПО КНУ Тараса Шевченка, 2001 – 71 с.

This paper introduces the concept of ecologically oriented lifestyle. Lifestyle is regarded as a collection of types of human vital activity. The psychological characteristics of a vital activity that determine the ecologically oriented lifestyle are considered. We also describe the phenomena of ecologically oriented lifestyle in the urban micro and macro environment.

Keywords: *lifestyle, psychological characteristics of a vital activity, urban ecology*